

INFORMAZIONI PERSONALI

Carmen Tosto

loc Belvedere di Torrano - 29028 Ponte dell'Olio (Pc) Italia

☎ 0039 348 4409612

carmentosto@ayurvedicpoint.it

Sesso femminile | **Data di nascita** 20/12/1960 | **Nazionalità** Italiana

POSIZIONE RICOPERTA

Vice Direttore Scuola di Medicina Ayurvedica "Ayurvedic Point" Milano - certificata ISO 9001 (dal 2002)

Direttore Corso Terapisti Scuola di Medicina Ayurvedica "Ayurvedic Point" Milano - certificata ISO 9001 (dal 2002)

Consigliere di Amministrazione - Ayurvedic Point srl (dal 2002)

Responsabile Settore "Trattamenti Ayurvedici" presso il Centro di Medicina Ayurvedica "Ayurvedic Point" Milano (dal 2000)

Membro del Comitato Scientifico dell'Ayurvedic Institute Ashtavaidyan Thaikat Moos' SNA Oushadasala, Trissur, Kerala, India

Vice Presidente (con delega per i Terapisti) - Società Scientifica Italiana Medicina Ayurvedica S.S.I.M.A. (dal 2016)

Docente di Ayurveda al Master "Sistemi Sanitari, Medicine Tradizionali e Non Convenzionali" Università di Milano - Bicocca

Docente di Ayurveda presso L'Europäische Akademie für Ayurveda (Ayurveda Rosenberg Academy, Birstein Germany) (dal 2016)

ESPERIENZA PROFESSIONALE

-
- | | |
|-------------|---|
| 1994 - 2008 | Direzione - Conduzione Corsi Yoga ed Ayurveda
Ass.ne Pundarika - Yoga ed Ayurveda - via Mazzini 89 Codogno (Lo)
Organizzazione e svolgimento Corsi di Yoga ed Ayurveda |
| 1998 - 2003 | Organizzazione e Conduzione Corsi di Massaggio Neonatale
Coop. Sociale Casa Morgana - Piacenza |
| 1995 - 1997 | Docenza di Ayurveda
L.U.M.E.N. Libera Università Medicina Naturale - S.Pietro in Cerro (PC) |

- Conduzione Gruppo per Utenti SER.T.**
 Tecniche di Rilassamento e Respiro SER.T. AUSL Fiorenzuola d'Arda (PC)
- 1992 - 1993 **Insegnamento Corso Yoga**
 Centro Arti Marziali Sakura - Piacenza
- Organizzazione e Conduzione 1° e 2° Corso di Aggiornamento per Operatori**
 su Tecniche di Rilassamento e Respiro Servizio Materno Infantile AUSL
 Fiorenzuola d'Arda (PC)
- 1985 - 1990 **Insegnamento Corso Yoga**
 Istituto Yoga Surya Chandra Marga - M.a Gabriella Cella - Piacenza

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- dal 2002 al 2006 **Diploma di Terapista in Panchakarma**
 Ayurvedic Institute Ashtavaidyan Thaikat Moos' SNA Oushadasala, Trisshur,
 Kerala, India
- dal 2002 al 2002 **Diploma di Terapia dei Punti Marma**
 Vaidya Atreya Smith - Domaine du Tailleè - Francia
- dal 1999 al 2002 **Diploma di Operatore Ayurvedico (Nidan Chikitsa)**
 Joytinat International College of Ayurveda - Swami Joythimayananda Genova -
 Italia
- dal 1999 al 1999 **Diploma Terapia Polarity I° livello**
 Ass.ne Pundarika - Codogno (LO) Mag. Ilse Spinka
- dal 1999 al 1999 **Diploma Insegnante A.I.M.I. (Ass.ne Italiana Massaggio Infantile)**
 Casa del Parto - Milano - dr. R.Rossini
- dal 1997 al 1998 **Aromaterapia I° e II° livello**
 Centro Studi Cenresig - dr. Rizzi - Bologna
- dal 1998 al 1998 **Diploma Massaggio Ayurvedico per Bambini**
 Joytinat International College of Ayurveda - Swami Joythimayananda Genova -
 Italia
- dal 1994 al 1995 **Formazione per Operatori in Antiginnastica**
 Centro Il Ginnasio - dr.ssa A.Fracasso - Milano
- dal 1992 al 1995 **Diploma di Operatore Abhyanga (Trattamento Ayurvedico)**
 Joytinat International College of Ayurveda - Swami Joythimayananda Genova -
 Italia
- dal 1990 al 1991 **Diploma Insegnante Yoga**
 Istituto Yoga - M.o C.Patrian - Milano
- dal 1987 al 1990 **Diploma Insegnante Yoga**
 Istituto Yoga - Surya Chandra Marga - M.a G.Cella - Piacenza
- dal 1975 al 1978 **Diploma Scuola Magistrale**
 Istituto Magistrale San Benedetto - Piacenza

