



Maria Irene Phellas

Abitazione : Piazzale Giotto 40, 06121, Perugia, Italia

E-mail: mariairene.phellas@gmail.com **Telefono:** (+39) 3467311352

Sesso: Femminile **Data di nascita:** 15/07/1990 **Luogo di nascita:** Assisi, Italia **Nazi-**

onalità: Italiana, Cipriota

ESPERIENZA LAVORATIVA

Università degli Studi di Perugia

Città: Perugia | **Paese:** Italia

[06/06/2022 – Attuale]

Tutor universitaria e cultrice della materia

- Assistente ai corsi di "Istituzioni di Diritto Pubblico e diritti fondamentali", "Politiche partecipative e pratiche narrative" e "Politiche partecipative e democrazia deliberativa" presso il Dipartimento di Scienze Politiche
- Organizzazione del programma dei corsi
- Attività di tutoraggio e mentoring
- Assistenza per tesi di laurea
- Esaminatrice durante le sessioni d'esame

ONG Pen Paper Peace

Città: Berlino | **Paese:** Germania

[27/05/2024 – 28/05/2024]

Esperta in formazione (da remoto)

- "Buddy Accademy": lezione di formazione in lingua inglese ai volontari di Pen Paper Peace sull'impegno civico e la partecipazione democratica
- Preparazione di presentazione sul concetto di Cittadinanza Interiore e sullo strumento della Narrazione autobiografica, e workshop digitale- interattivo

Università degli Studi di Perugia

Città: Perugia | **Paese:** Italia

[08/04/2024 – 12/04/2024]

Esperta di formazione

- Corso sull'orientamento scolastico, svoltosi, nell'ambito del PNRR sull' impegno civico e la partecipazione democratica con due classi di studenti del Liceo A. Pieralli di Perugia
- Svolgimento di lezioni quotidiane frontali sui corsi proposti dal Dipartimento di Scienze Politiche (UNIPG), sui i principi fondamentali della Costituzione Italiana e sull'Agenda ONU 2030
- Utilizzo di metodi e attività pedagogiche non formali collegate alla narrazione autobiografica, al racconto dei vissuti, al gioco di società, al public speaking, all'interazione reciproca, alla condivisione, all'ascolto di gruppo, ecc...

CARITAS Perugia

Città: Perugia | **Paese:** Italia

[20/02/2024 – 30/04/2024] **Esperta in formazione**

- Organizzazione di laboratori sull'impegno civico e la partecipazione democratica rivolti alle ospiti donne del Villaggio della Carità
- Preparazione di incontri settimanali riguardanti tematiche correlate agli articoli della Costituzione quali: diritti, lavoro, esercizio di sovranità, cittadinanza attiva, inclusione, emancipazione femminile, salute ...
- Utilizzo di metodi e attività pedagogiche non formali collegate alla narrazione autobiografica, al racconto dei vissuti, al gioco di società, all'interazione reciproca, alla condivisione, all'ascolto di gruppo, ecc...

Emphasys Centre

Città: Nicosia | **Paese:** Cipro

[05/10/2022 – 16/03/2023] **Progettista di ricerca (da remoto)**

- Comunicazione con i partner in collaborazione con il Project Manager
- Svolgimento attività quali ricerche, relazioni, sondaggi e test pilota
- Preparazione contenuti di divulgazione per newsletter e siti web, nonché per le riunioni di progetto
- Partecipazione al team di redazione per lo sviluppo di nuove proposte, nell'ambito di vari programmi (ad esempio Erasmus+, CERV, AMIF...)

Agenzia Fao (Mountain Partnership)

Città: Roma | **Paese:** Italia

[01/08/2022 – 30/11/2022] **Progettista di ricerca**

- Ideazione e supporto allo sviluppo del progetto "Our Health, Their health" nell'ambito dell'Anno Internazionale della Montagna 2022, per lo Sviluppo Sostenibile e l'Imprenditoria femminile
- Partecipazione all'implementazione del suddetto progetto

Cooperativa DENSA

Città: Perugia | **Paese:** Italia

[01/11/2021 – 28/02/2022] **Mentor e aiuto compiti**

- Attività di mentoring e aiuto compiti ai bambini della scuola elementare aderenti al progetto "Piccola Scuola Popolare"
- Supporto a bambini con DSA e ADHD

