
PRESS & SPEAKING

Dr. Sara Fenili

Registered Biologist & Registered Psychologist

"Nutrition feeds the body.

Understanding feeds the change."

At a Glance

Quick reference for journalists, event organizers, and collaborators

FULL NAME

Dr. Sara Fenili

CREDENTIALS

Registered Biologist & Registered Psychologist

LOCATION

Bergamo, Italy | Shanghai | Online | On-site

LANGUAGES

Italian, English

PROFESSIONAL REGISTRATION

Ordine Psicologi Lombardia | Ordine Biologi Lombardia, Sez. A (Senior)

APPROACH

MBSR-Integrated Clinical Practice | Evidence-Based

Clinical Nutrition

Cognitive-Behavioral Psychology

MBSR

Eating Behavior

Emotional Eating

Corporate Wellness

Women's Health

Longevity

Stress Management

Sports Nutrition

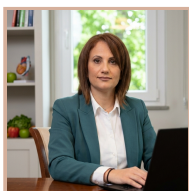
Sleep Science

Canteen Consulting

Neurogastronomy

Biographies

Ready-to-use in three lengths. Copy and paste directly into your materials.



English

MICRO BIO -- 30 WORDS

EN

Dr. Sara Fenili is a Registered Biologist and Registered Psychologist (Ordine dei Biologi della Lombardia, Sez. A -- Senior; Ordine degli Psicologi della Lombardia) integrating clinical nutrition, cognitive-behavioral psychology, and mindfulness-based stress reduction (MBSR) for sustainable health transformation.

SHORT BIO -- 95 WORDS

EN

Dr. Sara Fenili is a Registered Biologist (Ordine dei Biologi della Lombardia, Sez. A -- Senior) and Registered Psychologist (Ordine degli Psicologi della Lombardia) with an international clinical background developed between Italy and Shanghai. Her work integrates clinical nutrition with cognitive-behavioral psychology and mindfulness-based stress reduction (MBSR) to help individuals build sustainable health through personalized, evidence-based approaches. She specializes in eating behavior, emotional eating, stress-related habits, and women's health across life stages. Working in multicultural environments has shaped her philosophy: there is no universal model, only approaches precisely tailored to the individual.

FULL BIO -- 240 WORDS

EN

Dr. Sara Fenili is a Registered Biologist (Ordine dei Biologi della Lombardia, Sezione A -- Senior) and Registered Psychologist (Ordine degli Psicologi della Lombardia) who has developed a unique integrated approach to health, combining clinical nutrition science with cognitive-behavioral psychology and mindfulness-based stress reduction (MBSR). With international clinical experience spanning Italy and Shanghai, she has supported patients from highly diverse cultural backgrounds, lifestyles, and health needs. This exposure shaped her core conviction: effective health improvement requires understanding not only what to eat, but how habits, emotions, stress, and lifestyle structures influence daily choices.

Her methodology is built on four pillars: clinical accuracy (every plan grounded in physiology and medical history), behavioral change (working on habits and daily structure through MBSR-informed techniques), psychological integration (addressing emotions and stress throughout the process), and long-term autonomy (equipping clients to manage their health independently).

Dr. Fenili works with individuals seeking structured, realistic health support -- particularly women navigating hormonal changes, professionals in demanding environments, and those struggling with emotional eating or consistency. Beyond individual consultations, she collaborates with companies and institutions delivering talks and workshops on nutrition, stress management, mindful eating, sleep science, and corporate wellness. Her approach combines scientific rigor with practical application, making complex topics accessible and actionable.

Signature Speaking Topics

Curated presentations for conferences, corporate events, podcasts, and workshops. All available in Italian and English.

Beyond the Diet: Why Psychology Is the Missing Piece in Nutrition

An evidence-based exploration of why knowing what to eat is rarely enough. Dr. Fenili debunks common nutritional myths and examines the behavioral and emotional mechanisms that drive food choices, integrating cognitive-behavioral tools with MBSR-informed mindfulness practices to support lasting change.