COMPETENZE PERSONALI

 Lingua madre italiano

Altre lingue	COMPRESIONE		PARLATO		PRODUZIONE SCRITTA
	Ascolto	Lettura	Interazione	Produzione orale	
Inglese	B1	B1	B2	B2	B1
Francese	A2	A2	A2	A2	A2

Livelli A1/A2: Utente base - B1/B2: Utente intermedio - C1/C2: Utente avanzato
 Quadro Comune Europeo di Riferimento delle Lingue

Competenze comunicative Possiedo buone competenze comunicative acquisite durante la mia esperienza di organizzazione e gestione di corsi ed eventi

Competenze organizzative e gestionali Leadership (attualmente responsabile di un team di lavoro di 3 persone)

Competenze professionali Buona padronanza dei processi di controllo qualità (attualmente Responsabile del controllo Qualità - RQ)

Competenza digitale

AUTOVALUTAZIONE

Elaborazione delle informazioni	Comunicazione	Creazione di contenuti	Sicurezza	Risoluzione di problemi
Utente avanzato	Utente avanzato	Utente avanzato	Utente avanzato	Utente avanzato

Livelli: Utente base - Utente intermedio - Utente avanzato
 Competenze digitali - [Scheda per l'autovalutazione](#)

Buona padronanza degli strumenti della suite per ufficio (elaboratore di testi, foglio elettronico, software di presentazione)

Buona padronanza dei programmi per l'elaborazione digitale delle immagini acquisite come fotografo a livello amatoriale

Altre competenze

Progettazione grafica
Scrittura
Giardinaggio
Pittura

Patente di guida

B

ULTERIORI INFORMAZIONI

Riconoscimenti e premi

Ayurveda Acharya - Dottorato in Ayurveda - Ayurvedic Institute Ashtavaidyan
Thaikat Moos' SNA Oushadasala, Trisshur, Kerala, India (2003)

**Appartenenza a gruppi/
associazioni**

S.S.I.M.A. Società Scientifica Italiana Medicina Ayurvedica

Dati personali

C.F. TST CMN 60T60G535U
P.IVA 01327160337

ALLEGATI

Pubblicazioni
Seminari
Conferenze

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 "Codice in materia di protezione dei dati personali"



Bibliografia principale:

1. Morandi A., Tosto C.
"L'Ayurveda e le età della donna"
Natura e Benessere 11: 30-32 (2003)
2. Morandi A., Tosto C.
"Il mestiere di operatore ayurveda"
Natura e Benessere 16: 26-28 (2005)
3. Morandi A., Tosto C.
"Il concetto di tossine in ayurveda"
Natura e Benessere 17: 112-114 (2005)
4. Morandi A., Tosto C.
"Annapurna tornerà a sorriderci? – L'azione divina del cibo"
Natura e Benessere 18: 102-104 (2005)
5. Morandi A., Tosto C.
"Regolamentazione e globalizzazione"
Natura e Benessere 19: 42-45 (2006)
6. Morandi A., Tosto C.
"Panchakarma le "cinque azioni" della salute"
Natura e Benessere 22: 44-47 (2006)
7. Morandi A., Tosto C.
"Ayurveda e psicoterapia"
Natura e Benessere 23: 56-60 (2007)
8. Morandi A., Sartori G., Tosto C.
"Ayurveda - La Medicina Tradizionale Indiana"
in Giarelli G., Roberti di Sarsina P, Silvestrini B. (a cura di) Le Medicine Non Convenzionali in Italia - storia, problemi e prospettive di integrazione pp. 291–309, Franco Angeli - Sanità, Milano, 2007.
9. Morandi A., Tosto C.
"Snehana, l'oleazione in ayurveda"
Natura e Benessere 24: 57-60 (2007)
10. Morandi A., Tosto C.
"Ayurveda e tradizione: gli ashtavaidya del Kerala"
Natura e Benessere 25: 58-62 (2007)
11. Morandi A., Tosto C.
"Ayurveda e salute: una giornata tipo"
Natura e Benessere 26: 14-20 (2008)
12. Morandi A., Tosto C.
"Visha Vaidya: il medico dei veleni"
Natura e Benessere 27: 49-52 (2008)
13. Morandi A., Tosto C.
"Jala: l'elemento acqua in Ayurveda"
Natura e Benessere 28: 46-50 (2008)
14. Morandi A., Tosto C.
"Agni, il Fuoco della Vita"
Natura e Benessere 29: 12-14 (2008)

