

PAOLA VALENTINI

INFORMAZIONI PERSONALI

Data di nascita: 12 Marzo 1982
Cittadinanza Italiana
Indirizzo: via Berizzi, 25. 24126 Bergamo (BG)
Telefono: +39.3454003481
e-mail : pao.valent@gmail.com
LINKED-IN: Paola Valentini

ATTITUDINI PERSONALI

Flessibilità, creatività, accuratezza, precisione, responsabilità, spirito di gruppo, intraprendenza

LINGUE STRANIERE

Italiano: madrelingua
Inglese: proficient
Spagnolo: in training

COMPETENZE INFORMATICHE

Ottima conoscenza del pacchetto Office e IOS Macintosh

EDUCAZIONE E FORMAZIONE

2018: Laurea Magistrale in Psicologia delle Organizzazioni

2016-2018: Ananda Ashram Milano: Yoga Teacher Training YTT 500.

2012- 2015: Scuola di Counseling e Psicoterapia ASPIC Toscana: Master in Counseling a indirizzo Umanistico Integrato

2011 (Febbraio-agosto) : IED- Istituto Europeo di Design- Firenze
Executive Master in “Management and Planning of Cultural Events”

2006 - 2009: Università di Pisa-Interfacoltà di Lettere e Scienze Economiche
Laurea Magistrale in Sistemi e Progetti di Comunicazione

2002 - 2005: Università Cattolica del Sacro Cuore - Milano
Laurea triennale in Scienze Politiche

AREA PROFESSIONALE:

Ottobre 2015- attuale. Libera Professione

- **Consulente aziendale (Comunicazione, Formazione, Risorse Umane) per medie e grandi aziende.**
- **Formatore e Counselor a indirizzo umanistico integrato, con focus counseling aziendale, comunicazione efficace, coaching e benessere delle organizzazioni.**
- **Mental & Performance Coach per Federazione Italiana Triathlon.**
- **Conduttrice di gruppi di crescita personale.**

Collaborazioni attive:

- Progetto di educazione emotiva Scuola Viva- Liceo Umanistico G. Carducci, Pisa.
- Accademia delle Competenze Relazionali: formazione, comunicazione, counseling e coaching

Settembre 2016- attuale: Insegnante di Yoga e Meditazione YTT 500, certificata CSEN, CONI e Yoga Alliance.

Corsi attivi:

- Docente di anatomia cerebrale per corso insegnanti Yoga- Ananda Ashram, Milano.
- Corso intensivo YTT 250 hr Insegnanti Yoga Integrale- Ananda Ashram, Milano
- Yoga del Respiro presso ForLife Onlus, Case Nuove
- Yoga per Gestanti, Post Partum, Adulti e Senior presso Medica Futura, Bergamo.

2009-2015

Aviation & Consulting- Milano.

Ruolo: HR and Training Consultant

Principali attività:

- Progettazione percorsi di formazione
- Coordinamento dei percorsi di formazione

In più:

Croce Rossa Italiana- volontaria

- Operatore di Diritto Internazionale Umanitario
- Operatore di Raid Cros

Protezione Civile Italiana- volontaria

- Major Incidents Manager
- Docente di strumenti e tecniche di Trauma Counseling

Referenze disponibili su richiesta.

Consenso al trattamento dei dati personali ex D. LGS. 196/03. Aut. Min. N. 13/I/0007145/03.04 del 1 Aprile 2008

In fede,
Paola Valentini