

## INFORMAZIONI PERSONALI



## Stretti Sara Anna Dolores

📍 Via Viadana 6, Montichiari, BS, Italia.

☎ (+39) 3280051285

✉ ostetrica.sara@libero.it

Sesso Femminile | Data di nascita 26/06/1987 | Nazionalità Italiana

ESPERIENZA  
PROFESSIONALE

Giù. 2021–presente

**Collaboratrice ostetrica**

Presso lo studio della dottoressa Francesca Frizzi a Salò'

- Consulenze ostetriche, consulenze sessuali, corsi parto gruppo e individuali

Feb. 2017–presente

**Collaboratrice ostetrica**

Synlab Italia, Lonato

- Esecuzione di tamponi (vaginali, endocervicali, uretrali e rettali) e pap-test

- Esecuzione prelievi venosi (da ottobre 2021 a oggi)

Set. 2014–presente

**Ostetrica**

Libera professione, Lonato

- Conduzione di corsi di accompagnamento alla nascita di gruppo (sole donne o a coppie) e individuali (sole donne o a coppie),

- Assistenza di parti a domicilio,

- Assistenza domiciliare al travaglio con accompagnamento in ospedale per il parto,

- Assistenza domiciliare nel post parto (allattamento materno e artificiale, valutazione dello stato di benessere della donna e del bambino),

- Consulenze in materia di allattamento e svezzamento,

- Creazione e conduzione del gruppo a sostegno della maternità nel primo anno di vita presso l'Associazione "La Ninfea" con attività di valutazione dell'accrescimento del bambino (prestazione volontaria a sostegno dell'Associazione),

- Consulenze ginecologiche di contraccezione e salute mestruale (uso di coppette mestruali e assorbenti lavabili),

- Conduzione di corsi di educazione sessuale e all'affettività individuali, di gruppo e nelle scuole,

- Valutazione del pavimento pelvico,

- Esecuzione domiciliare di pap test e tamponi vaginali ed endocervicali

Set. 2014– Ago.2020

**Responsabile studio ostetrico**

"La Ninfea", Bedizzole

- Apertura studio ostetrico "La Ninfea", trasformatosi in Associazione a Giugno 2016 trasferitasi a Lonato d/G.

Set. 2013–Set. 2018

**Babysitter**

Domicilio privato, San Felice del Benaco

- Accudimento del bambino dai 3 mesi ai 5 anni di età

- Attività ludiche e educative

**Mar. 2013–Ago. 2014**    **Ostetrica divulgatrice**  
Rosso limone, Cesiomaggiore  
- Formazione delle consulenti in materia di educazione sessuale
- Mag. 2012–Giu. 2014**    **Ostetrica volontaria**  
Cooperativa sociale, Barghe  
- Partecipazione attiva alle attività consultoriali di training pre-parto, gruppi post-parto e valutazione dell'accrescimento del bambino nel primo anno di età  
- Collaborazione durante le visite ostetrico-ginecologiche, in occasione di assistenza della gravidanza fisiologica ed esecuzione pap-test
- Lug.–Dic. 2011**    **Ostetrica volontaria**  
Comune di Bedizzole, Bedizzole  
- Valutazione del benessere materno – neonatale: incontri a tema e counselling
- Gen. 2011–Giu. 2012**    **Ostetrica divulgatrice**  
La Maleta Roja sl, Barcellona (Spagna)  
- Divulgazione di tematiche di educazione sessuale femminile (BS)

#### ISTRUZIONE E FORMAZIONE

---

- Set. 2001–Lug. 2006**    **Perito agrario**  
Istituto superiore tecnico agrario Pastori, Brescia  
Votazione finale: 90/100
- Set. 2006–Apr. 2010**    **Laurea triennale in Ostetricia**  
"Università degli studi di Brescia" – Dipartimento di scienze cliniche e sperimentali, Brescia  
Titolo della tesi: "L'ostetrica e la donna gravida con tumore: costruzione di un piano assistenziale."  
Votazione finale: 108/110

#### FORMAZIONE POST-BASE

---

- Nov. 2021–presente**    **Corso perfezionamento consulente sessuale**  
A.I.S.P.A., Milano
- Nov. 2019-2021**    **Corso base di formazione in consulenza sessuale e conseguimento del titolo**  
A.I.S.P.A., Milano
- Set. 2019**    **Microbiota e salute**  
Ost. Francesca Resca, Modena
- Mag. 2019–Giu. 2019**    **Salute Perineale - tecnica CMP livello I**  
Institut Naissance & Formations, Reggio Emilia  
50 E.C.M.
- Nov. 2018**    **Armonizzazione delle cicatrici** David Kanner, Padova