15. Morandi A., Tosto C.
"Ayurvedic Point: The Italian way to Ayurveda"
Journal of Ayurveda and Integrative Medicine 1 (2) 141-5 (2010)
16. Morandi A., Tosto C., Sartori G., Roberti di Sarsina P.
"Advent of a Link between Ayurveda and Modern Health Science: The Proceedings of the "First International Congress of Ayurveda: The Meaning of Life - Awareness, Environment, and Health" March 21-22, 2009, Milan, Italy"
eCAM Journal, Article ID 929083, 7 pages, doi:10.1155/2011/929083 (2011)
17. Morandi A., Tosto C.
"Ayurveda la storia dimenticata della più antica scienza della vita"
L'Altra Medicina Magazine, 4-9, 1 (2011)
18. Morandi A., Tosto C., Dalla Libera D.
"Ayurveda, the paradigm for personalized medicine"
The EPMA Journal, vol. 2 (Suppl 1):S152-S153 doi: 10.1007/s13167-011-0111-0 (2011)
19. Morandi A., Tosto C.
"Gloria, distruzione e rinascita della tradizione medica indiana"
L'Altra Medicina Magazine, 62-67, 2 (2011)
20. Morandi A., Tosto C., Roberti di Sarsina P., Dalla Libera D.
"Salutogenesis and Ayurveda: indications for Public Health management"
The EPMA Journal 2,4 459-65 (2011) DOI 10.1007/s13167-011-0132-8
21. Morandi A., Grande F., Tosto C., Dalla Libera D.
"Ayurveda therapy in chronic migraine - new findings"
Proc. 14th International Symposium on Ayurveda, Birstein, Germany (2012)
22. Dalla Libera D., Grande F., Tosto C., Morandi A.
"Ayurveda as a promising treatment for chronic migraine"
European Journal of Integrative Medicine 4S (2012) 35
23. Levorato C., A., Morandi A., Tosto C.
"Ayurvedic urology: preliminary experience with Uttarabasti in Western Hospital"
European Journal of Integrative Medicine 4S (2012) 43-44
24. Morandi A., Tosto C.
"Ayurvedic Point, translating tradition into modernity"
Ancient Science of Life 2012; 32:123-5
25. Levorato C., Tosto C., Zucchelli M., Morandi A.
"Ayurvedic treatment in refractory neuropathic pain after lumbotomy for renal cancer: a case report"
Forsch. Komplementmed. 2013; 20 (suppl. 3): 35
26. Morandi A., Sartori G., Tosto C.
"La Formazione in Ayurveda in Italia: attualità, esigenze, criticità, prospettive"
in Roberti di Sarsina P., Tognetti M., Gensini G. (a cura di) La Formazione nelle Medicine Tradizionali e Non Convenzionali in Italia: attualità, esigenze, criticità, prospettive. pp 110-133 Franco Angeli, Milano (2015)

Seminari organizzati e condotti:

2017

28 gennaio "AyuDharma" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

2016

17 gennaio "Yoga ed Ayurveda" c/o Centro Lakshmi – Cagliari

30 gennaio "Trattamento Garshana" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

31 gennaio "Kaash Bowl" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

2/3 aprile "I 5 livelli della mente" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