Ideal for: health conferences, wellness summits, nutrition professional development | 1h -- 1h 30min

The Mindful Plate: Intuitive Eating, Stress & the Brain-Behavior Connection

A deep dive into the neuroscience of emotional eating and the stress-food cycle. Drawing from MBSR (mindfulness-based stress reduction) principles, participants learn to recognize triggers, build awareness, and develop practical strategies for a healthier relationship with food.

Ideal for: women's health events, corporate wellness, therapy professional groups | 1h -- 1h 30min

Corporate Wellness That Actually Works: A Science-Based, MBSR-Integrated Approach

Why most corporate wellness programmes fail -- and what actually moves the needle. Dr. Fenili translates clinical research into actionable workplace strategies that combine nutrition science with mindfulness-based stress reduction techniques for sustainable behaviour change.

Ideal for: HR leadership summits, corporate wellness days, executive retreats | 45-90 min / workshop format available

The Hidden Pillars of Health: Sleep, Stress, Longevity & Novel Foods

An in-depth journey through the overlooked foundations of wellbeing -- from the hidden influence of sleep on metabolism and mental health, to the science of longevity nutrition and the role of novel foods. Can be delivered as a single comprehensive session or split into focused modules.

Ideal for: longevity conferences, health education series, corporate wellness programmes | 1h 30min -- 2h / splittable

Inside-Out Wellness: The Psychobiology of Beauty, Skin & the Microbiota

Where neuroscience, psychology, and nutrition meet aesthetics. This talk explores the science behind vibrant skin, healthy hair and nails, and the beauty of a balanced microbiota -- separating evidence-based approaches from wellness-industry myths.

Ideal for: beauty & wellness industry events, women's health conferences, dermatology professional groups | 1h 30min -- 2h

Navigating Nutrition in a Multicultural World: From Mediterranean Diet to Neurogastronomy

Drawing from clinical practice in Italy and Shanghai, Dr. Fenili explores how culture shapes eating behaviors, health beliefs, and lifestyle patterns -- from the science of the Mediterranean diet to the emerging field of neurogastronomy. A compelling perspective for globally diverse audiences.

Ideal for: international organizations, expat communities, global health forums, food industry events | 20 min -- 1h 30min

Additional lectures available: Hormonal Health & Nutrition for Women, Nutritional Facts for Athletes, Understanding Allergies & Food Intolerances, Winter Wellness & Immune Support, Sleep for Teens (Q&A format), Attachment Style at Work, Conflict Management, Nutrition for Physical & Mental Performance. Custom lectures can be developed upon request.

4

Free Resources & Mini-Guides

Evidence-based content for audience building, lead generation, and patient education -- available at sarafenili.com/resources

Published Articles -- Eco di Bergamo (IT)

A regular column exploring the intersection of food, psychology, neuroscience, and culture. Articles cover topics from neurogastronomy and emotional eating to multicultural nutrition and the science of wellbeing.

https://www.ecodibergamo.it/account/journalist/eppen/sara-fenili_1205/

PDF

Food-Mood Self-Assessment Workbook

Interactive diagnostic guide covering 7 key brain nutrients (Omega-3, B Vitamins, Tryptophan, Magnesium, Zinc, Iron, Vitamin D) with a symptom-based scoring system, personalised action plan, and weekly progress tracker. ~25 pages.

PDF

The 7-Day Nourishment Reset

A structured one-week programme integrating psychology, nutrition, and neuroscience. Day-by-day protocol: Food Script exploration -- Blood Sugar stabilisation -- Gut-Brain Axis -- Trigger Recognition -- Mindful Meal Practice -- Habit Stacking -- Personal Protocol design. ~30 pages.

PDF

Stress-Eating Emergency Kit

Pocket-sized toolkit for acute stress-eating moments. Includes: hyperarousal/hypoarousal state identification, regulation menu with nutritional pairings, wallet cards (cut-and-carry), and personalised "If-Then" emergency protocols. ~20 pages.

