

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome Lorenzo Ferrante
Indirizzo Via F. Engels, 7 – 20153 Milano
Telefono 02 39445983 - Cell. 339 2069796
Fax 02 39445983
E-mail lorenzoferrante.dott@gmail.com
Nazionalità Italiana
Data di nascita 16 Maggio 1966

ESPERIENZA LAVORATIVA

- anni 2010- ad oggi**
Scrittore area salute naturale, benessere, alimentazione
- anni 2014-ad oggi**
Presidente Postur.al.mente a.s.d. associazione fondata con lo scopo di divulgare i sani principi di uno stile di vita basato su una corretta postura, alimentazione a base vegetale e decondizionamento da stress fisico e mentale. Attualmente l'associazione gestisce corsi di educazione posturale con il metodo "Vivere senza dolori®" presso centri benessere di Milano e provincia, ed in provincia di Varese.
- anni 2014- ad oggi**
- Formatore ECM di Posturologia x il provider Tecniche Nuove ed **Ideatore del Corso di Formazione "Posturologia Applicata allo studio e al trattamento dei dolori muscolo articolari e generali"**
- Collaborazione ASL di Mantova all'interno del progetto Diana 5
- anni 2010-ad oggi**
- collaborazione ISTITUTO NAZIONALE DEI TUMORI DI MILANO
- membro dell'Unione Nazionale Chinesiologi (UNC)
- Partecipa a convegni e tiene conferenze sul tema dei dolori che hanno cause meccaniche, alimentari e/o mentali
- anni 2009-2012**
Ideatore e docente del programma "VIVERE SENZA DOLORI" tenuto per l'**Associazione Coscienza e Salute** presso il Centro per la terza età di via Narcisi 3 Milano, finanziato dal Consiglio di Zona 6 del comune di Milano; presso il Centro "Cascina San Paolo" finanziato dal Consiglio di Zona 2 ; dal comune di Cernusco sul Naviglio; all'interno del Progetto DIANA5 presso l'Istituto dei Tumori di Milano.

Ideatore e docente del programma "DRITTI ALLO SPORT" per ragazzi dai 14 ai 20 anni proposto al **Consiglio di Zona 6** ed al comune di **Cernusco sul Naviglio (MI).**

Ideatore e docente del programma “LA SALUTE AL LAVORO” un programma dedicato alle aziende ed enti pubblici o privati che desiderano insegnare ai propri dipendenti e collaboratori una migliore igiene posturale e di educazione alla salute per prevenire i danni da stress lavorativo psichico, fisico e visivo.

Docente del corso “EDUCAZIONE ALLA CALMA” per genitori tenuto presso l’Istituto De Marchi – Gulli di Milano

Assistente e co-docente del corso “EDUCAZIONE ALLA CALMA” per Genitori, organizzato presso l’ICS “CAPPONI” di Milano e presso il Primo Circolo Scolastico di via Manzoni di CERNUSCO sul NAVIGLIO (MI) finanziato dalla Regione Lombardia.

Assistente del corso “STUDENTI CONSAPEVOLI” per Studenti, presso l’Istituto SMS “GULLI” e presso l’Istituto ICS “CAPPONI” di Milano, finanziato dalla Regione Lombardia

anni **2013** **supplenza settembre/ottobre come Professore di Educazione Fisica presso S.M.S. S.Gregorio** Scuola media (secondaria di I grado) Via San Gregorio 5 - Cap: 20124, Milano

anni **2012**
Docente del corso di educazione posturale “Vivere senza dolori” a favore delle associazioni ALOMAR (Malati Reumatici), AISF (Sindrome fibromialgica).

anni **2011**
Docente per l’associazione Coscienza e Salute del corso “**Alimentazione naturale per ragazzi**” tenuto presso l’**Istituto Caterina da Siena** di Milano

Assistente nel servizio di Doposcuola tenuto dalla medesima associazione presso l’Istituto Ilaria Alpi di Milano.

anni **2008-ad oggi**
datore di lavoro *CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale), Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal C.O.N.I.*

tipo di azienda o settore *Ente di formazione professionale nell’ambito del fitness*
tipo di impiego *Collaboratore libero professionista*
principali mansioni e responsabilità ***Docente Nazionale di Educazione Posturale e Motoria;***
Docente di Fitness

datore di lavoro **2008-2010** *Caroli Health Club di Milano in via Senato 11 Milano e Spa Gianfranco Ferrè*
tipo di azienda o settore *Centro fitness SPA center*
tipo di impiego *Collaboratore libero professionista*
principali mansioni e responsabilità *Posturologo*

anni **2000-2014**
datore di lavoro *Coscienza e Salute*
tipo di azienda o settore *Associazione di promozione sociale*
tipo di impiego *Collaboratore di corsi di gruppo di rilassamento e di miglioramento dell’equilibrio*
principali mansioni e responsabilità *Istruttore*

anni **2004-2013**
datore di lavoro *“Coscienza e Salute”.*
tipo di azienda o settore *Associazione di promozione sociale*
tipo di impiego *collaboratore e organizzatore del settore corsi fisici negli stage estivi di disintossicazione (Semi-digiuni)*
principali mansioni e responsabilità *EDUCATORE POSTURALE*

