

# CURRICULUM VITAE

Sara Bertani – Educatrice ed insegnante di yoga



## INFORMAZIONI PERSONALI

Nome e Cognome..... **Sara Bertani**  
Cellulare ..... 340.8593482  
E-mail ..... info@sarabertani.it  
Nazionalità..... Italiana  
Data e luogo di nascita..... 2 giugno 1988, Verona  
Indirizzo di residenza ..... Via Vesterle 1, Cerro Veronese (VR)  
Patente ..... Automunita, patente di tipo B  
P.IVA..... IT04132280233  
Sito web..... <http://www.sarabertani.it>

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

---

### Anno 2007

- ▶ Diploma di maturità presso il **Liceo socio-psico-pedagogico Carlo Montanari** con votazione 80/100.

### Anno 2008

- ▶ Attestato di partecipazione al **Corso “Apertura di un servizio per l’infanzia”** presso Zerosei Planet.

### Anno 2012

- ▶ Diploma di **insegnante di yoga per bambini e adolescenti** tenuto dal maestro Gianni Zollo a Milano (durata: 30 ore);
- ▶ Attestato di partecipazione al **corso “Esecutore manovre di disostruzione vie aeree in età pediatrica”** in data 19.05.2012 organizzato dalla Croce Rossa Italiana. **Secondo richiamo: 05.12.2013.**
- ▶ Attestato di partecipazione al **corso “L’inglese a nido”** in data 10.06.2012 organizzato da Zerosei Planet.

### Anno 2013

- ▶ Partecipazione al seminario **“Insegnamenti Yoga Bimbi”** a Parma.
- ▶ Attestato di partecipazione al Corso per Insegnanti di **Psicomotricità Infantile** (fascia 0-3) promosso dal Gruppo Efrem Verona.

### Anno 2015

- ▶ Febbraio-Ottobre 2015 **Master in Yoga per Bambini** a Verona, presso l’**Associazione Italiana Yoga per Bambini (AIYB)**.
- ▶ Ottobre-Aprile 2016 **Corso per Insegnanti di Yoga in gravidanza** a Venezia, presso la scuola di formazione Satya Yoga.

### Anno 2020

- ▶ Corso di formazione BLS-D per l’autorizzazione all’utilizzo del DAE
- ▶ Corso di formazione per Istruttori di Ginnastica per la terza età

## ESPERIENZA LAVORATIVA

---

### Anno 2006

- ▶ **Stagista** per un totale di 120 ore presso la **scuola dell'infanzia comunale L'Aquilone** di Verona.

### Anni 2008 - 2010

- ▶ **Apprendista Commessa** in Giacomelli Sport, presso il centro commerciale La Grande Mela, per un totale di nove mesi. Le principali mansioni affidate: addetta alla vendita, cassiera;
- ▶ **Educatrice ausiliaria** con contratto di apprendistato della durata di diciotto mesi presso il **nido d'Infanzia Giardino del Sole**. Ruolo affidato: supporto alle educatrici per bambini dai sei mesi al terzo anno d'età. Partecipazione attiva nel momento dell'accoglienza, nello svolgimento delle attività educative, nel pranzo, durante i cambi e nel rapporto con i genitori.
- ▶ **Educatrice di riferimento** per un gruppo di sette bambini dai due ai tre anni presso il **nido d'Infanzia Giardino del Sole** di Verona.

### Anni 2010 - 2016

Dopo la chiusura dell'asilo nido Giardino del Sole:

- ▶ **Tirocinio** presso il nido d'infanzia "**La stanza dei colori**" della durata di quattro settimane;
- ▶ Da Ottobre 2010 a Luglio 2015 **Educatrice di riferimento** presso il **nido d'infanzia L'Arcobaleno** (San Pietro in Cariano - Verona). Chiusura del contratto per cessione attività.
- ▶ Durante i mesi estivi lezioni di yoga con i bambini della scuola primaria e dell'infanzia presso il centro estivo organizzato dal **nido d'infanzia L'Arcobaleno**.
- ▶ Da Ottobre 2014 a Giugno 2015 **Insegnante di Yoga per bambini** presso la Scuola d'infanzia Regina della Pace, Buttapietra, Verona

### Anni 2017-2018 ad oggi

- ▶ Yoga in **gravidanza**, yoga **mamma-bebè** presso la Cooperativa la Tata, Verona
- ▶ Corso di **yoga per bambini** presso l'asilo nido Piccole Meraviglie, Vago di Lavagno
- ▶ Corso di **yoga per bambini** presso la scuola materna Cetti Bianca, Novaglie
- ▶ Corso di **yoga genitori-figli** e **mamma-bebè** presso il Centro Corpo e Mente, San Martino B. Albergo
- ▶ Corso di **yoga mamma bebè** presso la scuola dell'infanzia Angeli Custodi di Quinto

### Dal 2019 ad oggi

- ▶ Corso di yoga in **gravidanza**, yoga **mamma-bebè** e yoga **genitori-figli** presso il Centro Stella Academy, Verona
- ▶ Corsi di yoga in **gravidanza**, yoga **mamma-bebè**, **yoga genitori e figli** presso **ValArt**, Grezzana
- ▶ Incontri di **yoga per bambini** presso i gest dell'associazione In Giro Leggendo, Verona
- ▶ Corso di **yoga per bambini** presso la scuola dell'infanzia di **Romagnano**, Grezzana
- ▶ Corso di **yoga genitori e figli** presso la scuola dell'infanzia Carlo Montanari, San Pietro di Lavagno
- ▶ Corso di yoga **mamma bebè** e yoga **per bambini** presso il nido d'infanzia L'Aquilone, Negrar
- ▶ Corso di **yoga mamma bebè** presso Family+, San Giovanni Lupatoto

