

**FORMATO  
EUROPEO PER IL  
CURRICULUM  
VITAE**



**INFORMAZIONI PERSONALI**

**Nome**

**MANUELA METRA**

**Indirizzo**

**Telefono**

**Fax**

**E-mail**

**Nazionalità**

Italiana

**Data di nascita**

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

11/06/2024 – oggi

Fondazione IRCCS Istituto Nazionale dei Tumori

Via Venezian 1, 20133 Milano

Fondazione IRCCS

Arteterapeuta clinica

- Pianificazione delle attività terapeutiche e ricreative in base alle capacità, agli interessi e agli obiettivi terapeutici del paziente, e utilizzando strumenti diversificati come il dialogo artistico, la consultazione di una banca immagini ispirata a diversi artisti e proposte differenziate per unità e partecipante.
- Interazione con pazienti, familiari, educatori e medici nel coordinamento delle terapie artistiche.
- Impiego di diverse tecniche di modellaggio e di specifici processi del paziente, costruendo un percorso creativo in divenire, che favorisce la continuità terapeutica, lo sviluppo di nuove competenze e capacità artistiche.
- Valutazione delle capacità fisiche, mentali, emotive e sociali dei pazienti ai fini della realizzazione dell'elaborato artistico.
- Elaborazione di un piano terapeutico adeguato alle esigenze personali del paziente.
- Attività settimanale di supporto educativo ai bambini ricoverati.
- Progettazione, organizzazione e realizzazione operativa di laboratori creativi di ceramica, manipolazione, scultura e pittura per i pazienti ricoverati in pediatria oncologica.
- Elaborazione settimanale di report clinici: redazione e presentazione di report dettagliati sulle attività svolte, includendo l'organizzazione dell'unità di lavoro, l'analisi e la lettura degli elaborati artistici dei pazienti, con documentazione fotografica allegata. Gli elaborati completati vengono poi riconsegnati dopo la cottura e la smaltatura, chiudendo così il ciclo del processo creativo.

## ESPERIENZA LAVORATIVA

- Date (da – a) 04/2016 - 03/2024
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Fondazione Lene Thun  
Via Galvani 29, 39100, BZ
- Tipo di azienda o settore ETS
- Tipo di impiego Arteterapeuta
- Principali mansioni e responsabilità
  - Pianificazione delle attività terapeutiche e ricreative in base alle capacità, agli interessi e agli obiettivi terapeutici del paziente.
  - Interazione con pazienti, familiari, educatori e medici nel coordinamento delle terapie artistiche.
  - Impiego di diverse tecniche di modellaggio e di specifici processi del paziente.
  - Valutazione delle capacità fisiche, mentali, emotive e sociali dei pazienti ai fini della realizzazione dell'elaborato artistico.
  - Formazione e coordinamento del team dei volontari.
  - Elaborazione di un piano terapeutico adeguato alle esigenze personali del paziente.
  - Attività settimanale di supporto educativo ai bambini ricoverati.
  - Progettazione, organizzazione e realizzazione operativa di laboratori creativi di ceramica, manipolazione e pittura per i pazienti ricoverati in pediatria presso IRCCS INT, e neurologia dello sviluppo presso Besta e Mondino.
  
- Date (da – a) 09/2011 - 06/2012
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Accademia di Belle Arti San Luca ad indirizzo antroposofico  
Via Privata Vasto 4, 20121, Milano
- Tipo di azienda o settore Istruzione Superiore
- Tipo di impiego Assistente del direttore e Docente
- Principali mansioni e responsabilità
  - Insegnamento pratico e teorico di tecniche pittoriche, dalle forme tradizionali alle influenze moderne e contemporanee, astratte e geometriche, promuovendo la creatività e la sperimentazione.
  - Collaborazione volontaria come artista freelance con riviste e magazine, studi di grafica e agenzie pubblicitarie ampliando le competenze tecniche e ottenendo maggiore visibilità.
  - Lectio magistralis sul ritratto e monografie di artisti.
  - Lezioni di pittura a olio, acrilico e tecnica mista, astratta e figurativa e di disegno, illustrazione, pianificando lavori ed esercitazioni pratiche con l'obiettivo di far emergere la sensibilità artistica della persona e raggiungere i risultati attesi.
  - Laboratori sulle materie prime per l'autoproduzione di colori secondo differenti tecniche.
  - Preparazione degli allievi per la partecipazione a mostre, concorsi, gare, manifestazioni ed eventi artistici di vario genere, lavorando sul miglioramento delle tecniche e sull'originalità e autenticità del progetto creativo.
  