*Mini-guides are email-gated (free download with email subscription) and serve as primary entry points into Dr. Fenili's clinical services. All mini-guides promote her book *Nourishing Mind & Body: The Complete Guide to the Food-Mood Connection* as the next step. Brand partnership and co-branded guide opportunities available upon request.*

Services & Collaboration Formats

How we can work together

Format	Duration	Description
Keynote Speech	20 min -- 2 hours	Main-stage presentation for conferences, summits, and large corporate events. Any lecture from the catalogue can be delivered as a keynote.
Corporate Workshop	Half-day or full-day	Interactive sessions combining nutrition, stress management, and lifestyle for teams and leadership groups. Available on-site and online.
MBSR 8-Week Programme	8 weekly sessions	Certified Mindfulness-Based Stress Reduction programme delivered in-company. Progressive weekly training for sustained attention regulation and emotional resilience.
Canteen Consulting	Project-based	Expert review and redesign of corporate canteen menus. Includes nutritional analysis, dietary accommodation protocols, and staff training.
Guest Speaker	Flexible	Available for corporate offsites, leadership retreats, and team-building events. Keynote, workshop, or one-to-one executive sessions.
Educational Series	Multi-session	Structured programmes for schools, universities, or institutions. Can combine multiple lectures into a curriculum.
Podcast Interview	30-90 minutes	Expert commentary on nutrition psychology, behaviour change, sports nutrition, and wellness.
Expert Commentary	Flexible	Available for journalists seeking expert quotes, article contributions, or media appearances.
Brand Collaboration	Project-based	Partnerships with aligned brands in health, wellness, food, beauty, and women's lifestyle sectors.

All sessions available in Italian and English. In-person in Bergamo, Milan, Shanghai, and surrounding areas. Online worldwide. National and international travel available upon request. Fees available upon request.

Audience & Reach

Who engages with Dr. Fenili's work

Primary Audience

- Professional women aged 30-55
- Corporate managers and executives
- International professionals and expats
- Amateur and professional athletes
- Teens and young adults (sleep, wellness)
- Individuals seeking sustainable weight management
- People experiencing emotional or stress-related eating
- Health-conscious individuals interested in longevity
- Beauty and wellness industry professionals

Geographic Reach

- Italy (primary clinical practice)
- Shanghai, China (international presence)
- Online (global audience)
- Pan-European corporate clients

Digital Presence

Website: sarafenili.com (bilingual EN/IT)

Resources: sarafenili.com/resources

Instagram: @sarafenili

LinkedIn: linkedin.com/in/sarafenili

What People Say

Feedback from clients, collaborators, and event participants

"Dr. Fenili's approach completely changed how I understand my relationship with food. For the first time, someone addressed not just what I eat, but why I eat -- and gave me practical tools that actually fit my life."

Patient, Private Consultation

Integrated Path -- 6-month programme

"Sara's workshop for our leadership team was one of the most impactful wellness sessions we've hosted. She translates complex science into actionable insights that people actually remember and use."

Corporate Wellness Client

Executive Workshop -- Stress & Nutrition

"Having worked with nutritionists before, I can say Dr. Fenili's dual background in psychology makes a real difference. She understands that sustainable health is about the mind as much as the body."

International Executive

Nutrition Consultation & Psychological Support

Additional testimonials and detailed case studies available upon request.

8

Selected Engagements

Conferences, workshops, and media appearances

Year	Event / Organization	Format
2024	Corporate Wellness Programme for Leadership Teams	Workshop -- Stress Management & Nutrition
2024	Women's Health Conference	Keynote -- Hormonal Health & Nutrition
2023	International Professionals Network	Webinar -- Navigating Nutrition Across Cultures
2023	Health & Wellness Podcast Series	Guest Interview -- Psychology of Eating Behaviour
2022-2026	Private Clinical Practice	Ongoing -- Individual & Integrated Consultations (Italy & International)

Updated engagement list and media appearances available upon request.

