

## INFORMAZIONI PERSONALI



## Lucca Flavia

📍 Via P. Togliatti 50, 26812 Borghetto Lodigiano (Italia)

☎ 3338096719

✉ flavia\_lucca@yahoo.it

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

26/04/2017

**Laurea in Biologia applicata alle scienze della nutrizione**

Livello 7 QEQ

Università degli Studi di Milano, Milano (Italia)

- Diploma scientifico biologico conseguito presso l'istituto A. Volta di Lodi con il punteggio di 74/100
- Laurea triennale in Scienze Biologiche conseguita il 29/04/2014 presso l'Università degli Studi di Milano, con il punteggio di 93/110
- Laurea magistrale in Biologia applicata alle scienze della nutrizione conseguita il 26/04/2017 presso l'Università degli Studi di Milano, con il punteggio di 110L/110
- Superamento dell'esame di Stato per biologi in data 11 luglio 2017
- Iscrizione all'Ordine Nazionale dei Biologi dal 15 febbraio 2018 con numero di iscrizione AA\_079730

13/01/2018–10/03/2018

**17° Corso di Alimentazione e Nutrizione Umana di Scuola Nutrizione Salernitana**

Il programma del corso prevede diversi argomenti, alimentazione nel soggetto sano e patologico, alimentazione nella donna, diversi protocolli nutrizionali, quali dieta chetogenica, protocollo Blackburn, protocollo SNS, protocollo autoimmune, alimentazione vegetale, dieta ciclica.

26/05/2018–03/06/2018

L'alimentazione pratica nel crossfit, bodybuilding e powerlifting

30/05/2018–30/05/2018

La cellulite: strategie alimentari ed esercizio fisico

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

20/02/2018–alla data attuale

**Biologo/Biologa**

Svolgo attività di libera professione come Biologa Nutrizionista presso lo studio associato alla parafarmacia di Borghetto Lodigiano.

02/01/2019–alla data attuale

**Biologo/biologa**

Dal 2 gennaio 2019 collaboro presso lo studio medico associato del dottor Attilio Speciani a Milano, in qualità di biologa nutrizionista.

09/10/2017–08/06/2019

**Insegnante nella scuola primaria**

Ho svolto la professione di insegnante di sostegno per 7 ore settimanali nella scuola primaria di Pieve Porto Morone, assistendo la bambina durante lo svolgimento delle attività scolastiche supportandola e spiegandole le diverse esercitazioni. Ho svolto la professione di insegnante supplente presso la quarta elementare di Borgo San Giovanni.

Durante l'anno scolastico 2018/2019, presso la scuola primaria di Corteolona, ho svolto attività di

insegnante di potenziamento.

01/2016–03/2017

**Tirocinio formativo**

Ospedale ASST Gaetano Pini/CTO, Milano (Italia)

L'esperienza è stata di un tirocinio formativo presso l'ambulatorio di dietologia del Centro Parkinson di Milano durante il quale ho potuto prendere parte allo studio relativo alla correlazione tra la malattia di Parkinson e la disbiosi intestinale; ho inoltre raccolto i dati necessari alla stesura della tesi di laurea dal titolo "Relazione tra abitudini alimentari, stipsi e microbiota in pazienti affetti da malattia di parkinson e altre forme di parkinsonismi". Nel corso di questa esperienza ho acquisito diverse competenze, quali:

- reclutamento pazienti e compilazione delle schede di reclutamento, che comprendono anamnesi, parametri antropometrici e compilazione criteri di stipsi (criteri diagnostici di Roma III)
- consegna, spiegazione e raccolta dei diari alimentari
- inserimento e analisi dei diari alimentari con software validato (Winfood)
- attività ambulatoriale, tra cui valutazione della composizione corporea tramite impedenza bioelettrica, stima del metabolismo basale attraverso calorimetria indiretta
- gestione database

**Attività o settore** Ambulatorio di dietologia

2014–01/12/2018

**Lezioni private**

Dal 2014 offro aiuto compiti e lezioni private a ragazzi di scuole secondarie di primo e secondo grado di storia, geografia, matematica, inglese, scienze, biologia, arte, grammatica. In questi anni ho imparato ad apprendere le difficoltà dei ragazzi e ho quindi cercato di trovare il metodo di studio più idoneo ad ognuno di loro.

2014–2016

**Promoter**

Ho svolto attività di promoter per diversi marchi di profumo presso le profumerie Marionnaud situate nei centri commerciali Bennet di Pieve Fissiraga e San Martino in Strada e presso la profumeria Sephora di Lodi.

Durante queste attività ho acquisito diverse competenze, tra cui:

- buona capacità di relazionarmi con i clienti
- assistenza e consulenza ai clienti sui prodotti in vendita

**COMPETENZE PERSONALI**

Lingua madre italiano

Lingue straniere

	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	B1	B1	B1	B1	B1
Cambridge English: Key (KET)					

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato  
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

**Competenze comunicative**

Buone capacità di relazionare e di ascoltare le esigenze di persone di tutte le età, dagli anziani ai bambini.

**Competenze organizzative e gestionali**

Ho acquisito buone competenze organizzative durante lo svolgimento del tirocinio, in cui ho seguito e affiancato le mansioni di dietista.

**Competenze professionali**

Buona padronanza a gestire bambini acquisita durante il servizio di baby sitter.

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente autonomo	Utente autonomo	Utente base	Utente base	Utente base

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

- Conoscenza del pacchetto Office (Word, Excel, Powerpoint) e del pacchetto OpenOffice (Writer, Calc, Impress)
- Conoscenza di sistemi Windows dalla versione XP alla versione Windows 10
- Utilizzo di sistemi mobili con sistemi Android ed Apple

Altre competenze

Sono una persona dinamica e attiva, mi sono sempre data da fare adattandomi a qualsiasi tipo di lavoro. Quando ancora ero una studentessa liceale in estate ero animatrice nei campi estivi; da allora fino ad oggi partecipo attivamente come volontaria agli eventi organizzati dalla Pro Loco del mio paese.

Adoro viaggiare, sia in Italia che all'estero, sono una persona curiosa, mi piace leggere e informarmi su tutto ciò che faccio; mi rilasso stando all'aria aperta e facendo lunghe passeggiate in compagnia della mia cagnolina.

Patente di guida

B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Trattamento dei dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi dell'art. 13 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)