

## Curriculum Vitae Europass



<b>Qualifica</b>	<b>Docente &amp; Esperto di Benessere Digitale</b>
Cognome(i)/Nome(i)	<b>Carciofi Alessio</b>
Residenza(i)	Via Martiri della Resistenza 24, 06049 Spoleto (PG)
Domicilio	Via 3 monumenti, Terni
Telefono(i)	Mobile 339 58 52 229
sito	<a href="http://www.alessiocarciofi.com">www.alessiocarciofi.com</a> & <a href="http://www.digitaldetox.it">www.digitaldetox.it</a>
email	<a href="mailto:info@alessiocarciofi.com">info@alessiocarciofi.com</a>
Cittadinanza	Italiana
Data di nascita	04/03/1983
Sesso	Maschile

Docente universitario, autore e formatore in Marketing & Digital Wellbeing. Aiuta le persone a vivere il digitale in maniera consapevole e sostenibile. Aumentando benessere, produttività e attenzione nel lavoro, famiglia e tempo libero.

Laurea magistrale nel 2009 in Economia e Commercio con 110/110 e specializzazione sul turismo con una delle prime tesi sperimentali sul turismo digitale. Ben presto diventa punto di riferimento nel marketing digitale turistico.

Dal 2016 si specializza nella creazione di prodotti e servizi che aiutano le persone, famiglie e aziende a stabilire un rapporto più intenzionale e vantaggioso con la tecnologia.

Oggi è riconosciuto come uno dei più autorevoli esperti europei, autore e formatore di Benessere & Educazione Digitale. Ha scritto il suo primo libro sul Digital Detox nel 2015, il secondo libro nel 2017 per Hoepli mentre ha pubblicato nel 2022 il suo nuovo libro dal titolo "Vivere il Metaverso: come trovare benessere ed equilibrio nel futuro di Internet" edito da Roi Edizioni.

Ha sviluppato (dal 2016) una metodologia efficace e unica nel panorama corporate che aiuta il management a comprendere e gestire l'attenzione, riducendo così le distrazioni digitali e la complessità del lavoro 24/7.

Ha ideato già dal 2018 i primi viaggi digital detox che commercializza con alcuni partner sul campo turistico.

Ha creato il Summer Camp Esports & Digital Education in collaborazione con il gruppo RCS sui temi del digital wellbeing rivolto ai bambini tra i 10-17 anni. (Canazei)

Nel 2021 ha lanciato la prima Academy Digital Wellbeing dedicata al mondo del Wellbeing e in particolare modo al benessere digitale.

Dal 2021 è membro del Tavolo di Lavoro sulla Cittadinanza Digitale del Ministero dell'Istruzione.

Nel 2022 ha lanciato la prima stagione di podcast sul Digital Detox in collaborazione con Storytel.

Insegna marketing digitale presso l'Università degli Studi di Pisa, in master post laurea a livello nazionale come l'Università di Firenze, IED Roma, IAB, Luiss e H-Farm. Già professore presso l'Università degli studi di Perugia.

Tra i suoi principali clienti: EY, Bulgari, CFMT, Università degli Studi Bocconi, Dorelan Vodafone, Pirelli, Electrolux, Fastweb, Nestlè, Musei Vaticani, Gattinoni, Alpitour, Fiera Milano SPA, Gruppo Havas, Regione Lazio, Regione Umbria, Confindustria, Regione Friuli Venezia Giulia, Trentino Marketing, Regione Abruzzo, Comune di Capri, Camera di Commercio di Perugia, Camera di Commercio di Genova, Sailogy, Viaggi dell'Elefante.

Date **Aprile 2021**

Lavoro o posizione ricoperti **Digital Wellbeing Academy**

Principali attività e responsabilità	Creazione della Digital Wellbeing Academy rivolta principalmente al mondo corporate sui temi del welfare, wellbeing, digital inclusion, digital wellbeing,
Nome e indirizzo del datore di lavoro	<u>Consulenza &amp; Strategia HR.</u>
Tipo di attività o settore	HR & Management, ESG & CSR
Date	<b>Marzo 2021</b>
Lavoro o posizione ricoperti	<b>Ministero dell'Istruzione</b>
Principali attività e responsabilità	Membro del Tavolo di Lavoro sulla Cittadinanza Digitale
Nome e indirizzo del datore di lavoro	Consulente Benessere Digitale & Scuola
Date	<b>Marzo 2020 fino ad oggi</b>
Lavoro o posizione ricoperti	<b>Summer Week Esports &amp; Digital Education</b>
Principali attività e responsabilità	Ideazione e creazione di un format unico nel panorama delle summer week per ragazzi dagli 11 ai 17 anni. Esports & Digital Education è una settimana di educazione digitale ai social media e allo stesso tempo al corretto uso del mondo degli esports.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	<u>Direttore scientifico</u>
Date	<b>Luglio 2016 ad oggi</b>
Lavoro o posizione ricoperti	<b>Founder Digital Wellbeing</b>
Principali attività e responsabilità	realtà che crea percorsi formativi e strategie di produttività & welfare aziendale. Unica realtà in Italia a specializzarsi in educazione digitale in ambito corporate. Offre percorsi di formazione in ambito digital wellbeing, future of work, genitorialità digitale e work-life balance.
Nome e indirizzo del datore di lavoro	<u>Consulenza &amp; Strategia HR.</u>
Tipo di attività o settore	HR & Management
Date	<b>settembre 2019 ad oggi</b>
Lavoro o posizione ricoperti	<b>Docente Universitario</b>
Principali attività e responsabilità	Marketing comunicazione e benessere digitale
Nome e indirizzo del datore di lavoro	<u>Università degli Studi di Pisa</u>
Tipo di attività o settore	Docente presso la Sede distaccata del Campus di Lucca
Date	<b>luglio 2018 ad luglio 2019</b>

Lavoro o posizione ricoperti **Spin Doctor**  
 Principali attività e responsabilità Comunicazione e strategia politica  
 Nome e indirizzo del datore di lavoro Regione Lazio  
 Tipo di attività o settore Consulente politico

Date **Febbraio 2017**

Lavoro o posizione ricoperti **Autore**  
 Principali attività e responsabilità Scrittura primo libro sul Digital Detox  
 Nome e indirizzo del datore di lavoro Hoepli S.p.A.

