

INFORMAZIONI PERSONALI



FABANI MICHELA

POSIZIONE RICOPERTA

Insegnante di Yoga, Yoga in gravidanza e Yoga bimbi

ESPERIENZA
PROFESSIONALE

Da Settembre 2021 a ora

Apertura proprio centro olistico

Il Centro della Luna a Morbegno

- Proprietaria, insegnante di yoga

Maggio 2021

Progetto Yoga bimbi a scuola

Istituto comprensivo Gavazzeni di Talamona, Scuola primaria

- Progetto da 16 ore totali

Ottobre 2019- Febbraio 2020

Progetto Yoga bimbi a scuola

Istituto comprensivo Damiani di Morbegno, Scuola dell'infanzia Arcobaleno

- Progetto da 48 ore totali

Novembre 2019 – Gennaio 2020

Progetto Yoga bimbi a scuola

Istituto Comprensivo di Traona, Scuola primaria Mello

- Progetto da 8 incontri

Ottobre 2019 – Dicembre 2019

Progetto Yoga bimbi a scuola

Istituto Comprensivo di Cosio Valtellino, scuola dell'infanzia di Rogolo

- Progetto da 10 incontri

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Febbraio 2022

Corso di specializzazione in Yin Yoga e rilascio miofasciale

Yinyoga italia - Seveso

Anatomia della fascia, yin yoga

Novembre 2019-Febbraio 2020

Corso di formazione per Yoga in gravidanza e post parto

Scuola Samadhi – corso di Milano

Esigenze e accortezze per donne in gravidanza, come alleviare i disturbi tipici, come affrontare il post parto. 100h di corso.

Settembre 2016 - Giugno 2018

Corso formazione insegnanti di Yoga e meditazione

Scuola Samadhi – corso di Milano

Storia dello Yoga, anatomia, principi dello Yoga, allineamenti. Corso di 250 h.

2017 - 2012

Istituto Tecnico Commerciale P.Saraceno – Morbegno

Corso Mercurio - Programmatori

Economia Aziendale, Informatica, Diritto. Diplomata con 77/100.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Altre lingue

Inglese

COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Buono	Buono	Buono	Buono	BUONO

Competenze comunicative

Sono una persona socievole, mi piace conoscere nuove persone, ascoltarle e cercare di farle stare bene. Questo lo esprimo nei corsi di Yoga che tengo ma anche nella vita quotidiana con le persone attorno a me. Sono sensibile ma allo stesso tempo determinata, mi piace raggiungere i miei obiettivi.

Competenze organizzative e gestionali

Avendo lavorato in un ambiente amministrativo ho potuto migliorare il mio lato organizzativo che poi mi è servito per la gestione dell'attività da libero professionista che ho ora dove gestisco quotidianamente i miei impegni e le varie documentazioni.

Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
intermedio	intermedio	intermedio	intermedio	intermedio

Altre competenze

Sono creativa e ho una buona manualità. Da quando ero bambina mi piace creare in diversi modi (decoupage, cucito, giardinaggio, decorazioni su vetro, ecc.)

Patente di guida

B

Dati personali

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali".