- Date (da – a) 07/2005 - 09/2011
- Nome e indirizzo del datore di lavoro Associazione Culturale Demetra no profit  
Viale Corsica 58, 20137 Milano
- Tipo di azienda o settore Associazione Culturale no profit
- Tipo di impiego Presidente e socio fondatore

- Principali mansioni e responsabilità
- Attività didattiche e laboratori artistici presso enti pubblici e privati.
- Rappresentanza legale dell'associazione e sottoscrizione di contratti o accordi.
- Organizzazione e controllo delle attività inerenti all'ambito operativo dell'associazione.
- Coordinamento delle cariche associative previste dall'atto costitutivo dell'ente.
- Convocazione delle sedute del Consiglio direttivo e dell'Assemblea dei soci.

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

06/2005 - oggi

Atelier Manuela Metra Perfectly Imperfect®  
Via Privata Cascia 6, 20128, Milano

Atelier

Artista e Arteterapeuta

- Creazione di paesaggi e ritratti su commissione e dal vero con tecniche a matita, olio, acquerelli, acrilico e gouache.
- Utilizzo di Painter e Photoshop per la creazione di immagini e fotografie destinate ai clienti.
- Attività di ceramista con utilizzo professionale del tornio e monitoraggio delle fasi di cottura e smaltatura.
- Realizzazione di sculture in modellato.
- Partecipazione a performance artistiche in gallerie d'arte e showroom.
- Organizzazione di corsi dedicati all'apprendimento delle basi di discipline artistiche come modellaggio e pittura, nonché di laboratori di arte terapia in strutture pubbliche e private.
- Organizzazioni di mostre collettive e personali in Italia e all'estero.
- Organizzazione di percorsi individuali e di gruppo di Arteterapia con privati, professionisti sanitari e aziende.

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego
- Principali mansioni e responsabilità

09/2006 - 06/2009

WSP Consulting  
Via Zanella 42, 20135, Milano

Ingegneria Ambientale

Office manager

- Affiancamento, formazione e supervisione del team di lavoro.
- Coinvolgimento del team in attività che favoriscano lo sviluppo e la collaborazione professionale.
- Gestione del budget, della contabilità interna e delle attività amministrative in generale.
- Organizzazione di corsi di formazione, seminari e workshop professionalizzanti per lo staff.

- Date (da – a)
- Nome e indirizzo del datore di lavoro
- Tipo di azienda o settore
- Tipo di impiego

07/1996 - 06/2006

La Cicala Papeterie  
Via Battistotti Sassi Luisa 2, 20137, Milano

Esercizio Commerciale

Proprietaria

- Principali mansioni e responsabilità
  - Selezione del campionario da esporre e cura dell'allestimento e disallestimento di espositori, vetrine e della decorazione degli spazi interni dei punti vendita.
  - Proposta di un servizio di qualità con grande attenzione al cliente.
  - Gestione del team affidato e assegnazione degli incarichi.
  - Creazione di eventi artistici e culturali legati alla carta, al colore, all'arte dell'impacchettamento.
- Date (da – a)
  - Nome e indirizzo del datore di lavoro
  - Tipo di azienda o settore
  - Tipo di impiego
  - Principali mansioni e responsabilità
- 09/1994 - 06/1996  
 Studio Fotografico Artico  
 Viale Premuda 1, 20129, Milano  
 Studio Fotografico  
 Assistente Fotografo
- Elaborazione analogica di foto stampate, ingrandimenti e fotoritocco, camera oscura.
  - Attività di post produzione delle immagini fotografiche per trasmettere ed evidenziare in maniera decisa un determinato messaggio comunicativo.
  - Impostazione di set fotografici per shooting, dall'illuminazione alla composizione allo scatto con medio formato, grande formato e 35mm
  - Ispezione e studio dei provini fotografici per assicurare la qualità delle stampe, applicando regolazioni e ritocchi ove necessario.
  - Supporto al fotografo nel montaggio del set e nell'impostazione di luci ed esposizione.

#### ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a)
  - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
- 02/05/2024 – 16/05/2024  
 Scuola Internazionale La Meridiana  
 Wild Clay Camp
- Ricerca di materiali per impasti e smalti nella natura
  - Lavorazione e controllo dei materiali raccolti
  - Elementi di geologia, chimica e fisica
  - Lavorazione al tornio e a mano
  - Preparazione per la cottura a legna con *wadding*
  - Caricamento del *train kiln*
  - Cottura del *train kiln*
  - Discussione dei risultati
- Qualifica conseguita
  - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
- Wild Clay Potter
- Date (da – a)
  - Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
  - Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
  - Qualifica conseguita
  - Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)
- 11/2021, 11/2023, 10/2024-10/2025  
 Associazione Italiana Mindfulness
- Interpersonal Mindfulness Program, MBSR e MPT Mindfulness Professional Training
- Mindfulness Relazionale, MBSR, Istruttore di Mindfulness (in training)
- Date (da – a)
- 10/2022

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>Fac Certifica</p> <p>Conoscenze, Abilità e Competenze associate all'attività professionale delle figure operanti nel campo delle Arti Terapie</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> </ul>	<p>Certificazione di conformità alla norma tecnica UNI 11592-2015 Professionista delle arti terapie ind. Arteterapeuta n. Registro 135</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Norma tecnica UNI 11592-2015</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>04/2022 - oggi</p> <p>ARTE.A</p> <p>Associazione Professionale Arteterapeuti Antroposofi</p> <p>Iscrizione nel registro Professionale Arteterapeuti Antroposofi</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>09/2010, 29/07/2012 - 10/08/2012, 02/10/2022 - 22/10/2022</p> <p>Scuola Internazionale La Meridiana</p> <p>Residenza Artistica</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Residenza Artistica</li> <li>• Corso di formazione in: The Art of Wheel, Porcelain, Stoneware</li> <li>• Formazione continua in Ceramica</li> <li>• Centatura di diverse tipologie di forme</li> <li>• Tornitura di due o più parti</li> <li>• Rifinitura e creazione di manici e coperchi</li> <li>• Processi decorativi</li> <li>• Smaltatura e processi decorativi</li> <li>• Caricamento del forno, a gas e a legna</li> <li>• Crystalline Glazes</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Residenza Artistica, The art of Wheel, Cristalline Glazes on Porcelain</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>09/2008 - 06/2020</p> <p>Corso Triennale di Formazione in Arteterapia</p> <p>Cinabro Europeo, scuola di specializzazione in Arteterapia Antroposofica</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arte nella pedagogia e nel sociale</li> <li>• Elementi di antropologia delle arti plastiche e visive</li> <li>• Biografia nei settenni, pedagogia curativa</li> <li>• Tecniche, temi e metodologie artistiche per l'età evolutiva e nei diversi contesti sociali e pedagogici</li> <li>• Metodi di arteterapia antroposofica orientata al processo</li> <li>• Organi e patologie, psicologia.</li> <li>• Lettura diagnostica dell'elaborato</li> <li>• Tirocini pratici ed osservativi</li> <li>• Studio di casi clinici e supervisione</li> <li>• Documentazione percorsi di arteterapia; deontologia professionale</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Arteterapeuta con tesi sull'Oncologia Pediatrica Equivalente ad almeno il livello 6 EQF (laurea triennale) secondo la Norma UNI 11592</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>09/2014 - 06/2015 Accademia di fotografia John Kaverdash</p> <p>Portfolio Professionale inerente a tutte le tipologie di fotografia di still life e ritratto, con tutti i generi di illuminazione e formati, post produzione, digitale e pellicola.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Master di Fotografia Professionale Still life e Master Ritratto Master</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>09/2009 - 06/2012 Accademia di Belle Arti San Luca Formazione Quadriennale</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pittura, Scultura, Disegno, Storia dell'arte, Estetica</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Diploma Accademico in Pittura con tesi su Helen Frankenthaler</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>09/2008 - 06/2009 Istituto Europeo di Design</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Corso di formazione in Tecniche Illustrative e digitali</li> <li>• Copia dal vero di figura e still life</li> <li>• Divisione Tonale</li> <li>• Ricerca iconografica</li> <li>• Realizzazione di tavole illustrative per l'editoria</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Illustratore</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>2004 - 2005 Studio Nibe Arch. Sacchi Gabriella</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ceramica artistica da alta temperatura e bassa temperatura</li> <li>• Chimica degli smalti, decorazione,</li> <li>• Scultura</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Ceramista</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Date (da – a)</li> <li>• Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione</li> <li>• Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio</li> </ul>	<p>09/1986 - 07/1991 Liceo Scientifico Leonardo Da Vinci</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualifica conseguita</li> <li>• Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)</li> </ul>	<p>Maturità</p>