## ATTIVITÀ SVOLTE CON I BAMBINI

---

### ► Inserimento

- Colloqui pre-inserimento individuali e collettivi con i genitori;
- Inserimento di bambini di varie età (dagli 8 mesi fino ai 3 anni);

### ► Organizzazione ed introduzione di attività e progetti

- Organizzazione delle giornate educative quotidiane
- Creazione di vari progetti educativi annuali;
- Organizzazione di feste e di Open Day;
- Introduzione del gioco dello Yoga tramite favole con Asana, Mudra ed attività artistiche con i Mandala;
- Giochi di motricità, socializzazione, visualizzazione e rilassamento;

### ► Gestionali

- Collaborazione nella creazione di materiali pubblicitari promozionali ed informativi;
- Pianificazione delle zone di distribuzione dei materiali informativi;
- Collaborazione per la parte amministrativa e gestionale dell'asilo nido;
- Scelta del personale.

### ► Attività con i bambini nello specifico

- Motricità fine;
- Gioco euristico e gioco simbolico;
- Stimolazione sensoriale e del linguaggio;
- Attività grafico-pittoriche;
- Narrazione di favole;
- Giochi in giardino e giochi d'acqua;
- Attività di Yoga
- Attività e giochi in lingua inglese.

### ► Progetti educativi sviluppati e svolti

- L'arcobaleno dei colori
- Colori e sensazioni
- I bambini e le regole
- Yoga e le emozioni
- Il pesciolino Arcobaleno
- Le stagioni con la nuvola Olga
- I Quattro elementi
- Zaac il pellicano (in inglese)

## ESPERIENZA COME INSEGNANTE DI YOGA

---

### Yoga per bambini e yoga genitori-figli

Attività svolta autonomamente e rivolta ai bambini del nido, della materna e della scuola elementare in cui diversi gruppi hanno la possibilità di ricevere numerosi benefici tramite il gioco dello Yoga.

Grazie agli incontri pomeridiani di questo progetto i bambini hanno l'opportunità di sperimentare pratiche di concentrazione orientate a stimolare la loro attenzione, apprezzando la calma attraverso esperienze di rilassamento. Giochiamo allo Yoga offre anche attività e strumenti utili al potenziamento della loro fantasia, immaginazione e creatività favorendo le condizioni per lasciar fiorire le proprie risorse e potenzialità.

### Yoga in gravidanza

Corso dedicato alle mamme che desiderano rinforzare il legame tra la mamma ed il bambino attraverso un ascolto consapevole. Lo yoga allevia i disturbi tipici della gravidanza quali stanchezza, mal di schiena e gonfiore articolare; scioglie la tensione muscolare; migliora circolazione, mobilità, forza e flessibilità; aiuta la mamma a riposare e a respirare meglio; migliora la capacità di ascoltare il proprio corpo.

### Yoga mamma-bebè

Il corso di Yoga mamma bimbo offre alla mamma a livello fisico gli strumenti per riacquistare tonicità ed elasticità. A livello emotivo invece accompagna la mamma in questo cambiamento di vita che viene condiviso con altre neomamme è perciò un valido aiuto per la depressione post-partum. Inoltre promuove l'istinto materno attraverso la stimolazione dell'ossitocina e aiuta la mamma a comprendere il linguaggio non verbale dei piccoli.

## CAPACITÀ PERSONALI

---

### Madrelingua

Italiano.

### Altra lingua

Inglese a livello scolastico.

### Capacità relazionali

Buona capacità dialettica, relazionale e nel lavoro in team. Forte spirito di collaborazione e di coinvolgimento in un progetto arricchito da entusiasmo e passione.

### Capacità organizzative

Distinta capacità organizzativa, di operare con ordine, precisione e serietà, di pianificare e realizzare un progetto o nel raggiungere un obiettivo con volontà ed impegno.

### Capacità artistiche

Buona capacità nei lavori manuali e nell'utilizzo creativo di vari materiali. Lettura di favole e sviluppo di relative attività. Canto assieme ai bambini.

### Capacità informatiche

Distinta capacità nell'uso del computer e nell'utilizzo del pacchetto Microsoft Office. Gestione di pagine e di inserzioni pubblicitarie su Facebook. Gestione di un sito web.

### Interessi

Lettere pedagogiche e yogiche, sport, yoga, cucina.

## OBIETTIVO

---

Da sempre i bambini mi trasmettono la loro spontanea felicità ed allegria. Di conseguenza il mio obiettivo è di lavorare con loro introducendo attività sempre nuove ed originali tra cui spicca il gioco dello yoga. Mi propongo come educatrice e come Insegnante di Yoga per bambini nel doposcuola e durante le attività didattiche. La maternità, inoltre, mi ha regalato delle gioie e delle emozioni uniche e per questo valuto collaborazioni e spazi per l'insegnamento dello yoga in gravidanza, mamma-bebè e genitori-figli.

Sara Bertani



---