



MIRYAM BLASCO

Docente Formatore

PERSONAL PROFILE

Sono Docente e Formatrice in Life Skills, esperta in tecniche per lo sviluppo delle competenze: EMOTIVE- consapevolezza di sè, gestione delle emozioni, gestione dello stress RELAZIONALI - empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci COGNITIVE - risolvere i problemi, prendere decisioni, pensiero critico, pensiero creativo. Autrice di corsi e testi per lo sviluppo delle potenziale umano e wellbeing. Wellbeing Trainer per individui, gruppi e aziende con il mio metodo Bodyfulness B.M..

CONTACT

☎ 3284257458
✉ miryam.blasco@gmail.com
🌐 www.spaziozen.com

EXPERTISE

Buona conoscenza dell'Inglese

Ottime capacità relazionali

SOFTWARE KNOWLEDGE

office
canva
Zoom

PERSONAL SKILLS

Creatività
Team building
Communication
Problem Solving
Leadership

WORK EXPERIENCE

TRAINER OLISTICO PROFESSIONAL

Febbraio 2018 a oggi

- Libera Professionista con partita iva. Mi occupo di relazioni d'aiuto in sessioni individuali per il benessere di corpo mente ed emozioni, attraverso tecniche corporee di "Mindfulness Psicomatica" e "Mindfulness MBSR per la riduzione dello stress".

TRAINER WELLNESS & MASTER YOGA E MEDITAZIONE

Gennaio 1996 a oggi

- ho svolto più di 2.800 ore di didattica nei seguenti ambiti:

- discipline del corporee (Pilates, Yoga e Meditazione)
- discipline delle life Skills

DOCENTE - FORMATORE

marzo-giugno 2022 Contratto con UNICAL

gennaio - febbraio 2024 Contratto Federterziario

settembre 2022 - settembre 2023 CSEN Centro Educ. Sport Naz

- Insegnamento di Educazione e Attività Motorie per l'Età Evolutiva Laboratorio per gli studenti del VI anno presso L'UNIVERSITA' della CALABRIA, corso di laurea in Scienze delle Formazione Primaria - Docenza - DIP FISICA Bando DIRETTORIALE n.3-2022.
- Progetto "SICUREZZA E BENESSERE PSICO-FISICO DEL LAVORATORE 1.0" Prot. 202301.05/4742/01SF.001 Realizzato dall'Ente Attuatore Federterziario Cosenza e Fonditalia.

EDUCATION

LAUREA IN LETTERE & MASTER IN HUMAN RESOURCES

2001 - Università della Calabria

Curriculum Vitae

Informazioni personali



Nome/ Cognome Mirjam Blasco
Residenza Via E. Codignola n.1 Castrolibero 87040 Cosenza Italy
Domicilio C.da S. Elia n.1, Donnici Inferiore 87100 Cosenza Italy
Telefono cellulare 3284257458
E-mail miryam.blasco@gmail.com
sito www.spaziozen.com
Cittadinanza Italiana
Data di nascita 04/05/76
Sesso F
Stato civile nubile

Professione e C.V. Breve:

Docente Formatore in Life Skills, esperta in tecniche per lo sviluppo delle competenze:

- EMOTIVE- consapevolezza di sè, gestione delle emozioni, gestione dello stress
- RELAZIONALI - empatia, comunicazione efficace, relazioni efficaci
- COGNITIVE - risolvere i problemi, prendere decisioni, pensiero critico, pensiero creativo

Autrice di corsi e testi per lo sviluppo delle potenziale umano e wellbeing.