Crocevia Linguistico

Città: Perugia | **Paese:** Italia

[15/10/2021 – 15/06/2022] **Insegnante di lingua**

- Insegnamento della lingua inglese a gruppi di studenti delle scuole elementari e medie
- Preparazione delle lezioni
- Organizzazione di test e momenti di verifica

Eco Internazionale

Città: Palermo | **Paese:** Italia

[01/11/2020 – 10/01/2022] **Giornalista freelance (da remoto)**

- Scrittura articoli su cultura, fenomeni sociali, politica, programmi televisivi, recensioni di film e intrattenimento

- Discussioni e dibattiti settimanali su notizie quotidiane e argomenti d'attualità da trattare
- Riunioni mensili con il resto della redazione
- Revisione di bozze
- Pubblicazione e diffusione di materiali sui social media

Camera di Commercio Belgo-Italiana

Città: Bruxelles | **Paese:** Belgio

[10/01/2015 – 01/04/2015] **Tirocinante_European Desk Office**

- Coordinamento e partecipazione ad alcuni progetti europei relativi al commercio internazionale
- Preparazione di documenti e relazioni
- Partecipazione a fiere internazionali
- Tutor del Master in "Internazionalizzazione d'impresa", organizzato dalla CCITABEL
- Organizzazione di viaggi di lavoro ed eventi
- Coordinamento e partecipazione ad alcuni progetti europei relativi al commercio internazionale
- Preparazione di documenti e relazioni
- Partecipazione a fiere internazionali
- Tutor del Master in "Internazionalizzazione d'impresa", organizzato dalla CCITABEL
- Organizzazione di viaggi di lavoro ed eventi

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

[20/10/2017 – 03/06/2020] **Laurea Magistrale in Sociologia e Progettazione delle Politiche Sociali**

Università degli Studi di Perugia <https://scipol.unipg.it/>

Città: Perugia | **Paese:** Italia | **Campi di studio:** Scienze sociali, giornalismo e informazione: • *Scienze politiche e educazione civica* • *Sociologia e studi culturali* • *Scienze sociali e comportamentali non classificate altrove* | **Voto finale:** 110/110 con lode | **Livello EQF:** Livello 7 EQF | **Livello NQF:** 8 | **Tipo di crediti:** ECTS | **Numero di crediti:** 120 | **Tesi:** "I risvolti della partecipazione autobiografica: tra crisi identitaria e cittadinanza interiore"

- GOVERNANCE E POLITICHE PUBBLICHE
- DEMOCRAZIA PARTECIPATIVA
- PROGRAMMAZIONE DELLE POLITICHE SOCIALI
- MANAGEMENT PUBBLICO
- SOCIOLOGIA URBANA E RURALE
- ANTROPOLOGIA DELLE RELAZIONI INTERCULTURALI
- ANTROPOLOGIA POLITICA ED ECONOMICA
- STORIA ECONOMICA DELLA CITTÀ E DEL TERRITORIO

[20/10/2010 – 18/07/2014] **Laurea Triennale in Scienze Politiche e Relazioni Internazionali**

Università degli Studi di Perugia <https://scipol.unipg.it/>

Città: Perugia | **Paese:** Italia | **Campi di studio:** Scienze sociali, giornalismo e informazione: • *Scienze politiche e educazione civica* | **Voto finale:** 110/110 con lode | **Livello EQF:** Livello 6 EQF | **Livello NQF:** 8 | **Tipo di crediti:** ECTS | **Numero di crediti:** 180 | **Tesi:** "L'industria della microfinanza: un'evoluzione controversa nel panorama dello sviluppo economico globale"

- ECONOMIA POLITICA
- SOCIOLOGIA
- SCIENZA POLITICA
- DEMOGRAFIA
- STORIA DEL PENSIERO POLITICO CONTEMPORANEO
- STORIA DELLE RELAZIONI INTERNAZIONALI

- SOCIOLOGIA DEI FENOMENI POLITICI
- DIRITTO INTERNAZIONALE
- DIRITTO DELL'UNIONE EUROPEA
- ECONOMIA E POLITICA INTERNAZIONALE
- EUROPEAN FOREIGN POLICY

[10/09/2004 – 10/07/2009]

