



FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	EMANUELE ANGELO TOSO
Indirizzo	Via XXV Aprile, 161 - 20092 Cinisello Balsamo
Telefono	3471185703
Codice Fiscale	TSOMLN81S01F205X
E-mail	emanueleangelo.toso@gmail.com
Nazionalità	Italiana
Data di nascita	01/11/1981

ESPERIENZA LAVORATIVA

• Date (da – a)	Dal 2001
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	Back School Programma Toso di Toso Benedetto Via Mortella, 6 – 20095 Cusano Milanino
• Tipo di azienda o settore	Servizi
• Tipo di impiego	Libero professionista che non collabora in via esclusiva con la Back School Programma Toso di Benedetto Toso
• Principali mansioni e responsabilità	Insegnante Back School, Chinesiologo, Responsabile AFA (Attività Fisica Adattata) Massoterapista, Osteopata

ESPERIENZA LAVORATIVA

• Date (da – a)	Dal 2012
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	
• Tipo di azienda o settore	Servizi
• Tipo di impiego	Come libero professionista svolge attività di docenza in materia di “Consapevolezza Posturale e Consapevolezza Emotiva”
• Principali mansioni e responsabilità	Formatore Aziendale

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- | | | |
|--|--|-------|
| • Date (da – a) | Dal 1995 al 2000 | |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Liceo Scientifico “G. Casiraghi” di Cinisello Balsamo | |
| • Qualifica conseguita | Diploma di scuola superiore | |
| | | |
| • Date (da – a) | Dal 2001 al 2005 | |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Università Cattolica di Milano | |
| • Qualifica conseguita | Laurea quadriennale in Scienze Motorie | |
| | | |
| • Date (da – a) | Dal 2005 al 2007 | |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Università Cattolica di Milano | |
| • Qualifica conseguita | Laurea specialistica in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattative | |
| | | |
| • Date (da – a) | Dal 2015 al 2016 | |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Ecolife Evoluzione Salute e Ambiente s.r.l. a Milano | |
| • Qualifica conseguita | 2016: Diploma di Massoterapista: “Massaggiatore capo bagnino degli stabilimenti idroterapici” – MCB. | |
| | | |
| • Date (da – a) | Dal 2017 al 2022 | |
| • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione | Scuola di Osteopatia “Fisiomedic Academy” di Seregno. | |
| • Qualifica conseguita | 2019. Diploma di “Osteopathic Manual Terapy”. | |
| • Qualifica conseguita | 2022. Diploma di Osteopatia (D.O.). | 2023. |

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Partecipazione a corsi e
convegni

- 26-27 gennaio e 9-10 febbraio 2002. Back School - Neck School - Bone School: "Programmazione, organizzazione, conduzione e verifica" (I livello), organizzato dall' "Associazione Back School". Docente del corso: Prof. Benedetto Toso.
- 25-26 maggio 2002. Back School - Neck School - Bone School: "Programmi di lavoro specifici per le patologie del rachide" (II livello), organizzato dall' "Associazione Back School". Docente del corso: Prof. Benedetto Toso.
- Dal 29 settembre al 6 ottobre 2006. "Corso di Formazione Teoria, Tecnica e Didattica di tiro con l'Arco" presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.
- 15-18-21-26 settembre 2006. "Corso base di Teoria, Tecnica e Didattica dell'Aerobica e dello Step" presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.
- 28 settembre, 2-6-9 ottobre 2006. "Corso avanzato di Teoria, Tecnica e Didattica dell'Aerobica e dello Step" presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.
- 18-19 novembre 2006. "Rieducazione delle algie e delle patologie articolari parte prima: caviglia e ginocchio", organizzato dall' "Associazione Back School". Docenti del corso: Prof. Claudio Trachelio, Prof. Fabio Albanese, Prof. Gustavo Fenaroli.
- 2,3 dicembre 2006. "Rieducazione delle algie e delle patologie articolari parte seconda: anca, spalla, gomito e polso", organizzato dall' "Associazione Back School". Docenti del corso: Prof. Claudio Trachelio, Prof. Fabio Albanese, Prof. Gustavo Fenaroli.
- 2006. Responsabile Lecco Back School.
- 2007. Responsabile Bollate Back School presso "In Sport".
- 13-14 gennaio 2007. "Corso pratico sull'uso dei diversi palloni propriocettivi", organizzato dall' "Associazione Back School". Docente del corso: Prof. Enrico Ceron.
- 10 marzo 2007. Congresso Internazionale "Rachide & Riabilitazione multidisciplinare", organizzato dal Gruppo di Studio della Scoliosi e delle Patologie vertebrali in collaborazione con ISICO.
- 11-12-13 aprile e 9-10-11 maggio 2008. Partecipa al corso pratico di "Terapie Manuali, supporto Back School: 1° corso Colonna Vertebrale". Docente del corso: Prof. Francesco Mignani.
- 28 novembre 2009. Ha frequentato la giornata di aggiornamento "La scoliosi idiopatica adolescenziale" – strumenti di valutazione, protocolli operativi ed esercizi specifici (28 novembre 2009).
- 2010. Responsabile "Rho Back School" presso "Greenline".
- 20 marzo 2010. Congresso Internazionale "Rachide & Riabilitazione multidisciplinare", organizzato dal Gruppo di Studio della Scoliosi e delle Patologie vertebrali in collaborazione con ISICO.
- 13 marzo 2010. Partecipa al "Corso introduttivo di conoscenza e prova pratica della tecnica del Nordic Walking" svolto presso la Milanino Back School.