Esperienza professionale

Date	Dal 1 ottobre 2004 al 2021
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratrice d'ufficio.
Principali attività e responsabilità	Nel settore tecnico con le seguenti mansioni: Customer satisfaction, qualità organizzativa e ambiente, formazione HR. Collaborazione nella progettazione di Programmi di esercizio e rendicontazione annuale per il dip. Trasporti Regione Calabria. Pratiche TPL e linee Interregionali.
Nome del datore di lavoro	Consorzio Autolinee s.r.l.
Tipo di attività o settore	Altri trasporti, terrestri, regolari di persone (trasporto TPL, Interregionali, Noleggio)
Date	Dal 1 giugno 2004 ad agosto 2004
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratrice d'ufficio
Principali attività e responsabilità	Impiegata presso la segreteria organizzativa e HR.
Nome del datore di lavoro	Consorzio Nazionale Servizi di Bologna
Tipo di attività o settore	Servizi per le aziende
Date	Da marzo 2004 a maggio 2004
Lavoro o posizione ricoperti	Collaboratrice d'ufficio
Principali attività e responsabilità	Progettazione e sviluppo nel settore marketing, consulenza e sviluppo
Nome del datore di lavoro	dell'organizzazione HR, gestione archivio e contatto clienti. O.P.T.M.I. di Bologna Servizi integrati, creatività e marketing, produzioni culturali e intrattenimento
Date	Dal 1 settembre 2003 al 28 febbraio 2004
Lavoro o posizione ricoperti	Stage formativo
Principali attività e responsabilità	Ufficio risorse umane
Nome del datore di lavoro	CO.EL.ME. SPA S.Maria di Sala - VENEZIA
Tipo di attività o settore	Costruzioni elettromeccaniche

Date Gennaio 2024 - Febbraio 2024
Lavoro o posizione ricoperti Conferimento di un contratto di diritto privato a tempo determinato relativo
Principali attività e responsabilità l'incarico di Docente all'interno del Progetto "SICUREZZA E BENESSERE PSICO-FISICO DEL LAVORATORE 1.0" Prot. 202301.05/4742/01SF.001
Nome del datore di lavoro Realizzato dall'Ente Attuatore Federterziario Cosenza.
Tipo di attività o settore Federterziario e Fonditalia.

Date Marzo - Giugno 2022
Lavoro o posizione ricoperti Conferimento di un contratto di diritto privato a tempo determinato relativo
Principali attività e responsabilità all'Incarico dell'Insegnamento di Educazione e Attività Motorie per l'Età Evolutiva Laboratorio per gli studenti del VI anno presso L'UNIVERSITA' della CALABRIA, corso di laurea in Scienze delle Formazione
Nome del datore di lavoro Primaria -
Tipo di attività o settore Docenza - DIP FISICA Bando DIRETTORIALE n.3-2022.

Date 2018 a oggi.
Lavoro o posizione ricoperti Libera Professionista in qualità di Counselor Professional Trainer, docente e Formatrice del Centro Educativo Sportivo Nazionale CSEN, relatrice.
Principali attività e responsabilità Consulenze di Counseling e Crescita personale per individui, gruppi e aziende. Formazione di figure professionali del settore Discipline Bionaturali.

Date 1996 a oggi.
Lavoro o posizione ricoperti Libera Professionista in qualità di Coreografa Danzatrice
Principali attività e responsabilità Insegnante di Yoga, Meditazione, Mindfulness, Pilates, Wellbeing, BodyMind
responsabilità Facilitatore di Crescita Personale di gruppo di BodyEmotional Art Terapy.
Tipo di attività o settore -Accademia XXI ASD Discipline Bionaturali (CS)
-Centro Sportivo Universitario CUS UNICAL (CS)
-Scorpion Health center, via Repaci Rende (CS)
-Hedonism ASD via Panebianco, Cosenza (CS)
-2000 Sport Center, Ciotta 2000, Cosenza (CS)
-Prince, Via Giuseppe Verdi, Rende (CS)
-Millennium Balletto di Calabria (CS)

Date 2009 al 2013.
Lavoro o posizione ricoperti Consulente esperto in gestione organizzativa nelle realtà associative e
Principali attività e responsabilità facilitatore sessioni individuali di Counseling e laboratori di gruppo sulla
responsabilità consapevolezza corporea e sviluppo del potenziale umano
Tipo di attività o settore - Associazione Kirone Centro Di Psicosomatica E Crescita Personale
- Associazione Akasha "crescita personale ed ecologia profonda"

