



## Sofia Marini

**Nazionalità:** Italiana

**☎ (+39) 3391324942**

**Data di nascita:** 16/06/1992

**Sesso:** Femminile

**✉ Indirizzo e-mail:** [sofia.marini1606@gmail.com](mailto:sofia.marini1606@gmail.com)

**🌐 Sito web:** <https://www.unibo.it/sitoweb/sofia.marini2>

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

**📍 Indirizzo :** 40026 Imola (Italia)

### PRESENTAZIONE

---

Attualmente sto perseguendo il dottorato di ricerca in Scienza e Cultura del Benessere e degli Stili di Vita presso l'Università di Bologna. Le mie principali aree di interesse includono: la Promozione della Salute, l'Attività Motoria per il Benessere ed il miglioramento della Qualità della Vita

### ESPERIENZA LAVORATIVA

---

#### 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** [ 11/2017 – Attuale ]

**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.

#### Docente presso i Corsi di Formazione per Laureati in Scienze Motorie che operano nei corsi per Attività Motoria Adattata (AMA)

**AUSL-Romagna** [ 2018 – Attuale ]

Durante questa attività collaboro insieme ad altre figure professionali quali Fisioterapisti e Professori dell'Università di Bologna al fine di garantire una formazione completa rivolta ai laureati in Scienze Motorie che operano presso le palestre aderenti alla Rete Regionale delle Palestre che promuovono Salute e Attività Motoria Adattata.

## 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.

## 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.

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

**E.P.JIM ASD, Imola** [ 10/2016 – 01/2019 ]

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, Bologna** [ 01/2017 – 02/2017 ]

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

## Trainer corsi di Attività Motoria Adattata e Istruttrice di Rebounder

**Bodyway, Conselice (RA)** [ 10/2015 – 01/2017 ]

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, Imola** [ 10/2015 – 10/2016 ]

## Educatrice centro estivo sportivo Uisp

**Centro Estivo Sante Zennaro, Imola** [ 2011 – 2015 ]

## Istruttrice Uisp di nuoto (brevetto conseguito nel 2010)

**UISP, Imola** [ 2010 – 2013 ]

## 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 quali-quantitative 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)-SItI

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

**Indirizzo:** Erice (Italia)

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 dell'Attività Motoria Preventiva e Adattata

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

**Indirizzo:** Bologna (Italia)

**Voto finale :** 110/110 cum laude

Titolo della tesi: L'Attività Fisica Adattata può 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 in Scienze delle Attività Motorie e Sportive

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

**Indirizzo:** Bologna (Italia)

**Voto finale :** 110/110 cum laude

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**

**Inglese**

**ASCOLTO:** B2 **LETTURA:** B2 **SCRITTURA:** B2

**PRODUZIONE ORALE:** B2 **INTERAZIONE ORALE:** B2

## COMPETENZE DIGITALI

---

**Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc)**

## RETI E AFFILIAZIONI

---

**Membro di Società Scientifiche Nazionali e Internazionali**

[ 2017 – Attuale ]

- European College of Sport Science (ECSS) dal 2018
- Società Italiana di Igiene, Medicina Preventiva e Sanità Pubblica (SIItI) e membro del gruppo di lavoro Scienze Motorie per la Salute (GSMS) dal 2017
- Società Italiana Scienze Motorie e Sportive (SISMES) dal 2019
- Società Italiana di Promozione della Salute (SIPS) dal 2019

## 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 a bambini.