

**FORMATO EUROPEO
PER IL CURRICULUM
VITAE**



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome	Valerio Costa
Indirizzo	Via Gualtiero da Caltagirone, 16 A Palermo
Telefono	329 8038277
E-mail	valeriacosta79@libero.it
Nazionalità	italiana
Data di nascita	31/07/1979

ESPERIENZA LAVORATIVA

- Date: Dicembre 2015
- Nome e indirizzo del datore di lavoro: **Aliter Onlus (Palermo)**
- Tipo di impiego: Docente di Counseling a mediazione corporea, Prevenzione/gestione dello stress.

- Date: Maggio 2014 – Maggio 2015
- Nome e indirizzo del datore di lavoro: **Centro Studi Egeria (Palermo)**
- Tipo di impiego: Wellness Trainer (conduttore gruppi sul rilassamento Mente-Corpo, strategie Anti-stress)

- Date: Marzo 2014 – Marzo 2015

• Nome e indirizzo del datore di lavoro: **Tecnoservice (Palermo)**

• Tipo di impiego

Docente di Counseling a mediazione corporea, tecniche di auto aiuto per la prevenzione e la gestione dello stress.

- Date : Aprile 2014

- Nome e indirizzo del datore di lavoro: **Centro studi Aurora (Bagheria,Palermo)**

- Tipo di impiego:

Docente di Counseling a mediazione corporea, tecniche di auto aiuto per la prevenzione e la gestione dello stress.

- Date

Gennaio 2010 – Maggio 2014

• Nome e indirizzo del datore di lavoro

Accademia palermitana di Psicologia Integrata (A.p.p.i)

• Tipo di impiego

- Docente e formatore
- Esperto in tecniche bio-naturali, complementari – integrate a mediazione corporea.
- Conduzione gruppi per la prevenzione e la gestione dello stress.

• Date (da – a)	Dal 2012 fino ad oggi
Tipo di azienda	Centro Mendel srl (Centro Poli-ambulatoriale convenzionato u.s.l)
• Tipo di impiego	Counselor a mediazione corporea, Esperto in tecniche di rilassamento mente-corpo.
• Principali mansioni	Educazione alimentare naturale, Organizzazione seminari sulla prevenzione dello stress cronico, Salutogenesi.
• Date	05/2010 – 05/2011
• Tipo di impiego	- Docente e formatore - Esperto in tecniche bio-naturali, complementari – integrate a mediazione corporea. - Progettazione laboratori esperienziali di rilassamento Mente-Corpo e di espressività corporea.
• Tipo di azienda	Ce.S.m.i (Centro studi di Medicina integrata) - Palermo
• Date (da – a)	01/03/2011 AL 01/08/2011
Tipo di azienda	Cooperativa sociale “Albero della vita”- Giovani in crescita - Palermo
• Tipo di impiego	Educatore professionale
• Principali mansioni	Servizi di accoglienza adolescenti, Orientamento al lavoro, Progetti educativi interculturali.
• Date (da – a)	<i>Maggio 2010</i>
• Nome e indirizzo del datore di lavoro	• Centro H.o.c.a (Holistic Open Center Consciousness), Palermo

- Tipo di impiego Operatore del benessere bio-naturale,
Esperto in tecniche naturali, complementari – integrate a
mediazione corporea.
- Principali mansioni e responsabilità Prevenzione della salute e del benessere psico-corporeo.
- Date (da – a) *Settembre 2007 - Settembre 2008*
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Cooperativa Tecnoservice, Palermo.
 - Associazione Culturale Palazzo Asmundo, Palermo.
- Tipo di impiego Esperto in gestione museale
- Principali mansioni e responsabilità Organizzazione eventi culturali, allestimento mostre, catalogazione; gestione degli aspetti logistici ed amministrativi; relazione con il pubblico e con la stampa.
- Date (da – a) Novembre 2006 – Giugno 2007
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Salmoiraghi & Viganò S.p.A. Milano
Punto Vendita San Giovanni - Milano
- Tipo di azienda o settore Ottico
- Tipo di impiego Capo Negozio
- Principali mansioni e responsabilità Gestione disponibilità in magazzino, registrazione flussi di vendita, prenotazione del materiale necessario in funzione delle richieste dell'utenza.
Adempimento ed ottimizzazione delle politiche aziendali in relazione alle strategie di Marketing territoriale.
- Date (da – a) Ottobre 2005-Settembre 2006
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Part-time universitario, Università degli Studi di Palermo.
- Tipo di azienda o settore Biblioteca di archeologia e scienze storiche.
- Principali mansioni e responsabilità Catalogazione, segretariato, ufficio informazioni.
- Date (da – a) Marzo 2000 – Gennaio 2005
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Tra Sole e Luna, Palermo
- Tipo di azienda o settore Associazione di categoria
- Tipo di impiego Docente e formatore
Esperto in tecniche naturali di rilassamento
- Principali mansioni e responsabilità Tecniche di rilassamento psico-corporeo, ascolto ed orientamento.