9

Visual Assets & Brand Guidelines

Available for download from saraflenili.com/resources

Photo Package

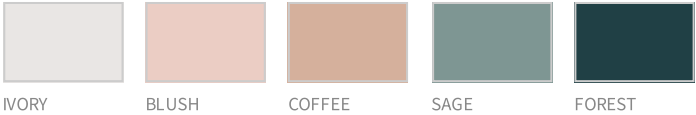
- Professional headshot (colour)

- Professional headshot (black & white)
- Corporate / speaking action shot
- Lifestyle / approachable portrait
- All images: high-resolution (min. 300 DPI)

Logo Package

- Primary logo (colour, dark background)
- Primary logo (colour, light background)
- Monochrome versions (black / white)
- Formats: PNG (transparent), SVG

Official Brand Palette



10

Contact & Booking

For press inquiries, speaking requests, and collaboration proposals

EMAIL

info@sarafenili.com

WEBSITE

sarafenili.com

LOCATION

Bergamo, Italy | Shanghai | Online

INSTAGRAM

@sarafenili

LINKEDIN

linkedin.com/in/sarafenili

LANGUAGES

Italian, English

Ready to collaborate? For speaking proposals, media appearances, or partnership inquiries, please reach out via email with details about your event, audience, and preferred dates. Response within 48 hours.

Dr. Sara Fenili – Media Kit | Last updated: June 2026
VAT: 04133680126 | Bergamo, Italy

Scheda Riassuntiva

Riferimento rapido per giornalisti, organizzatori di eventi e collaboratori

NOME COMPLETO

Dott.ssa Sara Fenili

QUALIFICHE

Biologa Nutrizionista (Sez. A Senior) & Psicologa

SEDE

Bergamo, Italia | Shanghai | Online | In presenza

LINGUE

Italiano, Inglese

ISCRIZIONE PROFESSIONALE

Ordine Psicologi Lombardia | Ordine Biologi Lombardia, Sez. A (Senior)

APPROCCIO

Pratica Clinica Integrata MBSR | Basata sull'evidenza

Nutrizione Clinica

Psicologia Cognitivo-Comportamentale

MBSR

Comportamento Alimentare

Eating Emotivo

Wellness Aziendale

Salute della Donna

Longevità

Gestione dello Stress

Nutrizione Sportiva

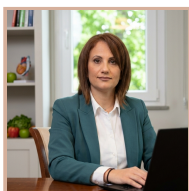
Scienza del Sonno

Consulenza Mensa

Neurogastronomia

Biografie

Pronte all'uso in tre lunghezze. Copia e incolla direttamente nei tuoi materiali.



Italiano

BIO MICRO -- 30 PAROLE IT

La Dott.ssa Sara Fenili è Biologa Nutrizionista iscritta all'Ordine dei Biologi della Lombardia (Sez. A – Senior) e Psicologa iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia, specializzata nell'integrazione tra nutrizione clinica, psicologia cognitivo-comportamentale e mindfulness-based stress reduction (MBSR) per una salute sostenibile.

BIO BREVE -- 95 PAROLE IT

La Dott.ssa Sara Fenili è Biologa Nutrizionista iscritta all'Ordine dei Biologi della Lombardia (Sez. A – Senior) e Psicologa iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia, con un'esperienza clinica internazionale sviluppata tra l'Italia e Shanghai. Il suo lavoro integra la nutrizione clinica con la psicologia cognitivo-comportamentale e la mindfulness-based stress reduction (MBSR) per aiutare le persone a costruire una salute sostenibile attraverso approcci personalizzati e basati sull'evidenza. Specializzata in comportamento alimentare, eating emotivo, abitudini legate allo stress e salute della donna.

BIO COMPLETA -- 230 PAROLE IT

La Dott.ssa Sara Fenili è Biologa Nutrizionista iscritta all'Ordine dei Biologi della Lombardia (Sez. A – Senior) e Psicologa iscritta all'Ordine degli Psicologi della Lombardia, che ha sviluppato un approccio integrato unico alla salute, combinando la scienza della nutrizione clinica con la psicologia cognitivo-comportamentale e la mindfulness-based stress reduction (MBSR). Con un'esperienza clinica internazionale tra Italia e Shanghai, ha supportato pazienti provenienti da contesti culturali molto diversi, con stili di vita ed esigenze sanitarie differenti. Questa esperienza ha consolidato la sua convinzione fondamentale: migliorare la salute richiede comprendere non solo cosa mangiare, ma come abitudini, emozioni, stress e strutture di vita influenzano le scelte quotidiane.