Date 1997 al 2000
Lavoro o posizione ricoperti Tutor e Formatore per AIESEC (Association Internationale des Etudiants en
Principali attività e responsabilità Sciences Economiques et Commerciales) Italia sede di Milano.
responsabilità Associazione Studentesca Universitaria
Presidente del comitato locale di AIESEC Cosenza Unical
Responsabile delle Risorse Umane.
Tipo di attività o settore Presso Università della Calabria-Facoltà di
Economia
Principali attività svolte, gestione delle risorse umane e finanziarie
dell'Associazione, recruitment, selezione, valutazione e formazione.
Realizzazione di progetti conferenze e meeting (nazionali e internazionali)
formativi, per studenti Pubbliche relazioni.

Istruzione e Formazione

Date	Novembre 2021 - Giugno 2022
Certificazione	Certificazione di Facilitatore per Ritiri Zen - Intensivi di Consapevolezza.
Ente formatore	Rilasciato dall'Integral Being Institut Australia Presso la sede del Villaggio Globale Bagni di Lucca (LU) Ore di formazione 150
Date	Agosto 2020 - Gennaio 2022
Certificazione	Certificazione di Educatore Mindfulness.
Ente formatore	Holistica CEPRAO "Cordinamento Europeo Professionisti Della Relazione d'Auto e Olistici" e "IPHM Trainig Provider Olistico" per la certificazione di educazione continua Professionale.
Date	Gennaio 2022
Certificazione	Certificazione Diploma Nazionale Settore Discipline Olistiche e Bionaturali Qualifica Docente Nazionale Formatore
Ente formatore	Centro Sportivo Educativo Nazionale Ente di Promozione Sociale con Finalità Assistenziali riconosciuto dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali Iscrizione n. 77 Reg. Naz. Min. Lav. E Politiche Soc L7 – 12 -2000 n. 383 e dal Ministero dell'Interno D.M. 559/C 3206 12000° -101- del 29 Febbraio 1992.
Date	Luglio 2017 - Novembre 2020
Certificazione	Teacher Yin Yoga
Ente formatore	Scuola My Health Yoga – Australia. -
Date	Giugno 2017 - Novembre 2018
Certificazione	Training di specializzazione "Facilitatore di percorsi di crescita personale sulla tematica dell'Auto Giudizio" metodologia esperienziale ad approccio Corporeo.
Ente formatore	Corso di psicosomatica olistica con metodo Inquiry per l'evoluzione umana Presso Integral Being Institute, Asola (MN) Ore di formazione complessive n. 130
Date	Gennaio 2017- Gennaio2022
Certificazione	Certificazione Yoga Teacher Senior Level 1500 ore
Ente formatore	Yoga Alliance (Registro internazionale insegnanti Yoga)
Date	Febbraio 2016 - Giugno 2016
Certificazione	Tecnico sportivo Insegnante Pilates
Ente formatore	CSEN- CONI Monte ore di formazione complessivo 90 ore