- Feb. 2017 **Corso Base Peer Councillor**  
Tiziana Catanzani, Lonato
- Corso Avanzato Peer Councillor**  
Tiziana Catanzani, Lonato
- Dic. 2017 **Perineo - corso base**  
Centro Studi MIPA, Brescia
- Nov. 2014 **Se non è responsabile, che amore è? Abilità di counselling e scelte contraccettive**  
Consultorio familiare ONLUS, Brescia
- Mar. 2014 **Puericultura funzionale evoluta a sostegno della crescita del bambino**  
Akesios Group, Grumello del Monte  
8.7 E.C.M.
- Dic. 2013 **Ecomestruazioni: coppetta mestruale, assorbenti lavabili e rimedi naturali per i dolori mestruali**  
Associazione Italiana Ostetriche Libere Professioniste, Lonato
- Ott. 2013 **Usare la voce in gravidanza**  
Associazione Nazionale per l'Educazione Prenatale Italia, Milano
- Ott. 2013 **Ama te stesso, puoi guarire la tua vita - Metodo L. Hay**  
"La Ninfea", Bedizzole
- Giu. 2013–Ott. 2013 **Strategie di continuità assistenziale per la dimissione protetta-integrata dalla puerpera e neonato**  
ASL di Brescia, Brescia  
8 E.C.M.
- Mag. 2013 **Sessualità in gravidanza**  
Associazione Nazionale per l'Educazione Prenatale Italia, Milano
- Mar. 2013–Mag. 2013 **Percorso di Fitoterapia in biofarmaceutica e Nutrizione per Ostetriche**  
PharmExtracta, Pontenure, Portenure  
48 E.C.M.
- Gen. 2013–Mag. 2013 **L'assistenza alla gravidanza fisiologica: condivisione di un percorso operativo**

- ASL di Brescia, Brescia  
10 E.C.M.
- Nov. 2012 **Corso di esecutore di Manovre di Disostruzione Pediatrica**  
Croce Rossa Italiana, Manerba
- Ott. 2012 **Il diaframma: corso esperienziale**  
Gaia casa maternità, Parma
- Mar. 2012–Apr. 2012 **La violenza di genere - Ascoltare la paura può salvare la vita**  
Associazione ONLUS "Casa delle donne", Brescia
- Mar. 2011 **Riorganizzazione Percorso Nascita “Punti nascita e territorio” I nuovi indirizzi ministeriali per una buona pratica clinica**  
Università degli Studi di Brescia, Brescia
- Dic. 2010 **Insegnante massaggio infantile**  
Associazione Italiana Massaggio Infantile, Milano
- Set. 2010 **Metodologia per condurre e tenere corsi di preparazione al parto e gruppi di sostegno dopo parto**  
Centro Studi MIPA, Brescia  
24 E.C.M.
- Giu. 2010–Set. 2010 **M.A.D.I.T. Metodologia dell'analisi dei dati informatizzati testuale**  
Collegio delle Ostetriche della Provincia di Brescia, Brescia  
38 E.C.M.

FORMAZIONE POST-BASE  
FAD

---

- Nov. 2018 **Regole per una corretta relazione operatore - paziente**  
Labor Medical  
10 E.C.M.
- Nov. 2018 **Proteggere dall'influenza con la vaccinazione**  
Axenso  
45 E.C.M.
- Lug. 2018 **Disbiosi intestinali**  
Labor Medical  
9 E.C.M.
- Dic. 2017 **Violenza su donne e minori: la ricerca socio-pedagogica in sanità**  
Ideas Group Srl  
50 E.C.M.
- Apr. 2017 **HPV: evidenze e nuove prospettive**

- AOGOI  
9 E.C.M.
- Mar. 2017 **Nuovi test di screening e di diagnosi prenatale: stato dell'arte**  
AOGOI  
18 E.C.M.
- Mar. 2017 **La menopausa: sintomatologia, prevenzione e cura**  
AOGOI  
7,5 E.C.M.
- Mar. 2017 **Contracezione e sessualità: una scelta sempre condivisa con la donna**  
AOGOI  
7,5 E.C.M.