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date Giugno 2015
- Nome e tipo di istituto di formazione Ananda Assisi
- Qualifica conseguita : Esperto in tecniche meditative e pratiche di rilassamento Mente-Corpo.

- Date Maggio 2014
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Ananda Assisi**
- Qualifica conseguita Ananda yoga Teacher
- Qualifica conseguita Training sul rilassamento psico-corporeo, alimentazione naturale, yoga. respirazione

- Date Febbraio 2014
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Scuola di Scienze naturopatiche**
(Palermo)
- Qualifica conseguita Esperto in tecniche naturopatiche

- Date (da – a) Dicembre 2012
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Accademia palermitana di Psicologia Integrata (A.p.p.i)**
- Qualifica conseguita Counselor (Agevolatore nella relazione d'aiuto)
- Principali materie / abilità professionali *Counseling, Psicologia umanistica, Tecniche di comunicazione efficace, Psico-endocrino-immunologia, Psicologia di comunità, Tecniche di Self-help e di rilassamento a mediazione corporea.*

- Date (da – a) Giugno 2012
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Scuola di Counseling Integrato Co.Me.Te (Milano)**

- Qualifica conseguita Corso di aggiornamento sull'integrazione possibile tra Counseling, musica e contatto corporeo.

- Principali materie / abilità professionali Psicologia Funzionale Corporea, Tecniche di Rilassamento, Bioenergetica, Counseling a mediazione corporea.

- Date (da – a) Aprile 2011 – Novembre 2011
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Istituto di Logosintesi (Italia)**
- Qualifica conseguita Operatore di Logosintesi e Tecniche di Psicologia energetica (E.P.I.)
- Principali materie / abilità professionali Psicologia Funzionale Corporea, Psicologia energetica, Tecniche di Rilassamento.
Tecniche di riequilibrio emozionale, Psico-Kinesiologia applicata, Medicina tradizionale cinese.

- Date (da-a) Dicembre 2011
- Nome e tipo di istruzione **Istituto di Logosintesi Italia**
- Qualifica conseguita Stage di approfondimento: Le Matrici Perinatali (MPB)
- Principali materie/abilità Tecniche di mediazione Psicologia Perinatale, Tecniche di rilassamento Mente-Corpo, a mediazione artistica

- Date (da – a) Dicembre 2010
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione **Università degli studi di Palermo**
- Qualifica conseguita Laurea specialistica in Antropologia culturale e sociale con votazione di 110/110.
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio *Conoscenze avanzate nelle discipline etnoantropologiche relative alla diversità culturali e alle differenze etniche. Elevata competenza a livello metodologico in campo antropologico e sociologico per quanto riguarda le dinamiche sociali e culturali europee e quelle extraeuropee.*

- Date (da – a) Novembre 2010
- Nome e tipo di istituto di istruzione/ formazione **Accademia palermitana di Psicologia integrata**
- Qualifica conseguita Attestato di partecipazione al corso di alta formazione in “Prevenzione dello stress legato alla Separazione coniugale”.
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio Psicologia giuridica, Tecniche di Counseling familiare.

