

FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome

CORTELLESA ELENA

Indirizzo

Telefono

E-mail

Nazionalità

Data di nascita

Codice fiscale

Partita IVA

ESPERIENZA LAVORATIVA

• Date

1 Aprile 2019 – Attuale

libera professionista

Guida Ambientale Escursionistica (tessera AIGAE LO599)

Collaborazioni con Viaggi e Miraggi, Meeters, MilanoGuida, Una Casa Sull'Albero

Accompagnamenti escursioni in lingua inglese per Benvenuto Club Milano

Accompagnamento gite scolastiche e campus estivi con minori, lezioni di educazione ambientale

- *Date* Primavera 2002 – Primavera 2019
 - *Nome e indirizzo del datore di lavoro* Trekking Italia, Associazione Amici del Trekking e della Natura, via Santa Croce 2, 20122 Milano
 - *Tipo di azienda o settore* Associazione di promozione sociale, settore escursionismo
 - *Tipo di impiego* Accompagnamento gruppi di adulti e scolastici
-
- *Date* 2007 – Febbraio 2019
 - *Nome e indirizzo del datore di lavoro* Trekking Italia, Associazione Amici del Trekking e della Natura, via Santa Croce 2, 20122 Milano
 - *Tipo di azienda o settore* Associazione di promozione sociale, settore escursionismo
 - *Tipo di impiego* Impiegata
 - *Principali mansioni e responsabilità* Organizzazione trekking in lingua italiana e inglese, della durata da 1 a 15 giorni, di diversi gradi di impegno, logistica e in ambienti diversi, in Italia e all'estero, dalla ideazione alla realizzazione: cura dei rapporti con i fornitori, i partecipanti e i soci accompagnatori.
Comunicazione: responsabile dei contenuti del sito web (programmi trekking, notizie), della newsletter settimanale, curatrice della pagina Facebook.
Sono stata responsabile nazionale della ideazione dei passati siti web pubblico e gestionale, e dei rapporti con i programmatori, seguendone passo passo la realizzazione.
-
- *Date* Ottobre 2017 – 2018
 - *Nome e indirizzo del datore di lavoro* Genio in 21 Giorni, viale Andrea Doria 48/B, 20124 Milano
 - *Tipo di azienda o settore* Metodo di studio efficace e personalizzato
 - *Tipo di impiego* Tutor affiancata allo studente o lavoratore per accompagnare e facilitare l'acquisizione di metodo di studio e tecniche di memorizzazione efficaci
 - *Principali mansioni e responsabilità*

<p>* Date (da – a)</p> <p>*Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</p> <p>*Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</p>	<p>Anno 2020-2023</p> <p>AIGAE – Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche</p> <p>Formazione e aggiornamento AIGAE</p> <ul style="list-style-type: none">- Accompagnamento di minori in natura- Introduzione all'Ecologia degli ecosistemi- Conoscere il bagno di foresta- Il paesaggio attraverso i suoi mutamenti, fra tempo geologico, storico e "usi" forzati della montagna: la Toscana- Immagini e mutamenti del paesaggio- Interpretare la Natura: introduzione all'Heritage Interpretation- Parchi & Guide: buone pratiche e problemi..- Sicilia: piante e parole che guariscono- Nozioni per l'allertamento dei soccorsi in caso di incidente in montagna- Il cielo stellato...- Outdoor education- Parchi perché - interpretando la storia delle aree protette- Web Meeting Scientifico Carta Europea del Turismo sostenibile- I fondali marini del Mediterraneo- Biodiversità e Servizi Ecosistemici- Raccontare il fiume. Le acque interne: biodiversità, conservazione, minacce.- Web meeting scientifico Posidonia Oceanica- Geologia, figlia di un dio minore? Raccontare la geologia senza essere geologi.- Il nostro futuro scritto nel mare: Ocean Literacy, una risorsa su ogni terreno (anche in montagna)- Webgis per mappare, tracciare itinerari e punti di interesse, i GPS cartografici.
<p>* Date (da – a)</p> <p>*Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</p> <p>*Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</p>	<p>29-31/03/2019</p> <p>AIGAE – Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche</p> <p>Esame di accesso per l'iscrizione ad AIGAE</p> <p>Verifica competenze su: orientamento e cartografia sul campo e sulla carta, competenze di conduzione, legislazione e responsabilità della guida, meteorologia, prevenzione del rischio, equipaggiamento, alimentazione, botanica, zoologia, ecologia e biodiversità, geologia, parchi e aree protette, educazione ambientale, cartografia, gps e sentieristica.</p>
<p>* Date (da – a)</p> <p>*Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</p> <p>*Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</p>	<p>01/12/2018, 13/04/2021</p> <p>Croce Rossa Italiana, sede Milano</p> <p>BLSD</p> <p>Rianimazione cardiopolmonare di base e defibrillatore precoce operatore laico</p>
<p>* Date (da – a)</p> <p>*Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</p> <p>*Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</p>	<p>Novembre e Dicembre 2018</p> <p>Mega Italia Media S.r.l.</p> <p>Privacy GDPR – Tutela dei dati personali e Cyber Security</p> <p>Formazione per persone autorizzate al trattamento dei dati personali – Regolamento Europeo (UE) 2016/679</p>
<p>* Date (da – a)</p> <p>*Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</p> <p>*Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</p>	<p>2014 – 2019</p>

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

13/14/15 Giugno 2008 – 30 Maggio-2009 – 11-13 Giugno 2010
 Seminario pensieri Viandanti presso PassoParola Festival del Cammino, Berceto

Partecipazione (nei 2008 con borsa di studio offerta dalla Provincia di Parma)

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

1996/97 - 2003

Università degli studi di Milano, Corso di Laurea in Filosofia

In particolare studio dei luoghi santi e pellegrinaggi in India, per la preparazione della tesi di laurea: Luoghi santi e pellegrinaggi in India: Pandharpur.