anni **1989 – 2007**
datore di lavoro *Club Francesco Conti, Corso Como 15, Milano*

tipo di azienda o settore	Centro fitness
tipo di impiego	collaboratore libero professionista
principali mansioni e responsabilità	Personal trainer
anni	2002 – 2014
datore di lavoro	Associazione Coscienza e salute
tipo di azienda o settore	Associazione di promozione sociale
tipo di impiego	Collaboratore
principali mansioni e responsabilità	Tiene conferenze all'interno dell'associazione "Coscienza e Salute" sui temi del benessere e dell'alimentazione.
anni	2002-2007
datore di lavoro	Rivista "Oltretutto"
tipo di azienda o settore	Rivista del settore della salute naturale e benessere globale
tipo di impiego	volontario
principali mansioni e responsabilità	giornalista
anni	2002-2007
datore di lavoro	Studio Sport 2000 srl del prof. Daniele Raggi (Mi)
tipo di azienda o settore	Studio privato di chinesiologia e posturologia
tipo di impiego	Collaboratore libero professionista
principali mansioni e responsabilità	Chinesiologo, Terapista posturale e Docente professionale del Metodo Raggi con Pancafit®
anni	2001
datore di lavoro	Canale 5
tipo di azienda o settore	Televisione privata
tipo di impiego	Collaboratore libero professionista nella trasmissione "VIVERE BENE"
principali mansioni e responsabilità	Istruttore di ginnastica posturale
anni	1997 - 2001
datore di lavoro	Gruppo Editoriale Futura
tipo di azienda o settore	Casa editrice
tipo di impiego	Collaboratore esperto di ginnastica e fitness
principali mansioni e responsabilità	Articolista nelle riviste "FITNESS MAGAZINE" E " MAXIM"

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

• anno	2014
• Nome istituto	Università UNICUSANO - ROMA
• Qualifica conseguita	MASTER IN NUTRIZIONE CLINICA. Votazione 110
• anno	2004
• Nome istituto	Università CATTOLICA DEL SACRO CUORE DI MILANO
• Qualifica conseguita	Dottore in Scienze Motorie e dello Sport. Indirizzo Preventivo e Adattativo. Votazione: 105
• anno	2002
• Nome istituto	Scuola italiana di Heiltractiker e Naturopati di Milano
• Qualifica conseguita	Naturopata (3 anni)
• Nome istituto	Scuola italiana di Heiltractiker e Naturopati di Milano
• Specializzazioni	Psico Kinesiologia (1 anno)

• anno	1999 (2 gg)
• Nome istituto	Associazione Culturale Coscienza e Salute (MI)
• Specializzazione	Corso di Alimentazione Naturale Integrata Consapevole
• anno	1998-2000
• Nome istituto	Studio Sport 2000 S.r.l. (MI)
• Specializzazione	MASTER Metodo Raggi con Pancafit®
• Qualifica conseguita	Terapista qualificato e docente Metodo Raggi con Pancafit®
• anno	1986-1989
• Nome istituto	<i>Frequenza dell'ISEF di Foggia fino alla tesi</i>
• anno	1986
• Nome istituto	Liceo Scientifico "Aldo Moro" di Margherita di Savoia (FG)
• Qualifica conseguita	Diploma di maturità Scientifica. Votazione 40/60

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

Capacità e competenze relazionali	<p>Ottima empatia e osservazione. Intuito e creatività ottime. Ottima capacità di comunicazione e di relazione. Spiccata propensione al problem solving. Predilezione sia per il lavoro di squadra che individuale.</p>
Pubblicazioni e partecipazioni televisive	<p>Pubblicazione libro "Vivere senza dolori con l'Educazione Posturale", ed Tecniche Nuove – Milano, Feb. 2014 Pubblicazione libro "Sano e vegano", ed Tecniche Nuove - Milano, Set. 2015 Progetti editoriali già programmati per il 2016 - Maggio: – un volume sulle lombalgie e il mal di schiena</p> <p>2014: Ospite Mediaset, Canale 5, all'interno della trasmissione Mattino 5 come esperto sui temi della salute, alimentazione ed educazione posturale. 2014 partecipa a trasmissioni televisive come esperto di postura: SETTESERA - 7Gold 2001 Ospite Mediaset, Canale 5 come esperto di ginnastica posturale all'interno della trasmissione, condotta da Maria Teresa Ruta, VIVERE BENE, per 10 puntate</p> <p>dal 1997 al 2001, Articoli di fitness e benessere per le riviste "Fitness Magazine" e "Maxim"</p>
Conoscenze informatiche	<p>Padronanza del pacchetto Office (Word, Excel, Power Point) su Mac o su Pc; Dimestichezza con i programmi di montaggio di supporti audiovisivi come iMovie; dimestichezza con programmi di impaginazione Adobe (in Design)</p>
Lingue conosciute	Discreta conoscenza della lingua inglese sia parlata che scritta
Patente	Patente A e B

Autorizzo al trattamento dei miei dati personali ai sensi della L. 675/96 per le Vostre esigenze di selezione e comunicazione