

Alessandra Formenti

Cernusco sul Naviglio, Lombardia 20063

alessandra.formenti1@gmail.com

+39 329 133 5524

Riepilogo professionale

Abilitata alla professione di Psicologa
Educatrice sportiva scolastica
Istruttrice di Pilates e Ginnastica Posturale
Gestione gruppi infanzia e adolescenza
Esperienza in contesti di fragilità, disabilità e lutto

Dati personali

Idoneo a lavorare in {Italia}: Sì
Livello di istruzione più elevato: Master
Patente di guida: B
Total years of experience: 21

Esperienza lavorativa

Psicologa palliativista e Terapeuta del dolore

2025 a oggi

Educatrice sportiva

O-love asd-Rozzano, Lombardia

ottobre 2019 a oggi

Mi occupo della formazione sportiva, educazione motoria e gruppi di parola per bambine da 9 anni ed adolescenti. Sono in possesso di certificazione di Educatrice sportiva scolastica di 2° livello CONI e sono Formatrice nazionale CSEN-CONI. Sono in possesso di certificazione di Istruttrice di ginnastica posturale e pilates matwork.

Formatrice nazionale danza aerea

Centro sportivo educativo nazionale-Milano, Lombardia

aprile 2019 a oggi

Sono titolare di un corso per istruttori di danza aerea su tessuti, attraverso metodo educativo Bio-cinetico, che abilita all'insegnamento della danza aerea su territorio nazionale, attraverso lo Csen

Educatrice domiciliare

domestico - privato-Milano, Lombardia

gennaio 2011 a oggi

Mi sono occupata dell'educazione, aiuto nei compiti, assistenza alla famiglia domiciliare di due ragazzi con disturbo dello spettro autistico, dai 4 anni ai 30. Attualmente, svolgo ancora la mansione con il ragazzo di 30, in modo costante.

Istruttore sportivo

Melody of soul asd-Casarile, Lombardia
settembre 2017 a giugno 2024

Ho gestito gruppi di bambine, adolescenti ed adulte nel ruolo di Insegnante di danza aerea (settore amatoriale ed agonistico) e di Ginnastica Posturale e Pilates

Operatrice di accoglienza

Fondazione Somaschi-Milano, Lombardia
gennaio 2018 a marzo 2020

Mi sono occupata dell'accoglienza delle donne vittime di violenza, lavorando in rete con forze dell'ordine e case di protezione. Ho lavorato in team, rete ed equipe ed ho partecipato a formazioni specifiche in scuole secondarie di primo e secondo grado.

Docente

Accademia Cultura universale-Brugherio, Lombardia
ottobre 2018 a ottobre 2019

Ho erogato corsi divulgativi di Psicoeducazione

Assistente di Direzione

M&M srl-Milano, Lombardia
giugno 2016 a giugno 2019

Sono stata assistente alla direzione dello Studio Montanari sito in Milano

Store Manager

Agrifarma s.p.a-San Giuliano Milanese, Lombardia
ottobre 2013 a giugno 2016

Ho gestito in modo autonomo lo store Arcaplanet di San Giuliano Milanese, con mansioni manageriali (ordini a fornitori, organizzazione del personale, formazione) e di vendita. Ho avviato l'apertura degli store di Vimodrone e Viale Certosa

Istruzione

Cure palliative e terapia del dolore per psicologi (Master)

Università degli Studi di Torino-Torino, Piemonte
maggio 2025 a luglio 2026

110/110 Lode

Psicologia clinica e della riabilitazione (Laurea magistrale (o specialistica))

Università degli Studi "Niccolò Cusano"-Roma, Lazio
settembre 2023 a luglio 2025

Counseling a mediazione corporea (Diploma Professionale)

Istituto di Psicologia Somatorelazionale di Milano-Milano, Lombardia
gennaio 2016 a dicembre 2019

Scienze giuridiche (Laurea triennale)

Università degli studi di Milano-Milano, Lombardia
settembre 2006 a febbraio 2009

Competenze

- Psicologia dello sport
- Sostegno al lutto
- Formazione e sviluppo
- Hospice e medicina palliativa
- Fitness di gruppo
- Disturbi del comportamento alimentare
- Capacità di presentazione
- Educazione fisica
- Igiene alimentare
- Capacità di comunicazione
- Gestione dei problemi
- Leadership
- Gestione del gruppo
- Educazione della prima infanzia
- Esperienza professionale con persone con disabilità dello sviluppo
- Adolescenti
- Consulenza sul lutto
- Esperienza professionale con persone con autismo

