

Curriculum vitae

Nome: **Ilaria**

Cognome: **De Francesco**

Data di nascita: 12/01/1974

Residenza: Via Pinzolo, 68

00124 – Roma

Recapiti: + 39 348/5100652

E-mail: ilaria.defrancesco@gmail.com

Formazione e specializzazioni

- Laurea in Biologia, Università “La Sapienza” (votazione 110/110 e lode);
- Diploma di Dirigente di Comunità presso la Scuola Superiore Statale “Jean Piaget” di Roma (votazione 88/100);
- Diploma presso il Liceo Scientifico “F. Enriques” di Roma;
- Attestato di competenza professionale di Counselor in Costellazione Familiare Sistemica rilasciato da A.C.Co.F.S. (Associazione counselor di Costellazione Familiare Sistemica);
- Attestato di partecipazione al training intensivo teorico esperienziale di 120 ore “Cibo [è] Salute, Psicoeducazione, counseling e coaching nella promozione del benessere e nella cura dell'alimentazione, del peso e dell'immagine corporea” presso l'Aspic di Roma;
- Corso di Alta Formazione in Disturbi del Comportamento alimentare e Mindfulness- Centro Italiano studi Mindfulness, Mondo- Mindful (70 Ore) ;
- “Child nutrition and Cooking”- Stanford University (online- www.coursera.org);
- “Every day parenting: The ABCs of child rearing” - Yale University (online- www.coursera.org);
- “Fondamenti di dietetica e nutrizione umana” corso di aggiornamento organizzato dal B.H.C. -Roma;
- “ Diploma in Nutrizione nello sport emesso da MPS Italia, riconosciuto Coni;
- Corso di formazione di 72 ore per educatrici 0-3 anni e dirigenti di comunità “Saper fare saper essere” presso il Centro Nascita Montessori di Roma ;
- Corso di 20 ore sulla “Genitorialità - Manuale d'amore” tenuto dalla Dott.ssa Katia Amorese;
- Corso di Ludocounseling (8 ore) “Giochi di terra” tenuto dalla Cooperativa “A piccoli passi” (Trainer Paola Tonelli);
- Corso di “ Musica in culla” presso la scuola Donna Olimpia di Roma (70 ore);

- Corso di Ludocounseling (8 ore) "La scatola azzurra" (il gioco della sabbia) tenuto dalla Cooperativa "A piccoli passi" (trainer Paola Tonelli);

Esperienze di lavoro

2016/2023 – Attività di Counseling Individuale e conduzione di gruppi in Counseling alimentare; progetti di Art-counseling e Mindfulness nella scuola primaria e secondaria di primo e secondo grado ("Maestre Tascabili", "Star bene a scuola").

Conduzione di Costellazioni familiari sistemiche

2014/2016 - Attività di Ludo-counseling e "Musica in culla" presso diversi nidi e scuole materne di Roma;

2013/2014 - Periodo di riqualificazione e formazione professionale;

2004/2013 - Ho svolto diverse attività in aziende del settore biomedico-alimentare (informatore scientifico e trainer); principalmente mi sono occupata di formare e affiancare il personale;

1994/2004 - Carriera di soprano professionista: ho interpretato vari ruoli da protagonista, tra i quali l'"Aida" diretta da Franco Zeffirelli in occasione del centenario verdiano (2001).

Lingue e informatica

- Buona conoscenza dell'inglese scritto e parlato (equiparabile a livello B2);
- Buona conoscenza dello spagnolo scritto e parlato (equiparabile a livello B2);
- Ottima conoscenza dell'ambiente Windows e dei programmi di office automation più diffusi.

Interessi extra-professionali

Sono appassionata di viaggi, lettura, musica e trekking in montagna.

Roma, 31/03/2023

F.to Ilaria De Francesco