- Date (da – a) Aprile – Luglio 2010

<ul style="list-style-type: none"> • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Titolo conseguito • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Accademia Palermitana di Psicologia Integrata (A.P.P.I.) – Palermo Istituto per il Logocounseling - Roma Esperto in Training Autogeno Somatico e Counseling corporeo Tecniche di rilassamento psico-corporeo, Tecniche di conduzione al rilassamento Autogeno, Tecniche di riequilibrio emozionale.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Giugno 2010 Istituto per il Logo-Counseling - Roma I.S.U.E (Istituto scienze umane esistenziali) – Napoli Istituto di Antropologia Clinica Esistenziale e Counseling - Roma</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Titolo conseguito • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Logo-Educatore Esistenziale - Operatore Educativo con Abilità di Logo-Counseling Materie di carattere socio-educativo e socio-sanitario: formazione teorico-esperienziale biennale superiore a 240 ore; titolo di studio fruibile nei settori delle relazioni d'aiuto, nell'ambito socio-educativo, sanitario e in tutti quei settori in cui si richiedono competenze comunicazionali e relazionali avanzate, non solo teoriche.</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date (da – a) • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione • Titolo conseguito 	<p>Gennaio 2007 – Ottobre 2008 Centro Aom (Medicina Ayurvedica e Terapia Yoga), Palermo. Attestato di formazione per Operatore Abyangham – Massaggio Ayurvedico</p>
<p>Principali materie/abilità professionali oggetto dello studio</p>	<p>Filosofia, Psicologia e Fisiologia Ayurvedica; tecniche di Massaggio Abyangam; alimentazione e benessere naturale, Tecniche Yoga (Ashtanga e Kriya).</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Date • Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione 	<p>Febbraio 2007 Centro di Medicina Olistica Shanti Pram, Roma</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Qualifica conseguita • Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio 	<p>Operatore in tecniche di Yoga espressivo e Shin sun Do <i>Tecniche di movimento, Respirazione, Riequilibrio Mente-Corpo-Energia</i></p>

- Date

Luglio 2006
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Università degli Studi di Palermo
- Qualifica conseguita
 - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio

Laurea in Beni Demo-Etno-Antropologici con votazione di 110/110 e lode
Materie di carattere antropologico, sociologico e umanistico.
Titolo di studio fruibile in attività di livello nazionale ed internazionale in contesti socio-culturali: servizi e consulenze e pianificazioni sociali, editoria, organismi privati e pubblici di livello statale, regionali o locali, musei, pubblicità e turismo culturale, conservazione dei beni culturali, comunicazione multimediale.
- Date

Maggio 2006
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Associazione italiana Reiki (A.I.RE.)
Via Asiago 46, Milano
- Qualifica conseguita

Diploma di Operatore Professionale Japanese Reiki/Tecniche giapponesi di perfezionamento.
- Date

Gennaio 2006
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Laboratorio di Teatro Espressivo con stage finale presso “La quinta scena”, Palermo
- Date

Ottobre 2006
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Centro di Psicosintesi Palermo
- Qualifica conseguita

Corso Triennale di Autoformazione (CTA) in Psicosintesi, (studio e applicazione esperienziale di tematiche psicosintetiche).
- Date

Ottobre 2003 - Luglio 2004
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Istituto Graziano – Palermo
- Qualifica conseguita

Operatore informatico per Pc
- Date

Settembre 2004
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Self Realization Fellowship (Roma).
- Qualifica conseguita

Tessera kriyaban: lezioni e tecniche Kriya Yoga.
- Date

Ottobre 2002
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Centro Ananda Maitreya, Via Zeusi d'Eraclea, 20 Palermo
- Qualifica conseguita

Attestato di formazione per Operatore Reiki secondo livello, sistema Usui.
- Date

Aprile 2002
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione

Accademia Siciliana Shiatsu - I giardini del Mediterraneo, Palermo.
- Qualifica conseguita

Attestato di formazione per Operatore Shiatsu di primo livello

- Date

Gennaio 2002
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita

Le città invisibili, Palermo (Centro studi Narrazione e Poesia)
Laboratorio di Scrittura poetica e arti espressive
- Date

Maggio 2001
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita

Centro Terapia Reiki,
Via Cavour, 117 Palermo.
Attestato di formazione per Operatore Reiki primo livello del sistema Usui.
- Date

Ottobre 1998
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
 - Qualifica conseguita

A.V.U.L.L.S Palermo
Attestato di formazione "Volontariato per l'educazione e la solidarietà"

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

PRIMA LINGUA Italiano

INGLESE

ALTRE LINGUA

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

CAPACITÀ E COMPETENZE TECNICHE Familiarità con il pacchetto Office.

PATENTE O PATENTI Patente B

ALLEGATI

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della legge 15/68, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla Legge 675/96 del 31 dicembre 1996.