Il suo metodo si fonda su quattro pilastri: accuratezza clinica (ogni piano basato su fisiologia e storia medica), cambiamento comportamentale (lavoro sulle abitudini e struttura quotidiana attraverso tecniche MBSR), integrazione psicologica (gestione di emozioni e stress), e autonomia a lungo termine (strumenti per gestire la salute in modo indipendente).

Collabora inoltre con aziende e istituzioni per talk e workshop su nutrizione, mindful eating, gestione dello stress, scienza del sonno e wellness aziendale. Il suo approccio combina rigore scientifico e applicazione pratica, rendendo argomenti complessi accessibili e attuabili.

Temi di Intervento Principali

Presentazioni curate per conferenze, eventi aziendali, podcast e workshop. Disponibili in italiano e inglese.

Oltre la Dieta: Perché la Psicologia e il Pezzo Mancante nella Nutrizione

Un'esplorazione basata sull'evidenza del perché sapere cosa mangiare raramente basta. La Dott.ssa Fenili sfata miti nutrizionali comuni ed esamina i meccanismi comportamentali ed emotivi che guidano le scelte alimentari, integrando strumenti cognitivo-comportamentali con pratiche di consapevolezza informate dal MBSR.

Ideale per: conferenze sulla salute, summit wellness, formazione professionale nutrizionisti | 1h -- 1h 30min

Il Piatto Consapevole: Eating Intuitivo, Stress e il Cervello-Comportamento

Un'immersione nella neuroscienza dell'eating emotivo e del ciclo stress-cibo. Attraverso i principi del MBSR, i partecipanti imparano a riconoscere i trigger, sviluppare consapevolezza e costruire strategie pratiche per un rapporto più sano con il cibo.

Ideale per: eventi salute della donna, wellness aziendale, gruppi professionali terapisti | 1h -- 1h 30min

Wellness Aziendale che Funziona: Un Approccio Scientifico Integrato con MBSR

Perché la maggior parte dei programmi wellness aziendali fallisce -- e cosa funziona davvero. La Dott.ssa Fenili traduce la ricerca clinica in strategie operative che combinano scienza della nutrizione con tecniche di mindfulness-based stress reduction per un cambiamento sostenibile.

Ideale per: summit HR, giornate wellness aziendali, retreat esecutivi | 45-90 min / formato workshop disponibile

I Pilastri Nascosti della Salute: Sonno, Stress, Longevità e Nuovi Alimenti

Un viaggio approfondito attraverso i fondamenti trascurati del benessere -- dall'influenza nascosta del sonno sul metabolismo e sulla salute mentale, alla scienza della nutrizione per la longevità. Consegnabile come sessione unica o moduli separati.

Ideale per: conferenze longevità, serie educazione alla salute, programmi wellness aziendali | 1h 30min -- 2h / divisibile

Benessere dall'Interno: La Psicobiologia della Bellezza, Pelle e Microbiota

Dove neuroscienza, psicologia e nutrizione incontrano l'estetica. Questo talk esplora la scienza dietro una pelle radiosa, capelli e unghie sani, e la bellezza di un microbiota equilibrato -- separando approcci basati sull'evidenza dai miti dell'industria wellness.

Ideale per: eventi industria beauty & wellness, conferenze salute della donna, gruppi dermatologici | 1h 30min -- 2h

Navigare la Nutrizione in un Mondo Multiculturale: Dieta Mediterranea e Neurogastronomia

Attraverso la pratica clinica in Italia e Shanghai, la Dott.ssa Fenili esplora come la cultura plasma comportamenti alimentari, credenze sulla salute e stili di vita -- dalla scienza della dieta mediterranea all'emergente campo della neurogastronomia.

Ideale per: organizzazioni internazionali, comunità expat, forum salute globale, eventi food industry | 20 min -- 1h 30min

Talk aggiuntivi disponibili: Salute Ormonale & Nutrizione per la Donna, Fatti Nutrizionali per Atleti, Allergie & Intolleranze Alimentari, Winter Wellness & Sistema Immunitario, Sonno per Adolescenti (formato Q&A), Stile di Attaccamento al Lavoro, Gestione dei Conflitti, Nutrizione per Performance Fisica e Mentale. Talk personalizzati su richiesta.