- E' iscritto alla Unione Nazionale Chinesiologi (UNC) dal 2010.
- 30 maggio 2010. Corso Base (4 livelli) "Pancafit" 2010. Docenti del corso: Roberto Bono e Daniele Raggi.
- 26 marzo 2011. Congresso Internazionale "Rachide & Riabilitazione multidisciplinare", organizzato dal Gruppo di Studio della Scoliosi e delle Patologie vertebrali in collaborazione con ISICO.
- Dal 2011 Tutor di Tirocinio di "Posturologia" nella Laurea Magistrale di Scienze Motorie presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.
- Dal 2012 relatore dei corsi di formazione obbligatoria (legge 81) "Back School e videoterminali" per Bosch Milano e Bosch Rexroth Cernusco sul Naviglio.
- 02 dicembre 2012. Relatore al convegno a Bologna "Trattamenti conservativi della cervicalgia: dalla diagnosi alla risoluzione del problema". Relazione: "La Neck School per la prevenzione e il trattamento della cervicalgia".
- 15 settembre 2013. Relatore al "1° Congresso Nazionale - Back School - Programma Toso" tenutosi a Milano. Relazione: "Organizzazione della Back School e della Neck School: 5 lezioni preliminari individuali e successive lezioni collettive".
- Relatore dei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso TECNOHABITAT a Milano (2013).
- 1 giugno 2014. Relatore alla Fiera di Rimini Wellness "Neck School: scuola del collo. Adattamento della Back School in funzione delle esigenze di chi soffre di cervicalgia" (2° Congresso Nazionale – Back School – Programma Toso)
- 2 giugno 2014. Relatore "Workshop Back School lombalgia e cervicalgia" con Benedetto Toso e Riccardo Toso
- 13-14 Settembre 2014. Partecipa al "3° Congresso Nazionale - Back School - Programma Toso" tenutosi a Assisi.
- Insegnante di corsi pratici di Back School presso l'Istituto Piero PIRELLI a Milano nell'anno 2014-2015.
- Master AFA ISICO (2014-2015) di 9 giorni dedicato a chi abbia conseguito la Laurea specialistica in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattative: ATTIVITÀ FISICA ADATTATA E RACHIDE.
- Dal 2014. Docente corso "Welcome to Bosch - Back School e VDT" presso Bosch Milano e Torino.
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso FOSFANTARTIGLIO a Rho (2014).
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso SEALED AIR a Passirana di Rho (2014).
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso RS components a Cinisello Balsamo (2014).
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso GEICO a Cinisello Balsamo (2014).
- Socio del Gruppo di Studio della Scoliosi e della colonna vertebrale per l'anno 2015.
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per la Movimentazione Manuale dei Carichi presso

FOSFANTARTIGLIO a Rho (2015).

- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso SAS a Milano e a Roma (2015).
- 25-26 aprile 2015. Corso di Posturologia Plantare. Docente del corso: Dott. Mario Ambrosone.
- Relatore di corsi per la Movimentazione Manuale di Carichi presso CROCE AZZURRA di Rovellasca e di Como in collaborazione con il Dott. Gianpiero Marabelli (2015).
- 23-24 maggio 2015. Partecipa al corso di Riprogrammazione posturale - CANALI POSTURAL METHOD - la valutazione che porta alla causa del trauma da carico iterativo. Docente del corso: Prof. Vincenzo Canali.
- Relatore di corsi di formazione "Back School e VDT" presso l'azienda BURSON-MARSTELLER di Milano (2015).
- 24 novembre 2015. Docente corso di presentazione "Back School in ambito aziendale" presso ZURICH in collaborazione con il Prof. Benedetto Toso.
- Relatore di corsi di formazione obbligatoria presso SPUMADOR (2016) nella sede di Caslino al Piano, Cadorago (CO).
- Collabora con AiFOS a Brescia nei corsi di Formazione per operatori della Sicurezza (2016).
- Febbraio 2016. Scrive l'articolo: "Dimmi come ti siedi e ti dirò come lavori" (dalla rivista Persone & Conoscenze) dedicato ai corsi di Back School nelle aziende in collaborazione con SEDUS.
- Marzo 2016. Presenta il video della sedia ergonomica "Sedus Swing Up" (2016) presso SEDUS.
- Relatore presso EXPOSANITA' Bologna 2016 – Back School Programma Toso in collaborazione con Chinesport.
- 7 giugno 2016. Intervento formativo presso l'azienda DEGW.
- Luglio 2016. Collabora nella stesura di un articolo di Back School nella rivista "Ok Sport e Salute".
- Novembre 2016 Consegue il Diploma di Massoterapista (MCB) presso Ecolife Milano (2016).
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso le sedi di TUV in provincia di Milano, Torino e Firenze (2016).
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso POMELLATO a Milano (2016).
- 4-5 marzo 2017. Partecipa al corso: "Prevenzione del dolore miofasciale". Docenti: Dott. Riccardo Castellini e Dott. Marco Rovatti.
- 1-2 Aprile 2017. Relatore della relazione "Back School e Massaggio Mioenergetico". Correlatore col dott. Marco Rovatti ed il dott. Riccardo Castellini della relazione "Trigger Point: Self-Myofascial Release" (4° Congresso Nazionale - Back School - Programma Toso).
- 22 aprile 2017. Partecipa al corso di secondo livello di "Riprogrammazione Posturale-Sportivo". Docente: Prof. Vincenzo Canali
- 23 aprile 2017. Partecipa al corso di secondo livello di "Riprogrammazione Posturale-Paramorfismi della colonna

vertebrale”. Docente: Prof. Vincenzo Canali

- 29 maggio 2017. Relatore presso Novartis nella sede di Origgio della conferenza: “Postural kids”.
- 6 settembre 2017. Relatore presso l’asilo nido e scuola materna di Tregasio: “Back School – prevenzione delle algie del rachide”.
- 14 settembre 2017. Relatore presso la fiera di Modena “Ambiente e Lavoro Convention nazionale”: “Prevenzione dei dolori muscoloscheletrici da lavoro” in collaborazione con AiFOS.
- 29-30 settembre e 1 ottobre 2017. Relatore presso Mercogliano: XIII CONGRESSO NAZIONALE KS - BACK SCHOOL: “La Neck School per un’efficace prevenzione e terapia della cervicalgia”; “Back School in ambito lavorativo” e “Lezione individuale di Back School e di Neck School – sessione pratica”.
- 18-19 novembre 2017. Partecipa al corso di “Rieducazione del pavimento pelvico” presso Villasanta Back School. Docenti del corso: Prof. Pasta Grazie e Prof. Zebellin Barbara.
- 25-26 novembre 2017. Partecipa all’ “Accademia base della terapia fisica vascolare BEMER”. Docenti del corso: Prof. Vivolo Damiano e Prof. Messina Paolo.
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per la Movimentazione Manuale dei Carichi presso AREXONS a Cernusco sul Naviglio (2017).
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso GRACE a Milano (2017).
- Relatore nei corsi di Sicurezza sul lavoro per i videoterminalisti presso SIRAM a Milano (2017).
- 16 dicembre 2017. Docente I corso “Backrack e Back School” a Verona presso il centro Rehab.
- Gennaio 2018. Docente corso “Back School e VDT” presso NOVACART.
- 12 Febbraio 2018. Docente corso “Backrack e Back School” presso il centro MedinMove a Lecco.
- 17-18 Febbraio 2018. Docente corso “Back School Programma Toso in Azienda” presso la Milanino Back School.
- Febbraio 2018. Docente corso “Back School e VDT” presso CENTRALE ELETTRICA EP PRODUZIONE di Montanaso (LO).
- Marzo 2018. Docente corso “Back School e VDT” presso le sedi di ECOERIDANIA Di San Giuliano Milanese ed Arenzano.
- Marzo 2018. Docente corso “Back School ed MMC” presso ORI MARTIN (BS).
- 18 Aprile 2018. Partecipa al corso di “Igiene Vertebrale ed Educazione Posturale” con dispositivo SpineFlowPillow CV4 superando positivamente l’esame ed acquisendo l’attestato di Personal Trainer.
- Aprile 2018. Docente corso “Back School ed MMC” presso Pomellato con un nuovo format individualizzato per le mansioni più a rischio degli orafi (addetti alla pulitura dei gioielli).