11 giugno "Taila medicati in Ayurveda" c/o Ass.ne AyurvedicaMente – Torino

2015

01 febbraio "Le relazioni in Ayurveda/AyuDharma" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

15 febbraio "Rimedi casalinghi in Ayurveda 1" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

01 marzo "Kaash Bowl" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

15 marzo "Rimedi casalinghi in Ayurveda 2" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

28/29 marzo "Ayurveda Pratica" c/o Centro Lakshmi – Cagliari

16 maggio "Le relazioni in Ayurveda/AyuDharma" c/o Centro Lakshmi – Cagliari

13 dicembre "Yoga ed Ayurveda" c/o Ass.ne Solo Yoga Milano

2014

19 gennaio "Kaash Bowl" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

31 gennaio – 01 febbraio "Muriabhyanga, tratt. articolare in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

04 maggio "Trattamento Garshana" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

18 maggio "Taila medicati in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

2013

20 gennaio "Kaash Bowl" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

20 aprile "Rimedi casalinghi in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

2012

Corso di Formazione in Prana Marma Therapy PMT

21/22 gennaio "La relazione in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

25/26 febbraio "Podikizhi, terapia Svedana in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

18 marzo "Trattamento ayurvedico del viso" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

2011

22/23 gennaio "Upasthata, il terapeuta in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

16/17 febbraio "Ayurveda Donna, la maturità" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

19 febbraio "Nel corpo della Dea, pensieri e piccole esperienze pratiche" c/o Centro Genesi - Palermo

30 marzo "La forma della Vista – La forma nella non forma, illusioni a confronto" c/o Castello Malvezzi Brescia

15/16/17 aprile "Muriabhyanga, tratt. articolare in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

30 maggio "La forma della Vita – La forma del tatto, linguaggio dimenticato " c/o Castello Malvezzi – Brescia

13 aprile "La forma della Vita – La forma del gusto e dell'olfatto, la persistenza della memoria " c/o Castello Malvezzi – Brescia

2010

19/20/21 marzo "Residenziale PMT-Prana Marma Therapy" c/o Centro Miri Piri – Piacenza

1/2 maggio "Muriabhyanga, tratt. articolare in Ayurveda" c/o Scuola Ayurvedic Point – Milano

2008

26/27 gennaio "Muriabhyanga, tratt. articolare in Ayurveda" c/o Accademia Biosofica – Milano

CONGRESSI**2009**

12,13,14 giugno - Nibiru: la nuova dimensione umana – Medicine non Convenzionali e Medicina Centrata sulla Persona, Psicologia Olistica e Nuova Spiritualità, Ecologia della Mente e Wellness
c/o Centro Congressi "La Fenice" – Bardineto Savona
"Ayurveda, un'antica tradizione per una mente senza tempo"

2010

18/19 settembre - XII International Ayurveda Symposium – Rosenberg European Academy of Ayurveda – Birstein - Germany
"Vyana Vayu Abhyanga, Massage Techniques against Mental and Psychosomatic disorders"

2011

10/11 settembre - XIII International Ayurveda Symposium – Rosenberg European Academy of Ayurveda Birstein – Germany
"Purvakarma of Nasya"

2014

12/14 settembre - XVI International Ayurveda Symposium – Rosenberg European Academy of Ayurveda Birstein – Germany
"External basti in pain management"

2015

XVII International Ayurveda Symposium – Rosenberg European Academy of Ayurveda – Birstein - Germany

Ayurvedic Massage and Marma-Therapy in neurological and stress-induced diseases: Management of pediatric acute post-surgical delirium - Pilot clinical study with Marma points identification and creation of a logical treatment strategy.

2016

Simposio Nazionale Senato della Repubblica, Roma, 29 settembre 2016 - www.simposiomnc.it

“Le Medicine Tradizionali, Complementari e Non Convenzionali Non Convenzionali nel Servizio Sanitario Nazionale per l’uguaglianza dei diritti di salute oltre le esperienze regionalistiche: Salutogenesi e Prevenzione, Formazione a Profilo Definito, Buona Pratica Clinica, Ricerca Clinica No-Profit. Criticità, esigenze sociali, prospettive future: un confronto interdisciplinare”

Seconda Sessione: Ayurveda

