

MARIKA ORLANDO

RIEPILOGO FORMATIVO

- 2011-2016 Liceo scientifico presso l'Istituto Salesiano Valsalice di Torino.
- 2016-2019 Corso di laurea in Dietistica, Università degli studi di Torino, Scuola di Medicina, Dipartimento di Scienze Mediche.

Esami conseguiti:

ALIMENTAZIONE IN GRAVIDANZA E NELL'ETA' EVOLUTIVA; ATTIVITÀ A SCELTA DELLO STUDENTE-
NUTRIZIONE SPORTIVA; BASI DI NUTRIZIONE CLINICA; CHIMICA E MERCEOLOGIA DEGLI ALIMENTI;
ESAME DI TIROCINIO 1-2-3 ANNO; FISILOGIA E BIOCHIMICA DELLA NUTRIZIONE; IGIENE E
SICUREZZA ALIMENTARE; MEDICINA SPECIALISTICA; MEDICINA, CHIRURGIA E FARMACOLOGIA;
METODOLOGIA DELLA RICERCA E AGGIORNAMENTO IN AMBITO DIETISTICO; NUTRIZIONE E
PREVENZIONE; NUTRIZIONE IN AMBITO CLINICO 1; NUTRIZIONE IN AMBITO CLINICO 2; PRINCIPI
ETICI, LEGALI E DEONTOLOGICI E ORGANIZZAZIONE DELLA PROFESSIONE; PROMOZIONE DELLA
SALUTE ED EDUCAZIONE ALIMENTARE; QUALITÀ E SICUREZZA DELLA RISTORAZIONE COLLETTIVA;
SCIENZE BIOMEDICHE 1; SCIENZE BIOMEDICHE 2; ULTERIORE ATTIVITÀ FORMATIVA-INFORMATICA 1;
ULTERIORE ATTIVITÀ FORMATIVA-INGLESE SCIENTIFICO 1-2-3; ULTERIORE ATTIVITÀ FORMATIVA-
LABORATORIO 1-2-3

Media dei voti: 29

1500 ore di tirocinio conseguito presso gli ospedali e i Sian di Torino e provincia, in scuole elementari e centri commerciali in collaborazione a Coop.

18/10/19: superamento dell'esame di stato abilitante alla professione di dietista

18/11/19: conseguimento del titolo di laurea triennale in Dietistica presso UniTo con valutazione di 110/110L

aa. 2019-2020: Scuola di Alta Formazione in medicina funzionale, epigenetica e modelli complementari nella pratica clinica quotidiana"

22/09/21: conseguimento del titolo di laurea magistrale in Scienze dell'Alimentazione presso UniFi con valutazione di 110/110L

CAPACITÀ E INTERESSI

- Spiccato interesse nella promozione della sana e sostenibile alimentazione e nell'agricoltura biologica.
- Empatia e capacità di ascolto.
- Creatività e abilità in scrittura, musica e disegno.
- Attitudine al lavoro di gruppo.

- Carattere carismatico e socievole.

ATTIVITÀ SVOLTE

- Animatrice volontaria di ragazzi e bambini presso centri estivi parrocchiali, scolastici e sportivi, in feste ed eventi, campi di formazione e gruppi.
- Giocatrice di pallavolo a livello agonistico dal 2003.
- Speaker radiofonica su Primaradio dal 2011 al 2015.
- Musicista nell'orchestra giovanile CFM di Torino dal 2013 ad oggi.
- 07/14: Stage di giornalismo e scrittura presso il giornale "La Voce e il Tempo".
- Salone del libro edizione del 2014 e del 2015: Intervistatrice e speaker radiofonica per Primaradio.
- Aiuto compiti e affiancamento allo studio di bambini e ragazzi dalle elementari alle superiori in qualunque materia, attività svolta dal 2015.
- Scrittrice autrice nell'Enciclopedia della Poesia Contemporanea 2017 Mario Luzi Editore.
- 15/10/18: Modella per la boutique Anili di Torino nella collezione autunno-inverno.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