- 9 maggio 2018. Partecipa al “Corso di Aggiornamento ASSP – RSPP – Formatori Area Tematica n. 3 (Comunicazione) – valido come 6 ore di aggiornamento: “Presentazioni creative: dal powerpoint all’empowerment”.
- Maggio 2018. Docente corso “Back School ed MMC” presso WAYNE FUELING SYSTEMS ITALIA (MI e SO).
- Maggio 2018. Docente corso “Back School ed VDT” presso TOSHIBA.
- Maggio 2018. Docente corso “Ergonomia in azienda” presso PPG Industries Italia - Max Meyer.
- 29 maggio 2018: ottiene il “Certificate of Attendance – English beginner 1 – Grade: A”
- 14 giugno 2018. Vincitore “Premio Innovazione AiFOS 2018”: bando di concorso riservato agli associati AiFOS col nuovo progetto di sessioni individuali presentato presso Pomellato: “Educazione posturale per gli addetti del settore orafo”.
- 19 maggio 2018. 16 dicembre 2017. Docente corso “Backrack e Back School” presso la Milanino Back School.
- Da giugno 2018. Docente corso “Back School ed MMC” presso ATM S.p.A.
- Giugno 2018. Docente corso “Back School ed MMC” presso Officina Meccanica Casiraghi Srl.
- Luglio 2018. Docente corso “Back School ed MMC” presso SACBO in Aeroporto Orio al Serio.
- Luglio 2018. Collabora con Technogym e Wellink.
- Luglio 2018. Collabora con CREDEM.
- Settembre 2018. Docente corso “Ergonomia e VDT” presso MVS MULTIVENDOR SERVICE a Vimercate.
- 20 settembre 2018. Relatore workshop “Ergonomia, postura e dolori muscoloscheletrici” presso Safety Expo -Bergamo- 2018
- Settembre 2018: Docente corso extracurricolare di Back School presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore di Milano.
- 6-7 Ottobre 2018. Docente del corso “Canali Postural Method e Back School Programma Toso” "nuove frontiere della stabilizzazione dinamica" in collaborazione con il Prof. Vincenzo Canali.
- 23-24-25 Novembre. Docente corso “Back School Programma Toso – I livello” presso Altamura (BA).
- 14 Dicembre 2018. Relatore “Back School Programma Toso” presso l'Università di Bologna.
- 15-16 Dicembre 2018. Docente corso “Back School Programma Toso in Azienda” presso Hotel Ritz di Abano Terme.
- 19-20 Dicembre 2018. Docente corso “Prevenzione Patologie muscolo-scheletriche” presso Alce Srl a Valsamoggia.
- 19 Gennaio 2019. 19 maggio 2018. 16 dicembre 2017. Docente corso “Backrack e Back School” presso la Milanino Back School.
- 27 Gennaio 2019. Docente corso “Back School Programma Toso in Azienda” presso Kinetica a Castiglione Torinese.
- Febbraio 2019. Relatore corsi di Ergonomia presso GUCCI in collaborazione con CIE.

- 16-17 Marzo. Relatore corso “Back School in Azienda” presso la Milanino Back School.
- Aprile 2019. Relatore “Back School Programma Toso” ed MMC presso Albertini Cesare S.p.A a Villasanta (MB).
- Aprile 2019. Relatore “Back School Programma Toso” e VDT presso Lombarda Recupero Srl a Sesto San Giovanni (MI)
- 20-21 Aprile 2019. Docente corso “Back School Programma Toso in Azienda” presso la Milanino Back School.
- 6 Maggio 2019. Consegue il diploma di “Osteopathic Manual Therapy” presso la sede di Seregno di Fisiomedic Academy.
- 21 maggio 2019. Consegue il titolo di Beginner 2 con voto “A” presso la New English Teaching
- 25-26 maggio 2019. Partecipa al “Seminario di Posturologia” tenuto dal docente Ruben Ghezzi – Osteopata, Massofisioterapista e Chinesologo.
- Giugno 2019. Relatore presso Bosch Rexroth Oil Control S.p.A a Nonantola (MO), Vezzano sul Crostolo (RE), Pavullo nel Frignano (MO).
- 25 luglio 2019. Direttore video “Fit @ Bosch” per la prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche, presso Bosch Milano.
- 7-8 settembre 2019. Docente di “Back School Programma Toso” presso il Master di Posturologia a Palermo.
- Settembre 2019. Creazione della pagina Facebook “Back School in Azienda” e “Back School Programma Toso”.
- Settembre 2019. Creazione nuovo sito: www.backschoolinazienda.it e pagina “Back School in Azienda” su “google” e Facebook.
- Ottobre 2019. Creazione del canale YouTube “Back School in Azienda”
- Novembre 2019. Creazione del gruppo Facebook “Back School Programma Toso”
- Marzo 2020. Creazione di video pillole messe a disposizione gratuitamente sul sito di AiFOS per gli smart workers.
- Marzo 2020. Docente corsi “Back School e Smartworking” presso Scavolini in collaborazione con CIE.
- Marzo 2020. Moderatore e Relatore della pagina Facebook “Il Riabilitatore” e dei gruppi “Fisioterapia e Riabilitazione” e “Back School Programma Toso”.
- 23-24 maggio. Relatore al convegno “Back School 2.020”: aggiornamento dei 6 cardini con l'intervento “Back School in Azienda”.
- Giugno 2020. Docente del corso “Introduzione alla Back School” in collaborazione con Kern School
- 4-5 luglio. Docente corso “Back School in Azienda”
- Luglio 2020. Docente corsi “Back School e Smartworking” presso IBM
- Settembre 2020. Docente corsi “Back School e Smartworking” presso Ideal Standard
- Ottobre 2020. Relatore nei corsi di Sicurezza sul Lavoro per i presso Lucefin a Esine e Darfo Boario Terme (BS).
- Ottobre 2020. Relatore nei corsi di Prevenzione delle rachialgie e delle patologie occupazionali per Scavolini in