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
PERSONALI**

**Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali.**

**MADRELINGUA**

**ALTRE LINGUA**

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
RELAZIONALI**

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
ORGANIZZATIVE**

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci; sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

**CAPACITÀ E COMPETENZE  
TECNICHE**

**Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.**

Capacità di pensare fuori dagli schemi, pensiero positivo.  
Intelligenza emotiva, spaziale e visiva.

**ITALIANO**

**INGLESE**

eccellente  
eccellente  
eccellente

Buone competenze relazionali con Pazienti e Famiglie dal 2016 al 2023 presso IRCCS Besta e Mondino, e dal 2016 a oggi presso Fondazione IRCCS INT e in libera professione.

Ascolto attivo ed empatia, intelligenza emotiva.

Formazione e motivazione di gruppi di volontari per Fondazione Thun dal 2016 al 2023.

Partecipazione a gruppi di lavoro in contesti nazionali e internazionali per la realizzazione di mostre, laboratori e progetti artistici dal 2005 ad oggi.

Dal 2022 Membro di ARTE.A associazione professionale arteterapeuti antroposofi.

- Ottime competenze di facilitatore nei gruppi.
- Dimostrata capacità di adattamento a diversi contesti culturali e aziendali.
- Ottime competenze gestione dei team maturante coordinando lavori artistici collettivi.
- Capacità di lavorare in multitasking, in ambienti dinamici e sotto pressione.
- Capacità di lavorare con efficacia sia in autonomia che in un team.
- Capacità di gestire più progetti contemporaneamente, definendo le priorità dei flussi di lavoro in base alle esigenze.
- Dimostrate competenze di team leadership.
- Capacità di pensiero creativo, con l'abilità di individuare nuovi modi per risolvere i problemi.

Ottima conoscenza del pacchetto Office e di software grafici, e fotoritocco, Photoshop, Corel Painter, Rebel, Adobe Suit, maturata durante la formazione e lavoro.

CAPACITÀ E COMPETENZE  
ARTISTICHE  
**Musica, scrittura, disegno ecc.**

- Creatività
- Senso estetico
- Senso artistico
- Attenzione ai dettagli
- Pittura, scultura, disegno,
- Fotografia

ALTRE CAPACITÀ E  
COMPETENZE  
**Competenze non  
precedentemente indicate.**

Praticante di Meditazione, Scienze Contemplative e Yoga, Cucina e Giardinaggio.

**PATENTE O PATENTI**

Patente di guida B

**ULTERIORI INFORMAZIONI**

Coniugata, madre di un figlio

**ALLEGATI**

Il sottoscritto è a conoscenza che, ai sensi dell'art. 26 della legge 15/68, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del codice penale e delle leggi speciali. Inoltre, il sottoscritto autorizza al trattamento dei dati personali, secondo quanto previsto dalla Legge 196/03.

Data: 2 Aprile 2025

Firma