

Chiara D'Onorio De Meo

Data di nascita:

Luogo di nascita:

Nazionalità:

CONTATTI



europass

PRESENTAZIONE

Personalità intraprendente e determinata, sa inserirsi in nuovi contesti lavorativi grazie a spirito di squadra e ottime capacità di ascolto e comunicazione, contribuendo proattivamente al raggiungimento degli obiettivi individuali e di team. Grande motivazione nel portare a termine i compiti assegnati entro i tempi stabiliti e secondo i requisiti prefissati, si dimostra versatile nel problem solving e incline al lavoro di squadra. Forte motivazione a crescere professionalmente.

ESPERIENZA LAVORATIVA

● **UER Università Europea di Roma** Roma, Italia

Project manager per supporto alle attività di progetto

18/06/2025 – Attuale

- Supporto alle attività del progetto Proben "Le quattro sfide per la promozione del benessere psico-fisico: un modello di intervento per il contrasto alla dipendenza da smartphone"
- Gestione della comunicazione via mail con i diversi stakeholders del progetto
- Supporto operativo al responsabile del progetto, gestendo la documentazione

● **Lavoratore autonomo** Formia, Italia

Istruttrice di ginnastica posturale

01/2022 – 06/2025

Conduzione di lezioni di ginnastica posturale di gruppo, con una media di 25 partecipanti, focalizzate sul miglioramento della postura e sulla riduzione del dolore lombare

● **Società per la Organizzazione dei Campionati Europei di Nuoto 2022** Roma, Italia

Assistente amministrativa

05/2022 – 10/2022

- Funzione di alleggerimento del carico dei dirigenti, gestendo tutte le interazioni dei clienti per l'azienda, compresi appuntamenti, e-mail, interazioni via telefono e fax
- Assistenza al responsabile d'ufficio in diverse attività su base giornaliera

● **MS di Mario Supino** Cassino, Italia

Personal trainer

01/2022 – 05/2022

- Conduzione di sessioni di allenamento individuali e di gruppo
- Programma personalizzato per clienti con specifiche problematiche motorie
- Valutazione e rieducazione posturale

● **Sport e Salute S.p.A.** Roma, Italia

Stagista in Ufficio Acquisti

02/2021 – 07/2021

- Assistenza al responsabile d'ufficio in diverse attività su base giornaliera
- Collaborazione diretta con i fornitori per il mantenimento dei tempi di consegna

● **BVA - Beach Volley Academy** Bibione, Italia

Istruttrice sportiva

12/05/2019 – 17/05/2019

- Formazione teoria e pratica degli studenti
- Spiegazione di regole, strategie e tattiche di gioco
- Organizzazione di programmi di allenamento

● **Cooperativa Sociale Nuovo Orizzonte** Formia, Italia

Istruttrice sportiva

05/2018 – 05/2019

- Promozione dell'attività sportiva nelle scuole
- Formazione teorica e pratica degli studenti in sport individuali e di gruppo
- Gestione di attività relative allo sport inclusivo

● **Atletica Gruppo Fiat Auto, di Claudio Papponetti** Formia, Italia

Assistente sportiva

04/2017 – 03/2023

- Partecipazione all'organizzazione e alla gestione degli eventi sportivi sul territorio
- Supporto per manifestazioni sportive podistiche

VOLONTARIATO

10/2017 – 10/2018 Formia

● **Volontaria Servizio Civile Universale - CESV, Centro di Servizio per il Volontariato del Lazio**

Servizio Civile Universale - Progetto "So fare con te.. da solo" svolto presso l'Istituto Comprensivo Pasquale Mattei di Formia

- Assistenza ai docenti nella gestione della classe
- Assistenza e supporto agli insegnanti di sostegno nelle attività scolastiche
- Affiancamento a ragazzi con disabilità e/o problematiche dell'apprendimento (BES, autismo)

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

18/07/2018 Cassino, Italia

● **Laurea triennale in Scienze Motorie e della Salute** Università degli studi di Cassino e del Lazio meridionale

Campo di studio Teoria e metodologia dell'allenamento | **Voto finale** 98/110 | **Livello EQF** Livello 6 EQF | **Tesi** "Abuso emotivo nello sport"

06/2013 Formia, Italia

● **Diploma socio-psico-pedagogico** Istituto magistrale Marco Tullio Cicerone

Livello EQF Livello 4 EQF

COMPETENZE LINGUISTICHE

LINGUA MADRE: italiano

Altre lingue:

inglese

Ascolto B1

Produzione orale B1

Lettura B1

Interazione orale B1

Scrittura A2

francese

Ascolto B1

Produzione orale B1

Lettura B1

Interazione orale B1

Scrittura A2

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

COMPETENZE

Padronanza del Pacchetto Office (Word Excel PowerPoint ecc) | Social Network | Gestione autonoma della posta e-mail | Windows | Utilizzo del browser

HOBBY E INTERESSI

- **Sport**
 - **Fotografia**
 - **Viaggi**
 - **Cultura**
-

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".