collaborazione con CIE.

- Novembre 2020. Relatore corso Wellbeing per Bulgari in collaborazione con Quadrifor, Emmedelta Group.
- Novembre 2020. Relatore corso “Wellbeing for good” per Accenture in collaborazione Sport Senza Frontiere Onlus.
- Novembre 2020. Relatore corso “Wellbeing for good” per Amazon in collaborazione con Sport Senza Frontiere Onlus.
- Dicembre 2020. Relatore nei corsi di Sicurezza sul Lavoro per ERG.
- 16 Gennaio 2021. Segue il corso: “Una voce che cura” di Fabio De Lucia.
- Febbraio 2021. Formatore corso “Smart Working e Prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche” rivolto agli addetti ai lavoratori in collaborazione con Tecnolambro.
- Febbraio 2021. Formatore corso “Smart Working e Prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche” presso ARESI S.p.A. (Bosch Group).
- 19 Febbraio 2021. Il progetto “Igiene Vertebrale” di “Back School in Azienda” in collaborazione con AiFOS, viene pubblicato sul famoso quotidiano di Sicurezza sul Lavoro “Punto Sicuro”.
- Marzo 2021. Docente del corso “Igiene vertebrale: dalla teoria alla pratica” in collaborazione con AiFOS, rivolto agli addetti alla sicurezza sul lavoro.
- Marzo 2021. Creazione del canale YouTube “Back School in Azienda”
- 22 Aprile 2021. Relatore videconferenza: “Prevenzione disturbi muscolo-scheletrici” rivolta ai Rappresentanti dei lavoratori per la sicurezza in collaborazione con AiFOS.
- Maggio 2021. Relatore del corso di “Back School” presso la Scuola di Posturologia “Postura Facile” in collaborazione col dott. Vanni Jeni.
- Maggio 2021. Relatore del corso “Prevenzione delle Patologie Muscolo Scheletriche” presso Varian Medical Systems Italia S.P.A..
- Giugno 2021. Relatore del corso “Prevenzione delle Patologie Muscolo Scheletriche” presso Kedrion Biopharma in collaborazione con CIE.
- Giugno 2021. Partecipa e supera con successo il “Corso di specializzazione con esame finale Formatore – Docente sicurezza” presso Italia Consulenze & Formazione in collaborazione con AiFOS.
- Luglio 2021. Relatore del corso “Prevenzione delle Patologie muscolo-scheletriche” presso Google in collaborazione con Sport Senza Frontiere Onlus.
- Luglio 2021. Relatore del corso “Prevenzione delle Patologie muscolo-scheletriche” presso Ferrero in collaborazione con CIE.
- Settembre 2021. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso “Casa di Riposo Scola” a Besana Brianza
- Ottobre 2021. Nomina di “Docente di Laboratorio” da parte dell’Università Cattolica di Milano nell’insegnamento di

“Posturologia”.

