



Emanuele Manes

Data di nascita: 30/07/1985 **Sesso:** Maschile

Numero di telefono: (+39) 3281319018

Indirizzo e-mail: emanuelemanes85@gmail.com

Abitazione: via prato calvario, 87040 San Benedetto Ullano (Italia)

PRESENTAZIONE

BIOLOGO NUTRIZIONISTA, ISTRUTTORE DI FITNESS E PERSONAL TRAINER

ESPERIENZA LAVORATIVA

Collaborazione come Biologo Nutrizionista

Presso Health Center Centro Biomedico e Nutrizionale [01/05/2016 – Attuale]

Indirizzo: Via Alimena n.6, 87100 Cosenza (Italia)

Città: Cosenza

Paese: Italia

Sito web: www.healthcenter.com

Impresa o settore: Attività professionali, scientifiche e tecniche

1. Valutazione dello stato di nutrizione e preparazione di regimi dietetici appropriati alle condizioni di un individuo;
2. Counseling Nutrizionale;
3. Integrazione alimentare nello sportivo e terapia Nutraceutica;
4. Informazione Educazione e Formazione su tematiche inerenti la Nutrizione e il benessere.

Docente Alimentazione e integrazione nella pratica sportiva per i corsi di istruttore e personal trainer

ACSI (Associazione Centri Sportivi Italiani) [21/07/2017 – Attuale]

Indirizzo: cosenza

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Ragioniere Programmatore

Istituto Commerciale "G Pezzullo" [14/09/1998 – 06/07/2004]

Indirizzo: Cosenza (Italia)

Laurea triennale in Scienza della Nutrizione 110/110 e lode

Facoltà di Farmacia Scienza della Nutrizione e della Salute, Università Della Calabria [13/10/2004 – 25/07/2008]

Indirizzo: Rende (Italia)

Campi di studio: Scienze e tecnologie della vita

Laure Magistrale in Scienza della Nutrizione 110/110 e lode

Facoltà di Farmacia Scienza della Nutrizione e della Salute, Università della Calabria (UNICAL) [06/09/2008 – 11/05/2011]

Indirizzo: Rende (Italia)

Diploma Nazionale Istruttore di Fitness e Body Building
CSEN (Centro Sportivo Educativo Nazionale) [21/07/2017]

Diploma Nazionale Personal Trainer
ACSI [05/05/2019]

Indirizzo: Cosenza (Italia)

Corso di Perfezionamento " Laboratorio, interdisciplinarietà e multimedialità per una nuova didattica delle scienze"

Facoltà SMFN Università della Calabria [07/05/2011 – 12/06/2011]

Indirizzo: Rende (Italia)

Formazione e didattica in ambito scientifico

Corso formazione "Protezione soggetti malati di Celiachia"

ASP Cosenza e AIC (Associazione Italiana Celiachia) [04/02/2016]

Indirizzo: Cosenza (Italia)

Attestato di conseguimento del corso : Il Counseling a supporto della relazione d'aiuto

Progetto Trio Regione Toscana [18/04/2016]

PUBBLICAZIONI

Nutrition Education Program and Physical Activity Improve the Adherence to the Mediterranean Diet: Impact on Inflammatory Biomarker Levels in Healthy Adolescents From the DIMENU Longitudinal Study.

Front Nutr. 2021 Jul 19;8:685247. doi: 10.3389/fnut.2021.685247. eCollection 2021. PMID: 34350206

Self-Perceived Physical Activity and Adherence to the Mediterranean Diet in Healthy Adolescents during COVID-19: Findings from the DIMENU Pilot Study.

Healthcare (Basel). 2021 May 23;9(6):622. doi: 10.3390/healthcare9060622. PMID: 34070999

Impact of Vigorous-Intensity Physical Activity on Body Composition Parameters, Lipid Profile Markers, and Irisin Levels in Adolescents: A Cross-Sectional Study

Nutrients. 2020 Mar 11;12(3):742. doi: 10.3390/nu12030742. PMID: 32168929

TIROCINIO FORMATIVO

Tirocinio presso Centro Biomedico Health Center di Cosenza

[15/11/2021 – 15/07/2022]

Valutazione della composizione corporea e dello stato nutrizionale del paziente con metodiche antropometriche e bioimpedenziometria.

Tirocino presso A.S.D. Mida Club di Montalto Uffugo (CS)

[09/10/2022 – 10/03/2023]

Creazione di schede di allenamento personalizzate, ginnastica posturale in età adolescenziale e geriatrica con elementi di riabilitazione motoria post trauma.

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: **italiano**

Altre lingue:

inglese

ASCOLTO A2 LETTURA B2 SCRITTURA B2

PRODUZIONE ORALE A2 INTERAZIONE ORALE B1

RETI E AFFILIAZIONI

Appartenenza a gruppi / associazioni

Iscritto all'Albo dei Biologi AA 071785

Socio Ordinario Società Italiana di Nutraceutica (SiNut)

Socio Fondatore Associazione Scientifica Biologi Calabresi (ASBC)

PATENTE DI GUIDA

Patente di guida: B

COMPETENZE ORGANIZZATIVE

Competenze organizzative

- buone competenze organizzative maturate grazie all'organizzazione di corsi e convegni su tematiche inerenti l'alimentazione e il benessere, in collaborazione con enti o palestre

COMPETENZE COMUNICATIVE E INTERPERSONALI

Competenze comunicative e interpersonali

- Buone competenze comunicative
- Autore di articoli riguardanti la Nutrizione e il benessere su riviste come Health Magazine e Scienze&Ricerche

HOBBY E INTERESSI

Cantante

Cantante certificato con metodo Estill Voice Training primo e secondo livello

ONORIFICENZE E RICONOSCIMENTI

Albo d'oro dei Biologi Nutrizionisti

Ordine Nazionale dei Biologi [11/12/2015]

L'Albo D'oro ha una finalità qualificante ed onorifica, rappresentando un riconoscimento per quei Biologi Nutrizionisti che si impegnano nella divulgazione della Dieta Mediterranea come strumento di prevenzione delle malattie cronico degenerative finalizzato al miglioramento dello stato di salute della popolazione.

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".