COMPETENZE PERSONALI

Lingua madre Italiano

Lingue straniere	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
inglese	A1	A1	A1	A1	A1
spagnolo					
francese	A2	A2	A2	A2	A2

Livelli: A1 e A2: Utente base - B1 e B2: Utente autonomo - C1 e C2: Utente avanzato  
Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue - Scheda per l'autovalutazione

**Competenze comunicative** - Ottime capacità di ascolto e comunicazione, acquisite durante gli anni di lavoro a contatto con le donne e le famiglie

- Buone capacità di comunicazione e di adattamento del linguaggio in relazione all'interlocutore, acquisite durante l'esperienza come babysitter e come ostetrica libera professionista
- Spiccate capacità relazionali e di lavoro di gruppo, sviluppatasi a contatto con differenti figure professionali presso l'Associazione "La Ninfea"
- Ottime competenze di relazione con il pubblico e chiarezza espositiva, acquisite durante le esperienze come formatrice

**Competenze organizzative e gestionali** - Ottime competenze organizzative acquisite durante la collaborazione con la coordinatrice del Corso di laurea in Ostetricia (Università degli Studi di Brescia) per la strutturazione dei tirocini delle studentesse.

- Capacità di leadership e di gestione di gruppi di persone caratterizzate da dinamiche eterogenee, sviluppatasi durante la conduzione di corsi per l'accompagnamento alla

genitorialità e post-parto.

- Buone competenze gestionali derivanti dalle mansioni svolte in qualità di Presidente dell'Associazione "La Ninfea", come l'organizzazione dei tempi e degli spazi di attività erogate da professionisti differenti.

#### Competenze digitali

AUTOVALUTAZIONE				
Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di Contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente base	Utente base	Utente base	Utente base	Utente base

Competenze digitali - Scheda per l'autovalutazione

#### Patente di guida

B, automunita

#### ULTERIORI INFORMAZIONI

##### Relatrice durante corsi di formazione e seminari

-Relatrice presso lo studio Komorebi (Bs) dell'incontro "Sessualità: la via del piacere attraverso l'osservazione dei dodici meridiani" (Mag 2022)

-Relatrice al congresso internazionale del perineo (Milano) col titolo "La donna nel post-partum: counselling integrato tra cambiamenti fisici e psichici della donna e della neo mamma. (Apr 2022)

-Progetto a più incontri presso la scuola Fly High di Roe'Volciano (Bs) Progetto: Ragazzi, sessualità e emozioni. (Gen-Mar 2022)

-Progetto incontri online genitori, genitori con figli (4 incontri) target 10 anni con l'associazione "Progetto Genitori Gargano". (2022)

-Incontro presso la biblioteca di Saló organizzato dalla scuola Montessori il Sassolino "Mamma come nascono i bambini? Le domande sulla sessualità dei nostri figli". (2021)

-Progetto incontri online mamma-bambina e papà-bambino target 10 anni con l'associazione "Progetto Genitori Gargano". (2021)

-Progetto online al comprensorio Mantegna di Mantova in cui si è parlato di Anatomia, Gender, Identità sessuale, contraccezione e infezioni sessualmente trasmissibili. (2021)

-Progetto di 4 incontri per le ragazze di Non Una di Meno sulla Consapevolezza sessuale dal titolo "Nessuna viene meno". (2021)

- Intervista pubblicata per il quotidiano Brescia Today "Nascere al tempo del Coronavirus: in sala parto tenendo lontana la pandemia" (Mar. 2020)

<http://www.bresciatoday.it/attualita/coronavirus/donna-incinta.html?fbclid=IwAR2bgawUOtzoLbNgcXk4nSOKeuhJPLIUtvfKbVfPflA7BEDQ-jwqnmv8mjc>

- Trasmissione TV "Versus - Allattamento sì, allattamento no" di Francesca Ghezzi (Gen. 2020)

- Collaborazione nella campagna di sensibilizzazione alla maternità del centro commerciale Elnos (Apr. - Mag. 2018)

- S.A.M. (Ott. 2016 - Ott. 2017 - Ott. 2018)

- "L'ostetrica e la libera professione: esperienze a confronto" – Università degli Studi di Brescia (Lug. 2016)

- "Fiera del bambino naturale" - gestione spazio allattamento e cura del bambino, consulenze su tematiche ostetriche (Mag.2015 - Mag. 2016 - Mag. 2017)

- Fiera "Family care - il supporto dell'ostetrica" (Set. 2015)

- Evento "Brescia benessere" (Set. 2013)

- Lezioni online di anatomia femminile - Valigia rossa (Feb. 2013)

<https://www.youtube.com/watch?v=Nb26rEC7Wuk> <https://www.youtube.com/watch?v=Kyrh0dfiHkQ>

#### Trattamento dei dati personali

Autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base all'art. 13 del D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 del Regolamento UE 2016/679 relativo alla protezione delle persone fisiche con riguardo al trattamento dei dati personali.