

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome **TUSO SARA**
Nazionalità Italiana
Data di nascita 16/03/1983

ESPERIENZA LAVORATIVA

Dal 2022 e attualmente
Lavoratore autonomo- Docente e Formatrice- Mental-coach
Ambito benessere mentale della persona
Collaborazioni: Biotech – Unica Academy
Formazione aziendale (Safety coaching), consulenza e formazione personale
per il benessere individuale e dei gruppi.
Docente Biotech e Unica Academy.
Project manager e responsabile marketing Unica Academy.

Da 2017 al 2022
Impiegata amministrativa

Consorzio Irrigazione Cremonese -Cremona
Consorzio irriguo
Impiegata full time a tempo indeterminato
Responsabile ufficio fatturazione, supporto apertura nuove concessioni e
supporto ufficio paghe, contabilità e bilancio.

Da 2015 al 2016
Assistente alla poltrona

Studio dentistico Fa Paolo – San Bassano (Cr)
Studio dentistico
Assistente alla poltrona contratto a chiamata
Servizio di assistenza al paziente, approvvigionamento scorte di magazzino,
controllo scadenze medicinali e sterilizzazione materiale sanitario.

Da feb.2014 - mag. 2015
Store manager

Supereg srl – Via XX settembre Piacenza
Commercio
Responsabile e venditore in negozio di accessori full time a tempo
indeterminato.
Responsabile del personale, relazione con i fornitori, responsabile del negozio.

Da set.2013 - gen.2014
Impiegata amministrativa presso azienda metallurgica

Fabbromec – Località Muccinasso (Pc)
Lavorazione metalli – Fabbro
Impiegata amministrativa part time a tempo determinato
Contabilità ordinaria, Preventivi e rapporti con i fornitori.

- Date (2007 – 2013) Gestore di impianto di distribuzione carburante, autolavaggio e bar – Stazione Eni Cafè and Shop, Società di persone per Eni
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Lavoratore autonomo – Stazione di servizio Eni in via Farnesiana, Piacenza e Stazione di servizio Eni in via Europa, Fiorenzuola D'arda
- Tipo di azienda o settore Settore artigiano e commercio
- Tipo di impiego Gestore autonomo
- Principali mansioni e responsabilità Gestione completa dell'attività, contabilità ordinaria e Responsabile del personale

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 2024 in corso Tecniche e scienze psicologiche
Università telematica Mercatorum
- 2024 in corso Master in coaching evolutivo presso Unica Academy
Master riconosciuto dalle associazioni di categoria italiane AICP e ICF
- 2023 Corso Social media manager – WildFlower ACADEMY
- 2022 e attualmente Formazione interna Biotech corsi per il benessere dei lavoratori
Biotech srl
Acquisito competenze da formatore e contenuti da erogare ai lavoratori presso Arvedi
- 2020 Pnl(programmazione neuro linguistica) e Master Pnl practitioner
Richard Bandler e Jhon La Valle presso Ekis The Coaching Company
Competenze di comunicazione efficace e tecniche del cambiamento
- Da 2019 al 2021 Master in coaching
Ekis the coaching company sede Reggio Emilia
Acquisito le competenze per svolgere l'attività del Mental-coach
- 2018 Corso educatore cinofilo Thinkdog riconosciuto Fisc
Educatore cinofilo specifico per cani fino ai 12 mesi
- 2008 Corso gestori, Eni – San Donato Milanese presso sede Eni (Mi)
Principi di gestione economica e contabile per gestori delle stazioni di servizio
- Date (1997 - 2002) Ragioneria IS Mattei – Via Boiardi, Fiorenzuola d'arda (Pc)
Diploma di ragioneria
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.

MADRELINGUA

ITALIANA

ALTRE LINGUA

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

Inglese

BUONO

BUONO

BUONO

CAPACITÀ E COMPETENZE

RELAZIONALI

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.

OTTIME CAPACITÀ RELAZIONALI GRAZIE ALLE ESPERIENZE, FRUTTO DI ABILITÀ PERSONALI ALLENATE DURANTE GLI ANNI DI LAVORO A CONTATTO CON LE PERSONE IN ATTIVITÀ COMMERCIALI. COMPETENZE CHE SI SONO AFFINATE ANCHE GRAZIE AI TANTI CORSI DI FORMAZIONE CHE MI HANNO DATO L'OPPORTUNITÀ DI CONOSCERE TECNICHE SPECIFICHE DI COMUNICAZIONE EFFICACE VERBALE E NON VERBALE.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

OTTIME ABILITÀ ORGANIZZATIVE, SVILUPPATE PREVALENTEMENTE NEL LAVORO SVOLTO IN UNICA ACADEMY, IN QUANTO MI OCCUPO DELLA PROGETTAZIONE E SVILUPPO DEI PERCORSI FORMATIVI. FORMO GRUPPI DI LAVORO PER OTTIMIZZARE I PROCESSI.

CAPACITÀ E COMPETENZE

TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

OTTIMO USO DEL COMPUTER E DEL PACCHETTO OFFICE. ATTITUDINE ALL'APPRENDIMENTO VELOCE DI PROGRAMMI DI SUPPORTO AL PC, COME UTILIZZO APP PER REALIZZAZIONI GRAFICHE O EDITING VIDEO.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

BUONA ATTITUDINE ALLA CREATIVITÀ, HO IMPARATO A CREARE GRAFICHE A SUPPORTO DEL MIO MARKETING PERSONALE E PRESENTAZIONI IN POWER POINT.

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Competenze non precedentemente indicate.

COMPETENZE DI LEADERSHIP

WORKSHOP LEADERSHIP E INTELLIGENZA EMOTIVA DI DANIEL GOLEMAN.

PATENTE O PATENTI

B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Fin da piccola appassionata di sport, in adolescenza quasi fino all'età adulta ho praticato pugilato dilettantistico.

Dal 2020 pratico triathlon e sono un atleta Iroman.

Dal 2010 al 2012

Volontaria in pubblica assistenza (Croce bianca), Piacenza (PC) - Svolto servizio come barelliere ed effettuato turni notturni presso la centrale operativa, presidio delle operazioni di centralino

Dal 2002 al 2007

Educatrice volontaria per l'assistenza di persone con disabilità, Fiorenzuola d'Arda (PC) - Accompagnamento e organizzazione di attività ludico-ricreative, dirette a favorire esperienze positive di sostegno, di socializzazione e di aggregazione

Educatrice e volontaria per la parrocchia svolgendo attività di catechismo e altre attività ludico ricreative a scopo di crescita, per i bambini dai 6 ai 16 anni.

2005-2007

Educatrice e volontaria per l'equipe azione cattolica giovani per la diocesi di Piacenza-Bobbio in cui si organizzavano le attività dedicate ai giovani per tutta la diocesi.

ALLEGATI

[Se del caso, enumerare gli allegati al CV.]