

Dott.ssa Ilaria Cecconi

Biologa Nutrizionista (Numero iscrizione all'albo ONB 052523)

Residente in Via Olmi 49 Forte dei Marmi (Lu)

Cell. 3283911917

0584 81749

(Libera professionista, opera nelle zone Lucca, Massa Carrara, Pisa, Livorno)

1993: Laurea in Scienze Biologiche conseguita presso l'Università di Pisa

1994: Consegue l'abilitazione all'esercizio della professione di Biologo.

1999: Dottorato di ricerca in Biochimica

2002: Consegue la Specializzazione in Biochimica clinica presso il Dipartimento di Farmacia dell'Università di Pisa.

2003: Consegue il diploma del Master universitario di I° livello in "Valorizzazione e controllo delle produzioni agro-alimentari di qualità" presso Scuola Superiore S.Anna di Pisa.

2007 - 2008 Frequenta il Master di "Nutrizione clinica e applicata", tenutosi a Firenze.

2012-2013 ha conseguito il Master in Nutrizione dello Sport presso la Scuola di Nutrizione e Integrazione nello Sport (SINSEB).

Nel 2017 ha frequentato il Master di Specializzazione in Mindfulness (APL psicologi della Lombardia), da cui l'attestato di Istruttore senior di Mindfulness e l'accreditamento per il Mindfulness-Based Professional Training- MBSR Teacher Training- MBCT Training for Therapist.

Nel 2019-2020 ha frequentato il Corso di Alta Formazione in medicina Psicosomatica (Direttore scientifico Antonella Ciaramella).

Laureanda in Psicologia e Scienze dell'Educazione (SED Scuola Superiore di Scienze dell'Educazione "San Giovanni Bosco" Firenze).

Dal 2004 svolge la libera professione come Biologa Nutrizionista.

Negli anni ha curato la propria formazione partecipando a numerosi corsi e congressi inerenti la nutrizione ([vedi anche curriculum esteso in www.nutrilab.it](http://www.nutrilab.it)) e gli aspetti psicologici del rapporto con il cibo e la salute.

Collabora attivamente con altre figure professionali in attività di psiconutrizione, gestione del comportamento alimentare e disturbi dell'alimentazione.

Ha svolto attività di divulgazione nelle scuole ed è stata organizzatrice e protagonista di numerosi interventi divulgativi e formativi.

Fa parte del consiglio direttivo della Associazione di volontariato *Alerementem-Alta formazione*, organizzatrice di incontri e seminari tra cui:

1) Ciclo di incontri *Vivere e non sopravvivere*: La complessità del vivere donna (febbraio 2013, Viareggio); *Vivere insieme coppia e famiglia* (Marzo 2013, Viareggio); *Vivere nella società* (Aprile 2013, Viareggio)

2) *Festival Melosmente* (prima edizione 2019 Villa Bertelli Forte dei Marmi; seconda edizione 2022 Teatro Puccini Torre del Lago);

E' tra le ideatrici del Progetto Antiaging *Aureum* che ha come obiettivo il benessere e la cura nel processo d' invecchiamento.

E' tra le ideatrici del Progetto *Il cibo sentito* (www.ilcibosentito.it).

Forte dei Marmi 11/10/2022

Dott.ssa Ilaria Cecconi