

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	AIUTO ANNARITA
Indirizzo	VIALE XX SETTEMBRE, 40 34100 TRIESTE
Telefono	345 9847705
Fax	
E-mail	dr.annarita.aiuto@gmail.com
C.F.	TAINRT77M61I904D
Nazionalità	<i>Italiana</i>
Data di nascita	<i>21/08/1977</i>

ESPERIENZA LAVORATIVA

- | | |
|---|----------------------------------|
| • Date (da – a) | <i>2012 - 2025</i> |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | <i>me stessa</i> |
| • Tipo di azienda o settore | <i>Paramedico: alimentazione</i> |
| • Tipo di impiego | <i>Libera professionista</i> |

PRINCIPALI MANSIONI E RESPONSABILITÀ

Consulente alimentare, specializzata in alimentazione vegetariana, dietetica secondo la Medicina Cinese, fitoterapia, nutraceutica e terapie batteriche. Fornisce al singolo paziente un servizio di educazione alimentare volto a mantenere uno stato di benessere ottimale o come sostegno alla prevenzione e alla cura di diverse patologie.

Lavora presso studio medico Cinerari - Trieste.

Lavora presso Avalon wellness and medical center - Sgonico (TS)

Ha lavorato presso Fisiomed Italia, Trieste.

Autrice del libro "Alimentazione Taoista in Medicina Cinese", con Franco Bottalo, per Xenia edizioni (2015) .

Scrittrice di articoli a taglio scientifico divulgativo sull'alimentazione per riviste come "Gli amici del cuore", "Alimentazione e salute", "Stare sani", ...

Ha tenuto la rubrica "Un altro gusto", per il quotidiano locale "Il Piccolo", in uscita ogni venerdì (2016-2017)

Docente di Dietetica Cinese Classica presso scuola fiduciaria "A.P.O.S." e "F.I.S.T.Q." Il Giardino di Hoshin, a Trieste dal 2012 al 2020

Insegnante di educazione alimentare per AMeC (Associazione Medicina e Complessità), Trieste e occasionalmente per altre associazioni o società.

Docente alla Personal Fitness Coach Academy (dal 2019)

Docente in corsi postgraduate per osteopati sull'alimentazione presso l'Osteopathic College di Trieste (dal 2020 al 2022)

Docente in progetti di educazione alimentare in collaborazione con l'Azienda Sanitaria locale (dal 2020)

Docente all'Osteopathic College per l'alimentazione nel triennio di formazione base (dal 2020 al 2022)

Relatrice di conferenze in ambito alimentare-sanitario per promuovere un'alimentazione più consapevole.

Relatrice in convegni in ambito medico-scientifico su alimentazione ed eubiosi (2018)

Docente in corsi di educazione alimentare presso Eataly - Trieste (2018)

Docente in percorsi differenziati per personale sanitario e del benessere e per il pubblico.

Ospite della trasmissione televisiva Mela Verde per parlare di proteine vegetali (2015).

Ospite di diverse trasmissioni radiofoniche per radio RAI regionale.

Tiene il blog alimentazionesalutare.com

- | | |
|---|--|
| • Date (da – a) | 2003-2010 |
| • Nome e indirizzo del datore di lavoro | Servier Italia S.p.a
via Luca Passi, Roma |
| • Tipo di azienda o settore | Azienda Farmaceutica |
| • Tipo di impiego | Informatore scientifico del farmaco |

Principali mansioni e attività

*Informa i medici in ambito medico-scientifico riguardo le proprietà di farmaci.
Collabora all'organizzazione di convegni, corsi ed altri eventi a carattere medico-scientifico, curando la programmazione, i contatti con i relatori e la promozione presso il pubblico potenzialmente partecipante, la progettazione della logistica e dei servizi accessori*

