

Alessandra Lucentini

INFORMAZIONI PERSONALI

OCCUPAZIONE PER LA QUALE SI CONCORRE

Docenza per corsi di cucina naturale, vegetale

ESPERIENZA PROFESSIONALE

Dal 2014 attuale Docente corsi di cucina

Cortobio s.a.c. www.cortobio.it

- Ideazione e conduzione in completa autonomia di corsi, video e show cooking di cucina e alimentazione naturale

Attività o settore consulenza, formazione, content creator

Dal 2012 al 2014 Docente corsi di cucina

Veganok Academy www.veganokacademy.com (ex VeganLab)

- Ideazione e conduzione in completa autonomia di corsi, di cucina e alimentazione vegana

Attività o settore docenza

Corsi

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

2007 Laurea magistrale in scienze naturali

Università degli studi di Scienze Matematiche Fisiche e Naturali di Milano

- Biologia, fisiologia, scienze della Vita e della Terra

2012 - attuale Attestato HACCP

Manipolazione e conservazione degli alimenti

2012 - attuale

2013 La sana gola di Milano

Corso per terapeuta alimentare

attuale Scuola di naturopatia Consè

Frequento corsi di naturopatia triennale

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre ITALIANO

Altre lingue

COMPRENSIONE

PARLATO

PRODUZIONE SCRITTA

	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
INGLESE	B1/B2	B1/B1	A1/A2	A1/A2	A1/A2
	SCOLASTICO				
FRANCESE	A1/A2	A1/A2	A1/A2	A1/A2	A1/A2
	SCOLASTICO				

Livelli: A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative Dal 2013 svolgo attività di divulgazione e sensibilizzazione con video, tutorial, serate a tema e conferenze sul tema del cibo, dell'alimentazione sana e l'importanza della scelta degli ingredienti.

Competenze organizzative e gestionali • completa autonomia nella gestione di gruppi di adulti o bambini (età 6/14 anni) durante la conduzione di corsi di cucina, educazione alimentare

Competenze professionali • ideazione di contenuti video, corsi, ricette, materiale fotografico a tema food

Competenze digitali

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

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato
 Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

- buona padronanza degli strumenti della suite per ufficio (elaboratore di testi, foglio elettronico, software di presentazione)
- buona padronanza dei programmi per l'elaborazione digitale delle immagini acquisita come fotografo a livello amatoriale, programmi usati canva

Altre competenze • attualmente in studio la medicina naturale, presso l'accademia di naturopatia Consè di Brescia

Patente di guida B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Pubblicazioni Ricette da Tutti gli orti del Mondo – libro SVI 2013

Progetti Serie tv su Leitr: 100%Green Kitchen – pillole di cucina vegan 2014
 Video per Regione Lombardia – ERSAF: Il bio nel Piatto 2023

"Il sottoscritto, ai sensi e per gli effetti delle disposizioni contenute negli articoli 46 e 47 del decreto del Presidente della Repubblica 28 dicembre 2000, n. 445 e consapevole delle conseguenze derivanti da dichiarazioni mendaci ai sensi dell'articolo 76 del predetto D.P.R. n. 445/2000, sotto la propria responsabilità dichiara che le informazioni contenute nel presente curriculum corrispondono a verità"

Firma _____

"Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali" e del GDPR (Regolamento UE 2016/679)".

Firma _____

Luogo, data

BRESCIA 13/04/26

Firma _____