Istruzione e Formazione

- Date settembre 2013 - Settembre 2016
Certificazione Progetto Benessere Globale "Gaia" di Terapia Olistica Psicosomatica PNEI riconosciuto dal Ministero del Lavoro e Politiche Sociali art. 12 comma 3 legge 7 dicembre 2000 n.383 anno 2012
Ente formatore Associazione APS Villaggio Globale, Bagni di Lucca (LU) tot 60 ore
- Date Settembre 2008 - Maggio 2012
Certificazione Diploma di Counselor e Operatore Olistico per la salute globale e crescita umana (900 ore e 400 di specializzazione e tirocinio)
Corso Triennale per Counselor e operatori olistici in accordo con le linee guida della SICOOL (Società Italiana Counselor e Operatore Olistico) e della Scuola Olistica Nazionale CONACREIS.
Principali tematiche/competenze professionali acquisite:
- competenze interdisciplinari, per lo sviluppo del potenziale umano, a sostegno e ripristino della salute globale dell'individuo;
- utilizzo di tecniche Bionaturali, Yoga Olistico, Mindfulness psicosomatica, energetica, comunicazione empatica, ascolto consapevole e auto-esplorazione, per ritrovare una nuova consapevolezza di sé e sviluppare la capacità di una attenta analisi della realtà.
Ente formatore Accademia Olistica, Campus della salute globale e la Crescita Umana della rete porto franco- Bagni di Lucca (LU).
- Date 2012 -2013
Certificazione Tirocinio 100 ore - supervisione 100 ore - in psicosomatica olistica e discipline bio-naturali, crescita personale, yoga olistico, energetica, comunicazione, meditazione, lavoro sul corpo, respiro, trattare le emozioni attraverso l'arte terapia.
Ente formatore Accademia Olistica, Campus della salute globale e la Crescita Umana della rete porto franco- Bagni di Lucca (LU).
- Date Settembre 2002 -Aprile 2004
Certificazione Qualifica Professionale di "Esperto in Human Resource Management"
Principali tematiche/competenze professionali acquisite: ha appreso gli strumenti relativi all'ambito della selezione, valutazione del personale e processi di consulenza e formazione, PNL.
Ente formatore A.N.A.P. Calabria
Progetto Speciale Sperimentale di Alta Qualificazione, piano regionale POR Calabria 2002-2006. 1500 Ore

Istruzione e Formazione

- Date 1996 -2001
Certificazione Laurea in lettere e filosofia indirizzo socio-antropologico
Titolo della tesi: "Il turismo e le nuove tecnologie della comunicazione"
Ente formatore Università della Calabria- Facoltà di Lettere e Filosofia- Campus di Arcavacata Rende.
- Date 1997-1998
Certificazione Coreografo
Principali tematiche/competenze professionali acquisite:
Storia della danza, sviluppi e influenze culturali. Studio della Danza classica, Moderna Jazz, Contemporanea, Caraibici, Folk, Storia della musica, teatro, trucco scenico, arte-terapia. Laboratorio di danza e coreografia, lo studio corporeo del movimento e delle varie tecniche, lo sviluppo del movimento nel fitness con annesse tecniche coreografiche per l'insegnamento. Espressione creativa del Corpo per il benessere psicofisico.
Ente formatore A.R.P.A. Associazione Realizzazione Programmi per L'Arte Corso di formazione professionale della Comunità Europea e Regione Calabria.
- Date 1998
Certificazione Istruttore in discipline musicali del Fitness
Ente formatore Presso Ente FITA, Napoli (NA)
- Date 1998
Certificazione Diploma di Danza Moderna
Ente formatore Scuola di danza Internazionale Isabella Sisca
- Date 1998
Certificazione Diploma in Ragioneria
Ente formatore Istituto Tecnico Commerciale "Pezzullo", Cosenza

Italiano

Lingua madre

Altre lingue	COMPRENSIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B1	B1	B1	B1
Francese	A2	A2	A1	A1	A1

Competenze comunicative

Capacità nelle pubbliche relazioni, ascolto empatico, gestione organizzativa e del tempo.

Competenze organizzative gestionali

Ottime capacità organizzative e gestionali e sviluppo delle risorse umane

Competenze professionali

Buona conoscenza dei sistemi informatici
Predisposizione e capacità di adattamento agli spostamenti e viaggi di lavoro.

Patente di guida

Patente di guida B

La sottoscritta in merito alle informazioni personali contenute nel presente curriculum dichiara che le informazioni riportate nel seguente curriculum vitae sono esatte e veritiere, inoltre dichiara di essere a conoscenza delle sanzioni penali conseguenti a dichiarazioni mendaci, formazione e/o uso di atti falsi di cui all'art. 76 del D.P.R. 28.12.2000, n. 445, nonché della decadenza dai benefici eventualmente conseguenti al provvedimento emanato sulla base di dichiarazioni non veritiere disposta dall'art. 75 del D.P.R. 28.12.2000, n. 445.

La sottoscritta, quindi esprime il consenso e autorizza al trattamento degli stessi ai sensi e per gli effetti del D.lgs. 196/2003 così come modificato dal Decreto Legislativo 101 del 10 agosto 2018 e del GDPR (Regolamento UE 2016/679)