2017

- 09/06/17: convegno *SIO* (Sala ATC -C.so Dante TO h.9.00-17.00)
- 22/09/17: convegno *Nestlè* (Intesa San Paolo-C.so Inghilterra TO h. 9.00-17.00)

2018

- 09/02/18: convegno "*Il cancro dello stomaco*" (Unione Industriale TO h.9.00-18.00)
- 11/04/18: convegno *SPEM Interprofex* (Collegio Artigianelli TO h. 8.30-16.30)
- 17/04/18: convegno *AIC* (Ospedale Mauriziano TO h. 16.00-18.00)
- 20/04/18: convegno "*Obesità, un puzzle da costruire*" (Castello del Valentino TO h.9.00-17.30)
- 31/05/18: convegno "*Alimentazione consapevole e cibo quotidiano*" (aula Carle A.O. ordine Mauriziano)
- 11/05/18: convegno "*Carenza energetica negli sport*" (Aula Dogliotti Ospedale Molinette h. 9.30-17.00)
- May 2018: *Borgo Salus*, progetto di educazione alimentare per scuole elementari torinesi
- 20-24/09/18: Volontaria Terra Madre presso il Salone del Gusto edizione del 2018 nei padiglioni di Cibo e Salute, Api e Insetti e Semi.

2019

- 28/03/19: Relatrice presso la Scuola elementare Giorgio Catti di San Mauro Torinese nel progetto "Fermati e Fermenta" circa la tematica degli alimenti fermentati.
- 11/05/19: convegno "La dieta chetogenica 2.0" (NH Torino centro h. 9.00-17.00)

- 22/05/19: Relatrice presso il centro commerciale Eataly nel progetto “Fermati e Fermenta” circa la tematica degli alimenti fermentati.
- 30/05/19, 4-24/07/19: Relatrice presso la Casa della Salute del Bambino e del Ragazzo in Via Gorizia 112/a a Torino, degli incontri dal titolo: “Fermati e Fermenta”(pubblicato nel progetto *Chill-food* pubblicato a Ottobre 2020), “Buone forchette per il pianeta” e “Buona alimentazione, una storia che nasce in famiglia” rivolte a bambini e ragazzi dai 6 ai 12 anni e ai rispettivi genitori.
- 10-14/06/19: Collaboratrice al seminario svoltosi presso la sede universitaria UNISG rivolto a bambini delle scuole elementari sul tema delle erbe spontanee, attività teorica e pratica comprendente ricerca delle erbe spontanee nel bosco e laboratorio di cucina.
- Collaboratrice dell’Accademia del Panino Italiano con il progetto multimediale “Pianeta Panino” dal 2019.
- 12/10/19: Relatrice dell’incontro dedicato alla biodiversità vegetale nel progetto Slow Food “The vegetarian chance”.
- 2-3/11/19: Partecipante al corso in elettrocultura e permacultura presso l’Istituto Italiano di Permacultura.
- 05/11/19: Relatrice e collaboratrice del ciclo di incontri “A tavola con Eric Vassallo” in collaborazione con l’azienda agricola Foodstock.
- collaboratrice del progetto EPI-MOM presso l’Ospedale ginecologico di Torino Sant’Anna per la gestione nutrizionale di donne incinta selezionate per lo studio
- 29/09/20: relatrice di un laboratorio rivolto alle scuole superiori torinesi per la Giornata Mondiale per la Prevenzione Cardiovascolare

2020

- Dietista assunta da Serenissima ristorazioni da Ottobre 2020
- Borsa di studio per dietista erogata da Slow Food nel Novembre 2020

2021

- Consulente esterna full time presso l’Ospedale pediatrico Regina Margherita di Torino presso il reparto di Neuropsichiatria Infantile per il trattamento dei Disturbi del Comportamento Alimentare (DA) insorti in età pediatrica

LINGUE E CERTIFICAZIONI

Inglese: buon livello di comprensione, espressione e scrittura

2015 - First Certificate in English

Ultima revisione: Giugno 2022