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Date (da – a)	2022-2025
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Scuola di Counselling e Coaching Educativo - Animologia Immaginale</i>
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	<i>Pratiche meditative, immaginali e animologiche. Assetto energetico del proprio campo elettromagnetico. Psicogenealogia. Aspetti dell'anima e dello spirito. Relazione d'aiuto attraverso empatia e pratiche immaginali e animologiche.</i>
• Qualifica conseguita	<i>Diploma di Counselling animologico immaginale</i>
Date (da-a)	2012-2025 <i>Vari corsi di aggiornamento in alimentazione, fitoterapia, terapie batteriche, ...</i>
Date (da – a)	2011-2012
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Università Politecnica delle Marche</i>
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	<i>Nutrienti e biodisponibilità, biochimica, alimenti, nutrizione fisiologica, patologica, per sportivi, per infanzia, dietetica, antropologia ed ecologia alimentare</i>
• Qualifica conseguita	<i>Master Universitario Internazionale in Alimentazione e Dietetica Vegetariana</i>
• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)	108/110
• Date (da – a)	<i>Gennaio 2010 - Dicembre 2011</i>
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>Istituto Superiore in Discipline Energetiche Orientali (DEO) - Milano</i>
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	<i>Dietetica: alimentarsi e nutrirsi secondo i principi della Medicina Cinese Classica Diagnosi nella tradizione della Medicina Cinese Classica</i>
• Qualifica conseguita	<i>Attestato di partecipazione</i>
• Date (da – a)	2010 - in corso
• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione	<i>autodidatta</i>
• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio	<i>Alimentazione e cucina naturale</i>

- Date (da - 2008-2010
 - Nome e tipo di istituto di istruzione e formazione *Associazione REF – Milano*
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio *Corso di Medicina Integrata Corpo-Mente
Corso di Counseling Integrato con Tecniche Corpo-Mente-Energia*
 - Qualifica conseguita *Abilità di Counseling Integrato con Tecniche Corpo-Mente-Energia*
-
- Date (da – a) 2010
 - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione *Associazione Kailash - Milano*
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio *Reiki*
 - Qualifica conseguita *2° livello Reiki*
-
- Date (da - 2006
 - Nome e tipo di istituto di istruzione e formazione *Ordine dei medici Chirurghi ed Odontoiatri di Udine, Provincia Udine, Club Unesco di Udine*
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio *Ipnotismo*
 - Qualifica conseguita *diploma in Comunicazione Ericksoniana*
-
- Date (da - 1996-2002
 - Nome e tipo di istituto di istruzione e formazione *Università degli studi di Trieste*
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio *Chimica e Tecnologia Farmaceutiche*
 - Qualifica conseguita *Laurea Specialistica quinquennale in Chimica e Tecnologia Farmaceutiche*
 - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente) 106/110

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

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

MADRELING ITALIANO

ALTRE LINGUA

Inglese

- Capacità di lett buono
- Capacità di scritt buono
- Capacità di espressione or buono

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), ecc.

*Relatrice in convegni e docente in corsi sull'alimentazione
Gestione del gruppo di allievi*

*Comunicazione efficace con i medici acquisita in 7 anni di esperienza sul campo come informatore scientifico del farmaco
Coinvolgimento di genitori e bambini finalizzata ad attività ludiche e didattiche.
Comunicazione fondamentale per l'organizzazione di eventi culturali alimentari..
Facilità e rapidità nel rapportarsi alle persone, in contesti individuali e di gruppo.*

CAPACITÀ E COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad cultura e sport), a casa, ecc.

Programmazione didattica dei corsi sia brevi che annuali

Organizzazione di convegni, corsi ed altri eventi con carattere medico-scientifico e in a nutrizionale

Programmazione ed organizzazione di corsi di cucina ed alimentazione naturale, coord del personale di cucina e dell'assistenza didattica (volontariato)

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

Utilizzo base del computer (Office, Web, Mail)

Utilizzo bioimpedenziometro per la misurazione della massa corporea

Utilizzo attrezzature da cucina

CAPACITÀ E COMPETENZE ARTISTICHE

Arte culinaria

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE.

PATENTE O PATENTE *Patente B, conseguita nel 1996*

ULTERIORI INFORMAZIONI

2010

Fonda l'associazione di promozione sociale Annadana - per l'alimentazione etica e naturale, per la quale:

- ricopre la carica di Presidente nel 2010

- ricopre la carica di tesoriere, membro del Consiglio Direttivo, dal 2011

- organizza eventi, conferenze, dibattiti e corsi su alimentazione e cucina

- è relatrice sugli stessi temi in occasione di convegni e manifestazioni nazionali

2015-2025 Socia e membro del consiglio direttivo di AMeC: associazione medicina e complessità

ALLEGATI

-

*"Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Regolamento Reg. (UE) 2016/679.
Consapevole che le dichiarazioni false comportano l'applicazione delle sanzioni penali previste dall'art.
76 del DPR 445/2000, dichiaro che le informazioni riportate nel presente CV sono veritiere"*

Firma