



Sofia Marini

Nazionalità: Italiana ☎ (+39) 3391324942 **Data di nascita:** 16/06/1992

✉ **Indirizzo e-mail:** sofia.marini1606@gmail.com

🌐 **LinkedIn:** <https://www.linkedin.com/in/sofia-marini-5603b815a/?originalSubdomain=it>

📍 **Indirizzo:** Via Respighi 4/A, 40026 Imola (Italia)

PRESENTAZIONE

Dopo aver conseguito il Dottorato di Ricerca in Scienza e Cultura del Benessere e degli Stili di Vita presso il Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita di Rimini sono divenuta Assegnista di Ricerca presso il Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie dell'Università di Bologna. Attualmente sono Professoressa a contratto, Assegnista di ricerca e Tutor didattico presso il Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita. Le mie principali aree di interesse includono: la promozione della salute, l'attività motoria per il benessere, la prevenzione delle malattie croniche ed il miglioramento della Qualità della Vita

ESPERIENZA LAVORATIVA

Assegnista di Ricerca

Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita, Università di Bologna [01/03/2022 – Attuale]

Paese: Italia

Le mie principali aree di interesse includono: la promozione della salute, l'attività motoria per il benessere, la prevenzione delle malattie croniche ed il miglioramento della Qualità della Vita sfruttando diversi setting (indoor spaces e outdoor green and blue spaces) e diverse metodologie della ricerca (mixed method).

Docente universitaria a contratto

Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita, Università di Bologna [02/2022 – Attuale]

Professoressa a contratto del corso "Esercizio, Sport e Salute" (5 CFU) della Laurea Magistrale in Nutrizione Umana Benessere e Salute.

Tutor universitaria

Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita, Università di Bologna [09/2022 – Attuale]

Tutor didattico delle esercitazioni del corso di "Fitness e Attività Motorie per la Salute" della Laurea triennale in Scienze delle attività motorie e sportive.

Assegnista di Ricerca

Dipartimento di Scienze Biomediche e Neuromotorie, Università di Bologna [01/01/2021 – 31/12/2021]

La mia attività di ricerca si focalizza sullo studio e sulla co-progettazione di protocolli di attività fisica adattata per diverse fasce di popolazione al fine di promuovere la salute, migliorare la qualità della vita e la fitness, misurando gli effetti attraverso l'utilizzo di metodi della ricerca quali-quantitativa.

Dottorato di Ricerca in Scienza e Cultura del Benessere e degli Stili di Vita

Dipartimento di Scienze per la Qualità della Vita, Università di Bologna [01/11/2017 – 17/06/2021]

Indirizzo: Bologna e Rimini (Italia)

La mia attività di ricerca si inserisce nell'ambito della promozione della salute attraverso l'attività fisica, studiando i benefici di programmi di attività motoria adattata per diverse fasce d'età in particolare adulti-anziani affetti da patologie croniche, nello specifico osteoporosi.

Nel 2019, da Marzo a Giugno, ho svolto un periodo di Dottorato all'estero presso l'Università di Ulster, Campus di Magee, Londonderry, Irlanda del Nord.

Culture della Materia

Università di Bologna [2021 – Attuale]

Culture delle seguenti Materie:

Igiene generale e applicata

Epidemiologia e igiene

Attività di Tutorato di Fisiologia presso Dipartimento di Fisiologia dell'Università di Bologna

Alma Mater Studiorum, Università di Bologna [06/2016 – 09/2016]

L'attività di sostegno all'apprendimento che ho svolto, rivolta principalmente ai corsi di Fisiologia degli Organi e Neurofisiologia, era organizzata in lezioni collettive durante le quali venivano ripresi gli argomenti di base per poter consolidare l'apprendimento iniziale per poi passare a temi complessi di maggior difficoltà.

Docente di Scienze Motorie presso l'Associazione di Promozione Sociale INSALUTE

INSALUTE [10/2016 – Attuale]

Indirizzo: Imola (Italia)

L'attività riguarda lo svolgimento di lezioni pratico-teoriche di Attività Motoria all'interno dei corsi gratuiti rivolti alla cittadinanza sul tema "FACCIAMO ATTIVITÀ MOTORIA INSIEME... PER STARE IN...SALUTE:FRA LA TEORIA E LA PRATICA"

Questa esperienza è altamente formativa in quanto posso cimentarmi sia nell'attività motoria svolta nella pratica, sia dal punto di vista teorico-formativo facendo da docente nel campo delle Scienze Motorie.

Istruttrice di Fitness presso la Palestra E.P.JIM ASD IMOLA

E.P.JIM ASD IMOLA [10/2016 – 01/2019]

Indirizzo: Imola (Italia)

Ho svolto l'attività di istruttrice di alcuni corsi tra cui un circuito benessere e salute rivolto a persone che necessitano di un'attività fisica adattata. Questa esperienza è stata utile per mettere in pratica le conoscenze acquisite durante il percorso universitario.

Tirocinio Universitario

Isokinetic Medical Group [01/2017 – 02/2017]

Indirizzo: Bologna (Italia)

Durante questo periodo di tirocinio ho affiancato il mio tutor nello svolgimento di attività di riabilitazione motoria in piscina e in campo.

Trainer corso AFA e Istruttrice di Rebounder presso il centro Bodyway di Conselice (RA)

Bodyway [10/2015 – 01/2017]

Indirizzo: Conselice (Italia)

Ho svolto l'attività di istruttrice di alcuni corsi tra cui AFA-Lombalgia rivolta a persone che necessitano di un'attività fisica adattata per la lombalgia cronica. Questa esperienza è stata utile per mettere in pratica le conoscenze acquisite durante il percorso universitario.