Date **settembre 2016 a settembre 2019**

Lavoro o posizione ricoperti **Docente Universitario**  
 Principali attività e responsabilità Laboratorio di marketing digitale per il turismo  
 Nome e indirizzo del datore di lavoro Università degli Studi di Perugia  
 Tipo di attività o settore Docente presso la facoltà di Scienze Politiche

Date **luglio 2009 ad oggi**

Lavoro o posizione ricoperti **Consulente & Coach in Marketing e Comunicazione Strategica**  
 Principali attività e responsabilità Decennale esperienza nel campo del marketing digitale attraverso consulenza, formazione e strategia per le principali aziende e PA italiane.  
 Nome e indirizzo del datore di lavoro Business, Corporate & Pubbliche Amministrazioni  
 Tipo di attività o settore Marketing Digitale & Digital Transformation, Soft Skills, Benessere Digitale .

## Istruzione e Formazione

Date **03/2007 - 07/2009**

Titolo della qualifica rilasciata **Laurea Magistrale** in Economia del Turismo 110/110 con Tesi in:  
*Marketing non convenzionale e Web 2.0: due nuove attitudini di comunicare nel turismo*

Principali tematiche/competenza professionali possedute Materie : economiche, statistiche, sociologiche, marketing, legislative,

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione  
Università di Perugia sede distaccata, Via Cecci 06088 S. Maria degli Angeli (Assisi)

Livello nella classificazione nazionale internazionale  
Laurea di secondo livello

Date  
**01/2009- 07/2009**

Titolo della qualifica rilasciata  
**LLP- Erasmus Programme 2008/2009 ( Mobilità Internazionale in Austria)**

Principali tematiche/competenza professionali possedute  
Health and Spa, lingua Inglese, lingua Spagnolo, Lingua Tedesca, Austrian and Culture Civilization, Meeting and Industry Management, Nature Tourism

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione  
IMC Fachhochschule Krems GmbH,  
3500 Krems, Piaristengasse 1( Austria)

Date  
**09/2002 – 02/2006**

Principali tematiche/competenza professionali possedute  
**Laurea triennale in Economia e Gestione Servizi Turistici 97/110 con tesi in: Rfid, un'applicazione nel turismo: il caso Mont Avic**

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione  
Web/ Marketing, materie giuridiche, matematiche scientifiche, Gestione servizi turistici, informatica, lingue straniere, contabilità

Nome e tipo d'organizzazione erogatrice dell'istruzione e formazione  
Università di Perugia sede distaccata Via Cecci 06088 S. Maria degli Angeli (Assisi)

## Capacità e competenze personali

Italiana

Madrelingua(e)

Altra(e)  
lingua(e)

Autovalutazione

**Comprensione**

**Parlato**

**Scritto**

Livello europeo (\*)

**Inglese**

**Francese**

**Tedesco**

Ascolto		Lettura		Interazione orale		Produzione orale			
C1	Utente avanzato	C1	Utente avanzato	C1	Utente avanzato	C1	Utente avanzato	B2	Utente intermedio
A1	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base
A2	Utente base	A2	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base	A1	Utente base

(\*) (\*) Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

**Caratteri innovativi**

Tutti i nostri programmi mirano alla formazione di abitudini positive e al cambiamento di comportamento a lungo termine. I nostri esercizi aiutano la capacità di gestire al meglio l'attenzione e dunque di ridurre al minimo le distrazioni indotte da un uso "disattento" degli strumenti digitali. Forniamo il supporto alla consapevolezza e alla ridefinizione delle proprie abitudini. Si tratta di creare un ambiente di lavoro e casa digitale sostenibile, vale a dire a misura d'essere umano. Ne guadagnano le persone, la felicità e ne guadagna anche la produttività.

**Capacità e competenze tecniche**

Negli ultimi anni ho perfezionato e introdotto nella mia vita le seguenti competenze:

Intelligenza Emotiva  
Public Speaking  
Compassione & Vulnerabilità  
Meditazione per bambini  
Gestione dell'Attenzione  
Gestione del Tempo  
Pratiche e insegnamento di Mindfulness per bambini  
Habit Management  
Gestione dello stress  
Gestione e miglioramento del sonno  
Organizzazione degli spazi/ambienti in ottica detox  
Digital Addiction & Gaming Disorder  
Capacità di coaching (sviluppo degli altri)  
Capacità persuasive, consapevolezza organizzativa, leadership.  
Protocollo di comunicazione non violenta  
Comprensione dei rapporti interpersonali & empatia  
Tecnica e pratiche di disturbo da deficit di attenzione e iperattività  
Neuroscienze e meditazione

**Patente**

Automobilistica (patente B)

*"Il sottoscritto Alessio Carciofi, consapevole che le dichiarazioni false comportano l'applicazione delle sanzioni penali previste dall'art. 76 del D.P.R. 445/2000, dichiara che le informazioni riportate nel seguente curriculum vitae corrispondono a verità. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto del D. Lgs. n. 196 del 30.06.2003 e s.m.i. e del GDPR (Regolamento UE 2016/679)."*

Firma

24 agosto 2022

Alessio Carciofi