Studio approfondito anche in due viaggi studio in India della durata complessiva di 3 mesi.

- Date (da – a)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

1992-1996

Liceo Classico Giosuè Carducci

Maturità Classica

CAPACITÀ E COMPETENZE

PERSONALI

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

MADRELINGUA

ITALIANO

ALTRE LINGUE

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

INGLESE	SPAGNOLO	FRANCESE	PORTOGHESE
ECCELLENTE	BUONA	BUONA	BUONA
ECCELLENTE	BUONA	ELEMENTARE	ELEMENTARE
ECCELLENTE	BUONA	ELEMENTARE	ELEMENTARE

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.

Ascolto, intelligenza emotiva, empatia, leadership, cura, lettura dei bisogni

Dalla primavera del 2002 a quella del 2019 ho accompagnato regolarmente e continuativamente gruppi sui sentieri, come socia accompagnatrice volontaria di Trekking Italia, Associazione Amici del Trekking e della Natura, in trek in lingua italiana e inglese, della durata da 1 a 15 giorni, di differenti gradi di impegno, logistica e in ambienti diversi, in Italia e all'estero.

Tra il 2016 e il 2019 sono stata assistente coach in 5 corsi di crescita personale "One", facilitando il lavoro di introspezione ed evoluzione dei corsisti.

Negli anni dal 2015 al 2020 sono stata formatrice nell'ambito dell'annuale corso di escursionismo organizzato da Trekking Italia, Associazione Amici del Trekking e della Natura -- ambito: conduzione di gruppo e respiro.

Nei 2020 sono stata docente di Ecologia presso Università per tutte le Età di Lainate (MI) tenendo il corso "L'ambiente dietro casa", in quattro incontri, dai temi:

- *Il paesaggio prealpino: storia di una morfologia complessa*
- *L'uomo e l'ambiente: un lungo dialogo*
- *Il verde dietro casa: piante vicine e lontane*
- *Tutto si trasforma: cos'è un ecosistema*

Il 20/10/2012 sono stata relatrice nell'ambito del convegno organizzato dalla provincia di Biella "Il turismo verde nei Sacri Monti", presso il Santuario di Oropa, con un intervento sul tema: le esigenze di chi affronta un cammino spirituale

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.

COORDINAMENTO E AMMINISTRAZIONE DI PERSONE E LAVORO IN SQUADRA, PROBLEM SOLVING

Dalla primavera del 2009 al 16/03/2017 sono stata membro del Consiglio Direttivo della sezione Lombardia - sede di Milano di Trekking Italia, Associazione Amici del Trekking e della Natura.

Dal 24/03/2015 al 16/03/2017 ho anche ricoperto la carica di Coordinatrice di sede, gestendo una sezione di circa 1700 soci, coordinando riunioni di lavoro e pianificando la gestione delle attività di sviluppo e i rapporti con le altre sedi e il livello nazionale.

Nelle stesse date sono anche stata membro del Consiglio Esecutivo Nazionale.

CAPACITÀ E COMPETENZE

TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

Lavoro in ambiente Windows e Mac

Ho buona padronanza degli strumenti Microsoft Office (Word, Excel) e di Photoshop.

CAPACITÀ E COMPETENZE

ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

Suono la chitarra e canto in un coro

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Competenze non precedentemente indicate.

- Fin da bambina pratico il **nuoto**, in passato anche a livello agonistico.
- Dal 2008 mi dedico anche all'**apnea**, e ho ottenuto svariati brevetti di Apnea Academy (I,II,III livello, Monopinna base e avanzato): grazie all'apnea ho sviluppato la mia capacità di mantenere la calma nelle situazioni di stress, la gestione del respiro, e la percezione dei miei limiti.
- Mi piace la **barca a vela** e, oltre a diverse vacanze in barca, nel 2011 e 2012 ho anche partecipato ad un corso base di cabinato in tre weekend e ad uno di navigazione costiera di una settimana con la scuola di vela Orza Minore: lavoro di squadra, concentrazione e attenzione al momento presente, rapidità nel prendere le decisioni sono le qualità che grazie alla vela ho maggiormente accresciuto.
- Tra il 1999 e il 2002 ho frequentato un corso professionale di **shiatsu**, Moxa e Medicina Tradizionale Cinese, ho svolto trattamenti come terapeuta e sono stata istruttrice di Shiatsu (2005 Comune di Casirate d'Adda - 2002 - 2005 Comune di Cassina de' Pecchi, Progetto Università 2000), accrescendo così la mia capacità di ascolto e relazione.

PATENTE O PATENTI

B

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del D.Lgs. 196/2003.