



CONTATTI

☎ 3484442858

✉ laviniarumeni.nutrizionista@gmail.com

✉ PEC : lavinia.rumeni@bioerma.legalmail.it

📍 Milano, Italia

🌐 [LinkedIn](#)

LINGUE

Italiano

Inglese

COMPETENZE

- Ottima capacità di ascolto attivo ed empatia
- Propensione per il lavoro a contatto con il pubblico
- Precisione
- Autonomia
- Flessibilità e capacità di adattamento
- Capacità organizzative e di pianificazione
- Ottimo lavoro di squadra
- Uso dei principali strumenti informatici

Lavinia Rumeni

Biologa Nutrizionista

PROFILO

Biologa Nutrizionista laureata in Biologia Applicata alle Scienze della Nutrizione.

Dedita alla corretta e consapevole alimentazione e sano stile di vita. Esperienza nell'educazione alimentare e nella cura del sovrappeso/obesità e dei disturbi alimentari. Forte empatia, ascolto attivo e spiccata capacità di comunicazione e relazione con adulti e bambini, consolidati negli anni attraverso tirocini e lavori a contatto con il pubblico. Desiderio di aiutare gli altri a trovare la giusta armonia con il cibo ed il proprio corpo.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Luglio 2023 - attuale

Biologa Nutrizionista - MyNutritional, Milano

Centro di nutrizione in cui mi occupo di prime visite e controlli nutrizionali, effettuando misure antropometriche e strumentali tra cui bioimpedenziometria e calorimetria e stilo piani alimentari personalizzati.

Febbraio 2023 - attuale

Biologa Nutrizionista – Cliniche Italiane di Psicoterapia disturbi alimentari, Milano

Centro di disturbi alimentari in cui effettuo sedute nutrizionali in regime ambulatoriale ed intensivo secondo la terapia cognitivo comportamentale migliorata.

Aprile 2022 – Giugno 2022

Biologa Nutrizionista - Cliniche Italiane di Psicoterapia Disturbi Alimentari, Milano

Tirocinio post laurea in cui sono stata a contatto con pazienti affetti da diversi disturbi alimentari e li ho seguiti durante il loro percorso.

Giugno 2021 – Febbraio 2022

Biologa Nutrizionista - Cliniche Italiane di Psicoterapia Disturbi Alimentari, Milano

Tirocinio curriculare per l'elaborazione della tesi sperimentale in cui ho potuto capire concretamente il difficile rapporto che, persone con disturbo alimentare, hanno nei confronti del cibo e del proprio corpo. Preparavo, distribuivo e assistevo ai pasti, collaboravo durante le visite nutrizionali settimanali e durante la programmazione alimentare. Raccolto ed analizzato i dati finalizzati alla tesi sperimentale.

Marzo 2018 – Maggio 2018

Biologa Nutrizionista - Università di Camerino

Tirocinio curriculare per l'elaborazione della tesi in cui ho svolto lezioni a bambini ed adolescenti in merito all'educazione alimentare attraverso slide proiettate e lavori eseguiti in classe. Ho inoltre utilizzato questionari da far compilare agli studenti prima e dopo ogni lezione per valutare la loro comprensione e la mia capacità espositiva. Esperienza divertente e costruttiva in cui ho potuto sia insegnare che imparare.

FORMAZIONE

Aprile 2022

Laurea Magistrale in Biologia Applicata alle Scienze della Nutrizione - Università degli Studi di Milano, Milano

Tesi in "Valutazione dell'efficacia della Terapia cognitivo comportamentale migliorata (CBT-E) sulla salute ossea in pazienti affetti da disturbi alimentari". Votazione di laurea 110 con Lode.

Dicembre 2018

Laurea triennale in Biologia della Nutrizione - Università di camerino, San Benedetto del Tronto

Tesi in "Educazione alimentare e salute nelle scuole". Votazione di Laurea 110 con Lode.

Luglio 2015

Diploma - Vanvitelli Stracca Angelini – Biologico Sanitario, Ancona

Votazione 84/100.

Luglio 2014

Corso di inglese - Avalon's English Language Summer School at College, Brighton

Programma di studio al College in associazione ad esperienza lavorativa organizzato con gruppo di italiani e di nativi inglesi. Livello di inglese intermedio.

ATTIVITA'

- Stipulazione polizza assicurativa tramite Italiana Assicurazioni nr. 2023/07/6309024; Giugno 2023
- Iscrizione all'ENPAB; Marzo 2023
- Apertura p.iva nr. 02944350426; Gennaio 2023
- Iscrizione all'Albo dell'Ordine dei Biologi Emilia Romagna Marche, sez A, nr. ERM_A04663; Gennaio 2023
- Corso di formazione - Colloquio di lavoro vincente Maximus; Novembre 2022
- Abilitazione all'esercizio per la professione di Biologo, sezione A; Settembre 2022
- Corso di aggiornamento - Dieta mediterranea: principi, alimenti, proprietà nutrizionali e benefici per la salute - SIFA; Aprile 2022
- Seminario - Alimentazione per l'allenamento in palestra - SIFA; Aprile 2022
- Seminario - La spesa Fitness: cosa mettere nel carrello del supermercato - SIFA; Aprile 2022
- PF24 Percorso Formativo propedeutico al tirocinio per l'insegnamento, Università di Camerino; Giugno 2018
- Formazione generale lavoratori, AiFOS Associazione Italiana Formatori ed Operatori della Sicurezza sul lavoro; Marzo 2018