



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 Therapy”.
• 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 propiocettivi", 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) "Pancafif" 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 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 Realease" (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 Origlio 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 muculoscheletrici” 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 Recuperi 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 Terapy” presso la sede di Seregno di Fisiomedic Academy.
- 21 maggio 2019. Consegue il titol di Beginner 2 con voto “A” presso la New English Teaching
- 25-26 maggio 2019. Partecipa al “Seminario di Posturologia” tenuto dal docente Ruben Ghezzo – Osteopata, Massofisioterapista e Chinesiologo.
- 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](http://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 Vertebrata” 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 Blm Srl.
- Aprile 2022. Consegna video per il benessere aziendale ad OTB Group.
- Maggio 2022. Relatore corsi di prevenzione delle patologie muscolo scheletriche presso Eureko 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 Eureko 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 Recuperi 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 Cormano.
- 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)