Istruttrice di sala fitness presso il centro sportivo Ortignola

Centro Sportivo Ortignola [10/2015 – 10/2016]

Indirizzo: Imola (Italia)

Educatrice centro estivo sportivo Uisp

Centro Estivo Sante Zennaro [2011 – 2015]

Indirizzo: Imola (Italia)

Istruttrice Uisp di nuoto (brevetto conseguito nel 2010)

Uisp [2010 – 2013]

Indirizzo: Imola (Italia)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Partecipazione alla Fase I e II dell'azione pilota "I Talenti per l'Open Innovation" nell'ambito dell'azione "Comunità di Talenti per l'Innovazione" - attività "I Talenti per l'Open Innovation" - del Programma Annuale Consortile 2020 di ART-ER

ART-ER (Attrattività Ricerca Territorio è la Società Consortile dell'Emilia-Romagna) [10/2020 – 12/2020]

I dottorandi selezionati partecipano al percorso di accrescimento di competenze diviso in 2 fasi:

- Fase 1: percorso di approfondimento sulle tematiche dell'open innovation con un focus particolare sull'innovation management, l'intrapreneurship e l'ecosistema regionale.
- Fase 2: percorso operativo in cui i 20 dottorandi ulteriormente selezionati formeranno dei team multidisciplinari guidati da un esperto individuato da ART-ER e da coach di ART-ER al fine di lavorare alla risoluzione di challenge legate alle tematiche dell'open innovation lanciate da imprese interessate.

Partecipazione all'Academy Advanced ENTREPRENEURSHIP, un percorso di accompagnamento e formazione dell'Università di Bologna, per supportare lo sviluppo di progetti imprenditoriali che valorizzano risultati della ricerca

ARTEC-KTO nuove imprese, startup, spin off e ALMALABOR [06/2020 – 10/2020]

Durante il percorso che ha coinvolto docenti illustri del mondo universitario e non, sono state affrontate diverse tematiche sia in modalità di gruppo che attraverso incontri one to one per garantire il massimo supporto allo sviluppo di competenze trasversali.

Partecipazione alla Winter School intitolata "Principles of social epidemiology and qualitative research" svoltasi presso il Dipartimento di Igiene e Sanità Pubblica dal 13 al 17 Gennaio 2020

Scuola di Specializzazione in Igiene e Medicina Preventiva-DIBINEM- Centro di Salute Internazionale [13/01/2020 – 17/01/2020]

Partecipazione al 53° CORSO "Attività Motoria, Wellness e Fitness: il ruolo dei Dipartimenti di Prevenzione e del SSN nella Prevenzione del Doping e Promozione della Salute sul territorio", promosso dal GSMS (Gruppo di Lavoro Scienze Motorie)-SIIt

Società Italiana di Igiene, Medicina Preventiva e Sanità Pubblica con il Patrocinio di Istituzioni [15/05/2018 – 19/05/2018]

Il corso ha affrontato il tema della promozione dell'attività fisica alla luce della organizzazione di interventi integrati, con particolare riguardo alla prevenzione del Doping e rispetto della legalità.

L'iniziativa rientra tra i progetti formativi promossi per il biennio 2017-2019 dal: Ministero della Salute - sezione per la vigilanza ed il controllo sul doping e per la tutela della salute nelle attività sportive del comitato tecnico sanitario.

La mia partecipazione è stata duplice: sia da corsista-uditore che da tutor-docente esercitatore per quanto riguarda l'Attività Motoria Preventiva e Adattata.

Laurea Magistrale in Scienze e tecniche delle attività motorie preventive e adattate Voto_ 110/110 con Lode

Alma Mater Studiorum - Università di Bologna [17/07/2017]

Indirizzo: Bologna (Italia)

Titolo della tesi: L'Attività Fisica Adattata puo' ridurre la Paura di cadere e migliorare la Qualità della Vita in donne con osteoporosi e fratture vertebrali? risultati dello Studio Sperimentale Osteo-Afa 2016-2017 | Materia: METODOLOGIA EPIDEMIOLOGICA E IGIENE

Laurea di primo livello conseguita il 21/07/2015 Alma Mater Studiorum - Università di Bologna in Scienze delle attività motorie e sportive Voto_ 110/110 con Lode

Alma Mater Studiorum - Università di Bologna [21/07/2015]

Indirizzo: Bologna (Italia)

Titolo della tesi: Attività fisica e salute, nuove acquisizioni, linee guida e strategie nei piani della prevenzione | Materia: METODOLOGIA EPIDEMIOLOGICA E IGIENE

Diploma di Maturità conseguita presso il Liceo Socio-psico- pedagogico Alessandro da Imola voto 85/100 (anno 2010/2011)

Liceo Socio-psico- pedagogico Alessandro da Imola [2010 - 2011]

Indirizzo: Imola (Italia)

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: **italiano**

Altre lingue:

inglese

ASCOLTO C1 LETTURA C1 SCRITTURA C1

PRODUZIONE ORALE C1 INTERAZIONE ORALE C1

COMPETENZE DIGITALI

Le mie competenze digitali

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc)

PATENTE DI GUIDA

Patente di guida: B

COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Competenze organizzative

Buone competenze organizzative e di team leading acquisite durante la mia esperienza lavorativa e sportiva (ho praticato diversi sport tra cui: pallavolo, calcio, roller, danza classica, moderna-jazz, hip-hop).

COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

Competenze comunicative e interpersonali.

Competenze comunicative e relazionali molto buone, acquisite durante le esperienze lavorative nel condurre attività di gruppo e individuali. Grazie anche alle materie umanistiche studiate riesco ad instaurare facilmente buoni rapporti con adulti e bambini.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".