- Novembre 2021. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Marbo - Pogliano Milanese.
- Novembre 2021. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Springer.
- 19 Dicembre 2021. Docente corso “Back School” presso “Postura Facile” in collaborazione con Vanni Jeni presso “Virgin Active Academy” di Corso Como a Milano.
- 22 Gennaio 2022. Docente corso “Back School per tutti” in collaborazione con “Back School Programma Toso”.
- 21 Febbraio 2022. Docente corso “Ergonomia su due ruote” per l’azienda Deliveroo in collaborazione con AiFOS.
- 26 Marzo 2022. Docente corso “Scuola del Respiro” in collaborazione con il dott. Antonio Romano di “Erba Back School”.
- 2 Aprile 2022. Relatore presso il “CONGRESSO NAZIONALE PATOLOGIA VERTEBRALE” di Pesaro della relazione: “L’Educazione in ambito lavorativo: esperienza pratica”
- Aprile 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Atlas Copco BIm Srl.
- Aprile 2022. Consegna video per il benessere aziendale ad OTB Group.
- Maggio 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Eureka Srl in collaborazione con Tecno Habitat.
- Maggio 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso CS Srl in collaborazione con Tecno Habitat.
- Maggio 2022. Relatore corso “Consapevolezza Posturale ed Emotiva” presso Eureka Srl.
- Maggio 2022. Relatore corso “Consapevolezza Posturale ed Emotiva” presso CS Srl.
- Maggio 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Energie SPA in collaborazione con CIE.
- Giugno 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Verallia Italia Spa in collaborazione con CIE.
- Da giugno ad ottobre 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Vhit Spa in collaborazione con Tecno Habitat SRL
- 7 ottobre 2022. Relatore conferenza “Prevenzione del mal di schiena”, presso la sala conferenza Davide Sassoli - Piazza Indipendenza - San Donà di Piave.
- Ottobre 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Marbo - Garlasco.
- Novembre 2022. Relatore corsi presso Rexroth Bosch Nonantola e Pavullo nel Frignano dei corsi “Alimentazione e stile di vita” in collaborazione con la nutrizionista Ramona Frida Moroni.
- Novembre 2022. Relatore corsi presso Rexroth Bosch Nonantola e Pavullo nel Frignano dei corsi “Consapevolezza posturale e consapevolezza emotiva” in collaborazione con la

psicologa e psicoterapeuta Lucia Chiarioni.

- Novembre 2022. Relatore corsi di Prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso TIV Valves srl in collaborazione con TecnoAdda s.a.s..
- Dicembre 2022. Relatore corsi di promozione per il Benessere Aziendale presso Gefran S.p.A..
- 3-4 Dicembre 2022. Partecipa a Pavia al corso del dott. Gian Pietro Mainardi, fisioterapista-osteopata: "Metodo Posturo-Logico ABC".
- 20 Gennaio 2023. Partecipa al convegno: "Non c'è futuro senza tradizione" presso il Palazzo delle Stelline a Milano organizzato dalla casa editrice ESTE.
- Febbraio 2023. Relatore dei corsi di "Prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche in Azienda" presso Sabaf ad Ospitaletto (BS) in collaborazione con AiFOS.
- Marzo 2023. Docente corsi MAPO (Movimentazione Assistenziale Pazienti Ospedalizzati) presso centro "Piccolo Cottolengo Don Orione" a Seregno in collaborazione con TecnoLambro.
- 15 Marzo 2023. Docente corso "Back School" presso lo studio di Architettura De Lucchi a Milano in collaborazione con BCS srl.
- Marzo-Aprile 2023. Docente corsi webinar "Back School" presso Galdi Srl Treviso.
- 16 Aprile 2023. Docente corso "Back School" in collaborazione con "Postura Facile" di Vanni Jeni presso Virgin Active Milano.
- 19-20 Aprile 2023. Docente del corso "Alimentazione e stile di vita" presso Bosch Rexroth Oil Control Spa di Vezzano sul Crostolo in collaborazione con la biologa-nutrizionista Ramona Moroni.
- 27 Aprile 2023. Docente corsi MMC presso Baglioni Spa.
- 13-14 Maggio 2023. Relatore "Back School in Azienda" in occasione del VII Congresso Nazionale di "Back School Italia".
- 20 Maggio 2023. Docente corso webinar "Back School in Azienda" in collaborazione con "In Forma Corsi" di Andrea Civardi.
- 26-27-28 Maggio. Docente "Corso di I livello di Back School" presso Sport Academy Pescara in collaborazione con Benedetto Toso.
- Giugno-Luglio 2023. Docente corso webinar "Neck School" presso l'azienda Covestro S.r.l.
- 10-11 Giugno 2023. Partecipa al corso "Functional Leukotaping" tenutosi presso Cascina Scova - Pavia. Docenti: Andrea Civardi Fisioterapista - Osteopata D.O.M.R.O.I. ed Andrea Zocca Fisioterapista - Terapista Manuale
- 3-4 Luglio 2023. Docente del corso "Consapevolezza Posturale e Consapevolezza emotiva" presso Bosch Rexroth Oil Control Spa di Vezzano sul Crostolo in collaborazione con la psicologa-psicoterapeuta Lucia Chiarioni.
- 12 Luglio 2023. Docente corso "Prevenzione delle patologie muscolo scheletriche" presso Flextronics SAS Somaglia (LO) in collaborazione con 2Di Group Milano.