Lingue

- Inglese - Intermedio

Riconoscimenti

Formatrice nazionale CSEN-CONI

aprile 2019

Sono stata insignita nel 2019 della qualifica di Formatrice nazionale da CSEN, ente di promozione sportiva riconosciuto dal CONI, per la disciplina di danza aerea acrobatica, grazie al mio programma di studi per aspiranti insegnanti, con metodo bio-cinetico. Le competizioni sono riconosciute di interesse nazionale

Certificazioni e licenze

X Corso Europeo di Psico-oncologia

giugno 2026 a oggi

La ricerca applicata multidisciplinare in oncologia ed onco-ematologia pediatrica

Istruttrice di Pilates Matwork

novembre 2025 a oggi

Psicologia Perinatale: protocollo per la promozione della salute e la prevenzione del disagio

novembre 2025 a oggi

Formazione continua in psicologia - ECM 2025 ID 455325

Acceptance and Commitment Therapy (ACT) nel lavoro clinico con Bambini, Adolescenti e Genitori

novembre 2025 a oggi

Con Anna Prevedini e Francesco Dell'Orco

Trauma-Informed Stabilization Treatment (TIST)

ottobre 2025 a oggi

Formazione continua in psicologia sul lavoro con i se' frammentati dei sopravvissuti al trauma

La competenza psicologica secondo il metodo osservativo Tavistock nella cura del fine vita

ottobre 2025 a oggi

Formazione continua in psicologia

Scienze dell'alimentazione

ottobre 2025 a oggi

Seminario introduttivo c/o Università di Napoli Federico II

Gli interventi in psico-oncologia tra applicazione clinica e formazione specialistica

ottobre 2025 a oggi

Formazione continua in psicologia in ambito psico-oncologico

Protocollo Mindful Eating

ottobre 2025 a oggi

Formazione continua in psicologia sul protocollo Mindful Eating per il trattamento dei disturbi del comportamento alimentare. Ho esperienza decennale nel protocollo, attraverso gli studi di buddismo zen, dal quale il metodo trae origine

Disturbi del comportamento alimentare

ottobre 2025 a oggi

Seminario introduttivo c/o Università di Napoli Federico II

Istruttrice di Neurotraining

giugno 2025 a oggi

Essentials of Elite Performance

Z-Health

AFAA approved provider

NSCA ceu approved

NAMS approved provider

Assistente ospedaliera trauma orientata al lutto perinatale

marzo 2025 a oggi

Memory box / Associazione Ciao Lapo

Anima animale

febbraio 2025 a oggi

Con Maria Angela Gelati (per il trattamento del lutto degli animali di affezione)

Le frontiere della scienza contemplativa: psicoterapia, neuroscienze, mindfulness e Dharma

ottobre 2024 a oggi

I genitori nello sport. Da problema a risorsa

ottobre 2024 a oggi

Formazione continua in psicologia sul tema della genitorialità in ambito sportivo

Autismo e Neurodivergenza. Il ruolo dell'intervento psicoterapeutico

agosto 2024 a oggi

Corso di aggiornamento

Conduttrice di Pratica Bioenergetica

gennaio 2021 a oggi

Conduzione di classi di gruppo di pratica bioenergetica antistress

Sit less, get active

maggio 2020 a oggi

Formazione continua per operatori del fitness c/o University of Edimburgh

Istruttrice di Ginnastica posturale

maggio 2020 a oggi

Educatrice sportiva scolastica CONI II° livello

luglio 2019 a oggi

Ufficiale di gara - Twirling

gennaio 2019 a oggi

Tecnico di 1° livello Danza Sportiva

gennaio 2019 a oggi

Pilates pre e post partum

ottobre 2018 a oggi

Counseling organizzativo

novembre 2015 a oggi

Con Graziella Nugnes (per la gestione dell'intervento di sostegno nelle aziende)

B1 Preliminary

maggio 2003 a oggi

Patente B

Gruppi

Fare per sentire asd

aprile 2019 a oggi

Sono presidente dell'associazione sportiva dilettantistica Fare per sentire, con sede a Cernusco s/n, che eroga formazioni per aspiranti insegnanti di danza aerea con metodo bio-cinetico, riconosciuto di interesse nazionale CSEN-CONI, e divulgazioni in ambito di cultura del movimento, gender neutrality e promozione dello sport e dell'agonismo sano.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi dell'art. 13 D.Lgs. 30 giugno 2003 n. 196 e dell'art. 13 del Regolamento (UE) 2016/679.