4

Risorse Gratuite & Mini-Guide

Contenuti basati sull'evidenza per audience building e formazione -- disponibili su sara-fenili.com/resources

Articoli Pubblicati -- Eco di Bergamo (IT)

Una rubrica regolare che esplora l'intersezione tra cibo, psicologia, neuroscienza e cultura. Gli articoli coprono argomenti dalla neurogastronomia e l'eating emotivo alla nutrizione multiculturale e la scienza del benessere.

https://www.ecodibergamo.it/account/journalist/eppen/sara-fenili_1205/

PDF

Workbook di Auto-Valutazione Food-Mood

Guida diagnostica interattiva che copre 7 nutrienti cerebrari chiave (Omega-3, Vitamine B, Triptofano, Magnesio, Zinco, Ferro, Vitamina D) con sistema di punteggio basato sui sintomi, piano d'azione personalizzato e tracker settimanale. ~25 pagine.

PDF

Il Reset della Nutrizione in 7 Giorni

Programma strutturato di una settimana che integra psicologia, nutrizione e neuroscienza. Protocollo giorno per giorno: Esplorazione Food Script -- Stabilizzazione Glicemia -- Asse Intestino-Cervello -- Riconoscimento Trigger -- Pratica Pasto Consapevole -- Habit Stacking -- Design Protocollo Personale. ~30 pagine.

PDF

Kit di Emergenza per Stress-Eating

Toolkit tascabile per momenti acuti di stress-eating. Include: identificazione stato di iper/ipo-arousal, menu di regolazione con abbinamenti nutrizionali, card da portafoglio (taglia-e-porta), e protocolli "If-Then" personalizzati. ~20 pagine.

*Le mini-guide sono disponibili tramite download gratuito con iscrizione email e fungono da punto d'ingresso principale nei servizi clinici della Dott.ssa Fenili. Tutte le mini-guide promuovono il libro *Nourishing Mind & Body: The Complete Guide to the Food-Mood Connection* come prossimo passo. Opportunità di partnership e co-branding disponibili su richiesta.*

Servizi & Formati di Collaborazione

Come possiamo lavorare insieme

Formato	Durata	Descrizione
Keynote Speech	20 min -- 2 ore	Presentazione main-stage per conferenze, summit ed eventi aziendali di grandi dimensioni. Qualsiasi talk del catalogo può essere consegnato come keynote.
Workshop Aziendale	Mezza o giornata intera	Sessioni interattive che combinano nutrizione, gestione dello stress e stili di vita per team e gruppi di leadership. Disponibili in presenza e online.
Programma MBSR 8 Settimane	8 sessioni settimanali	Programma certificato Mindfulness-Based Stress Reduction consegnato in azienda. Allenamento progressivo settimanale per regolazione dell'attenzione e resilienza emotiva.
Consulenza Mensa	Base progetto	Revisione e riprogettazione esperta di menu mensa aziendali. Include analisi nutrizionale, protocolli per esigenze dietetiche e formazione del personale.
Guest Speaker	Flessibile	Disponibile per offsite aziendali, retreat di leadership e team-building. Keynote, workshop o sessioni esecutive one-to-one.
Serie Educativa	Multi-sessione	Programmi strutturati per scuole, università o istituzioni. Possibile combinare multipli talk in un curriculum.
Intervista Podcast	30-90 minuti	Commento esperto su psicologia della nutrizione, cambiamento comportamentale, nutrizione sportiva e wellness.
Commento Esperto	Flessibile	Disponibile per giornalisti che cercano quote esperte, contributi articoli o apparizioni media.
Collaborazione Brand	Base progetto	Partnership con brand allineati nei settori health, wellness, food, beauty e lifestyle femminile.

Tutte le sessioni disponibili in italiano e inglese. In presenza a Bergamo, Milano, Shanghai e dintorni. Online worldwide. Viaggio nazionale e internazionale disponibile su richiesta. Tariffe disponibili su richiesta.