- 21 settembre 2023. Relatore presso Safety Expo Bergamo del workshop “Igiene Vertebrale: dalla teoria alla pratica”.
- 12 e 25 settembre 2023. Docente corso “Prevenzione delle Patologie muscolo-scheletriche” per RSPP e ASPP in collaborazione con Italia Consulenze & Formazione s.r.l. a Milano.
- 27-28 settembre 2023. Docente corso VDT per EP Produzione a Terni in collaborazione con AiFOS.
- Settembre-ottobre 2023. Docente dei corsi webinar relativi alla prevenzione delle patologie-muscolo scheletriche per Iccrea Banca in collaborazione con Sport Senza Frontiere.
- Settembre-novembre 2023. Docente presso Corden Pharma Caponago S.p.A. dei corsi di aggiornamento per i lavoratori in collaborazione con TecnoLambro.
- 13 ottobre 2023. Docente del corso “MMC” presso Safety Kleen in collaborazione con Italia Cosulenze & Formazione Milano.
- 7-8 novembre 2023. Docente corso VDT per EP Produzione a Roma in collaborazione con AiFOS.
- 5 ottobre - 14 novembre 2023. Docente corso VDT per EP Produzione a Milano in collaborazione con AiFOS.
- 13 novembre 2023. Docente corso “Consapevolezza Posturale” presso Pirelli presso la sede di Basilea.
- 21 novembre 2023. Docente con la psicologa-psicoterapeuta Lucia Chiarioni in collaborazione con AiFOS del webinar “Consapevolezza Posturale e Consapevolezza Emotiva” per Iveco Group.
- 27-28-29-30 novembre 2023. Docente corso “Ergonomia e Prevenzione delle patologie muscolo scheletriche” presso ECOLOGICA S.P.A. a Taranto in collaborazione con Ma consulting Salute e Sicurezza Luoghi Lavoro.
- 2-3 dicembre 2023. Partecipa a Cusano Milanino presso la “Milanino Back School” al corso avanzato del dott. Gian Pietro Mainardi, fisioterapista-osteopata: “Metodo Posturo-Logico ABC”.
- 15 dicembre 2023. Docente del corso “Wellbeing aziendale e benessere organizzativo: ascoltare il corpo per alleggerire la mente” presso Macoma Consulting S.R.L. a Fabriano (AN).
- 18 dicembre 2023. Docente del corso webinar “Salute e Sicurezza gruppo Artemide - Formazione RLS - aggiornamento (2023)” in collaborazione con Tecno Habitat.
- 8 gennaio 2024. Relatore presso Deutsche Bank in Milano Bicocca di “Igiene vertebrale: dalla teoria alla pratica”.
- 18 gennaio 2024. Relatore presso sala Moneta a Cusano Milanino di “Prevenzione Cervicalgia e malattie occupazionali” per la popolazione di Cusano Milanino in collaborazione con l’Università della terza età.
- 23 febbraio 2024. Pubblicazione del libro “Se solo lo avessi saputo prima”.
- 24 febbraio 2024. Organizzatore insieme ad Andrea Civardi del congresso “In Forma day 2024”. Relatore di: “Igiene vertebrale: dalla teoria alla pratica” per Back School Programma Toso e Back School in Azienda.

- 11 marzo 2024. Co-docente insieme alla biologa nutrizionista Ramona Moroni per il corso di 8h in Bosch: "Alimentazione e Stile di Vita".
- 14 marzo 2024. Relatore presso sala Moneta a Cusano Milanino di "Gestione di Ansia e Stress" per la popolazione di Cusano Milanino in collaborazione con l'Università della terza età.
- 18 marzo 2024. Co-docente insieme alla psicologa psicoterapeuta Lucia Chiarioni per il corso di 8h in Bosch: "Consapevolezza Posturale e Consapevolezza Emotiva".
- 4-5-29 aprile 2024. Docente di webinar pratici di 3h "Prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche" per EP produzione in collaborazione con AiFOS.
- 8 aprile 2024. Docente del corso pratico di 8h di "Igiene Vertebrale e Gestione di Ansia e Stress" per Bosch Rexroth Oil Control Spa a Pavullo nel Frignano (MO).
- 9-23 aprile 2024. Docente di 4 corsi di 4h pratici di "Consapevolezza Posturale" presso Corden Pharma Caponago S.p.A. in collaborazione con Tecnolambro.
- 11 aprile 2024. Docente del corso pratico di 6h di "Igiene Vertebrale" presso Lombarda Recupero a Sesto San Giovanni in collaborazione con Tecno Habitat SRL. Co-docente Riccardo Toso.
- 22 aprile 2024. Co-docente insieme alla biologa nutrizionista Ramona Moroni per il corso di 8h in Bosch: "Alimentazione e Stile di Vita".
- 3 maggio 2024. Docente del webinar pratico di 3h "Prevenzione delle patologie muscolo-scheletriche" per EP produzione in collaborazione con AiFOS.
- 6 maggio 2024. Co-docente insieme alla biologa nutrizionista Ramona Moroni per il corso di 8h in Bosch: "Alimentazione e Stile di Vita".
- 9 maggio 2024. Docente corso di 4h pratico di "Consapevolezza Posturale" presso Corden Pharma Caponago S.p.A. in collaborazione con Tecnolambro.
- 10 maggio 2024. Formazione "Consapevolezza Posturale" presso centro anziani di Cormanico.
- 13-20 maggio 2024. Docente del corso pratico di 8h di "Igiene Vertebrale e Gestione di Ansia e Stress" per Bosch Rexroth Oil Control Spa.
- 14 maggio. Docente del webinar di 4h "Igiene Vertebrale: dalla teoria alla pratica" in collaborazione con Job Service S.r.l.
- 21-22 maggio 2024. Docente corso "Consapevolezza Posturale" presso Lascor a Sesto Calende in collaborazione con Tecnolambro.
- 27 maggio 2024. Docente del corso di 3h "Welcome to Bosch" presso la sede di Bosch a Milano.
- 28 maggio 2024. Docente del corso di 3h "Welcome to Bosch" presso la sede di Bosch a Torino.
- 31 maggio 2024. Docente del corso di aggiornamento ASPP - Leroy Merlin "Igiene posturale e videoterminali" della durata di 4h in collaborazione con AiFOS.
- 1-2-3 giugno 2024. Docente corso "Consapevolezza Posturale"

presso Lascor a Sesto Calende in collaborazione con Tecnolambro.

- 17 giugno 2024. Docente corso “Igiene vertebrale: dalla teoria alla pratica” presso Hallstar Italia Srl ad Arcore in collaborazione con Tecnolambro.
- 25 giugno 2024. Docente corso “Igiene vertebrale: dalla teoria alla pratica” presso SACBO S.p.A. a Grassobbio in collaborazione con AiFOS.
- 16 luglio 2024. Docente corso di 8h “Igiene vertebrale: dalla teoria alla pratica” presso Mapei a Milano.
- 17-25 luglio 2024. Docente corso di 3h “Ergonomia e VDT” presso Bosch Milano.
- 24 luglio 2024. Docente corso webinar di 3h “Ergonomia e VDT” per Bosch Milano.

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

PRIMA LINGUA ITALIANO

ALTRE LINGUE FRANCESE

- | | |
|---------------------------------|-------|
| • Capacità di lettura | Buona |
| • Capacità di scrittura | Buona |
| • Capacità di espressione orale | Buona |

CAPACITÀ E COMPETENZE RELAZIONALI

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), etc

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in

Tutor di tirocinio alla laurea specialistica di Scienze Motorie dell'Università Cattolica di Milano nell'insegnamento di “Posturologia” dall'anno accademico 2011-2012

Docente di laboratorio nell'insegnamento di Posturologia all'Università Cattolica di Milano dall'anno accademico 2021-

attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc. 2022.

**CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE**

Con computer,
attrezzature specifiche,
macchinari, etc.

Posseggo la qualifica di "formatore per la salute e sicurezza sul lavoro" nella materia oggetto dei miei studi, secondo quanto previsto dal Decreto Interministeriale 6 marzo 2013 "Criteri di qualificazione della figura del formatore per la salute e sicurezza sul lavoro"

**CAPACITÀ E COMPETENZE
ARTISTICHE**

Musica, scrittura,
disegno, etc.

**ALTRE CAPACITÀ E
COMPETENZE**

Competenze non
precedentemente
indicate.

PATENTE O PATENTI

B

ULTERIORI INFORMAZIONI

ALLEGATI

"Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 del GDPR (Regolamento UE 2016/679)."

CITTA': Cinisello Balsamo

DATA: 24/04/2024

NOME E COGNOME (FIRMA)