Pubblico & Portata

Chi si interfaccia con il lavoro della Dott.ssa Fenili

Pubblico Primario

- Donne professioniste 30-55 anni
- Manager e dirigenti aziendali
- Professionisti internazionali ed expat
- Atleti amatoriali e professionisti
- Adolescenti e giovani adulti (sonno, wellness)
- Individui in cerca di gestione sostenibile del peso
- Persone con eating emotivo o da stress
- Individui interessati a longevità e prevenzione
- Professionisti industria beauty e wellness

Portata Geografica

- Italia (pratica clinica primaria)
- Shanghai, Cina (presenza internazionale)
- Online (pubblico globale)
- Clienti corporate paneuropei

Presenza Digitale

Sito web: sarafenili.com (bilingue IT/EN)

Risorse: sarafenili.com/resources

Instagram: @sarafenili

LinkedIn: linkedin.com/in/sarafenili

Cosa Dicono

Feedback da clienti, collaboratori e partecipanti a eventi

"L'approccio della Dott.ssa Fenili ha completamente cambiato il mio rapporto con il cibo. Per la prima volta qualcuno ha affrontato non solo cosa mangio, ma perché mangio -- e mi ha dato strumenti pratici che si adattano davvero alla mia vita."

Paziente, Consulenza Privata

Percorso Integrato -- Programma 6 mesi

"Il workshop di Sara per il nostro team di leadership è stato una delle sessioni wellness più impattanti che abbiamo ospitato. Traduce scienza complessa in insight attuabili che le persone ricordano e usano."

Cliente Wellness Aziendale

Workshop Esecutivo -- Stress & Nutrizione

"Avendo lavorato con nutrizionisti prima, posso dire che il doppio background in psicologia della Dott.ssa Fenili fa una differenza reale. Capisce che la salute sostenibile e mentale tanto quanto fisica."

Executive Internazionale

Consulenza Nutrizione & Supporto Psicologico

Testimonianze aggiuntive e casi studio dettagliati disponibili su richiesta.

8

Engagements Selezionati

Conferenze, workshop e apparizioni media

Anno	Evento / Organizzazione	Formato
2024	Programma Wellness Aziendale per Team di Leadership	Workshop -- Gestione Stress & Nutrizione
2024	Conferenza Salute della Donna	Keynote -- Salute Ormonale & Nutrizione
2023	Network Professionisti Internazionali	Webinar -- Navigare la Nutrizione tra Culture
2023	Serie Podcast Health & Wellness	Intervista Ospite -- Psicologia del Comportamento Alimentare
2022-2026	Pratica Clinica Privata	Continuativo -- Consulenze Individuali & Integrate (Italia & Internazionale)

Lista aggiornata engagements e apparizioni media disponibile su richiesta.

9

Asset Visivi & Linee Guida del Brand

Disponibili per il download su saraflenili.com/resources

Pacchetto Foto

- Headshot professionale (colore)
- Headshot professionale (bianco & nero)
- Action shot corporate / speaking
- Ritratto lifestyle / approccioabile
- Tutte le immagini: alta risoluzione (min. 300 DPI)

Pacchetto Logo

- Logo primario (colore, sfondo scuro)
- Logo primario (colore, sfondo chiaro)
- Versioni monocromatiche (nero / bianco)
- Formati: PNG (trasparente), SVG

Palette Ufficiale del Brand



10

Contatto & Booking

Per richieste stampa, speaking e proposte di collaborazione

EMAIL

info@sarafenili.com

SITO WEB

sarafenili.com

SEDE

Bergamo, Italia | Shanghai | Online

INSTAGRAM

[@sarafenili](https://www.instagram.com/sarafenili)

LINKEDIN

[linkedin.com/in/sarafenili](https://www.linkedin.com/in/sarafenili)

LINGUE

Italiano, Inglese

Pronti a collaborare? Per proposte di speaking, apparizioni media o partnership, contattaci via email con dettagli sul tuo evento, pubblico e date preferite. Risposta entro 48 ore.

Dott.ssa Sara Fenili – Media Kit | Ultimo aggiornamento: Giugno 2026

P.IVA: 04133680126 | Bergamo, Italia