Diploma di Maturità Classica

Liceo Classico e Musicale "Annibale Mariotti"

<https://www.liceomariotti.edu.it/>

Città: Perugia | **Paese:** Italia | | **Livello EQF:** Livello 4 EQF

COMPETENZE LINGUISTICHE

Lingua madre: italiano

Altre lingue:

greco

ASCOLTO C1 LETTURA C1 SCRITTURA B2

PRODUZIONE ORALE C1 INTERAZIONE ORALE C1

inglese

ASCOLTO C1 LETTURA C1 SCRITTURA C1

PRODUZIONE ORALE C1 INTERAZIONE ORALE C1

francese

ASCOLTO B1 LETTURA B2 SCRITTURA A2

PRODUZIONE ORALE B1 INTERAZIONE ORALE B1

spagnolo

ASCOLTO A1 LETTURA A2 SCRITTURA A1

PRODUZIONE ORALE A1 INTERAZIONE ORALE A1

Livelli: A1 e A2: Livello elementare B1 e B2: Livello intermedio C1 e C2: Livello avanzato

COMPETENZE

comunicazione | creazione di spirito di gruppo | politica | Lavoro in ambienti multiculturali | Capacità organizzative e socio-educative | Scrittura ed editing | Empatia e spirito d'inclusione

PUBBLICAZIONI

[2025]

"...Sulle orme di Aldo Capitini. Attualità del messaggio di Aldo Capitini nella discussione sulle più odierne forme di Democrazia Locale"

Riferimento: Phellas Maria Irene,... Sulle orme di Aldo Capitini. Attualità del messaggio di Aldo Capitini nella discussione sulle più odierne forme di Democrazia Locale, Labsus Ricerche, <https://www.labsus.org/2025/07/sulle-orme-di-aldo-capitini/>, 29 Luglio 2025

ABSTRACT

La Democrazia odierna vive da tempo ormai il dramma della "modernità liquida baumiana": essa è preda di poteri globali automatici che mirano a condizionare inesorabilmente la vita dei popoli, le loro culture, le relazioni umane in senso lato...

Le cittadine e i cittadini di oggi si ritrovano pertanto smarriti nei territori che abitano, senza un'etica della scelta che orienti le decisioni da prendere quotidianamente, e anche per questo sembrano faticare ad assumersi la responsabilità del proprio agire.

La politica e più nello specifico le Amministrazioni Locali sono chiamate pertanto ad arginare il processo in atto, cominciando a ricucire quel rapporto a lungo compromesso tra governati e governanti sulla base di presupposti che il filosofo e pensatore perugino, *Aldo Capitini*, alla metà degli anni '40 del '900, riassunse con il termine *OMNICRAZIA*.

Ai C.O.S capitiniani (Centri di Orientamento Sociale), dopo il fallimento in Italia di esperienze quali i Comitati di Quartiere e le Circostrizioni, siamo invitati a guardare nel tentativo di presidiare la nostra democrazia, farla concretamente *prossima* riabilitando così quell'afflato partecipativo del singolo, sancito dalla Costituzione italiana, che tornerebbe ad essere elemento essenziale della comunità in cui vive e della Repubblica tutta.

Autori: Maria Irene Phellas | **Nome della pubblicazione:** Labsus Ricerche | **Editore:** Labsus

[2021] ["Autobiografando il quotidiano. Conoscersi attraverso la scrittura autobiografica per riconoscersi parte di un insieme"](#)

Riferimento: Phellas Maria Irene, "Autobiografando il quotidiano. Conoscersi attraverso la scrittura autobiografica per riconoscersi parte di un insieme", Labsus Ricerche, <https://www.labsus.org/2021/10/partecipazione-autobiografica-autobiografando-il-quotidiano/>

Tesi pubblicata il 19 ottobre 2021. Link consultato il 29 Luglio 2025.

Abstract

Pubblichiamo la Tesi di laurea della **dott.ssa Maria Irene Phellas**, dal titolo **"I risvolti umani della "partecipazione autobiografica": fra crisi identitaria e cittadinanza interiore"**. Quella condotta dall'Autrice è una ricerca finalizzata ad osservare come la partecipazione e la scrittura autobiografica rappresentano la chiave di volta del vivere comune, conoscersi e riconoscersi come parte di un tutto, ma anche la base della nostra sovranità, presupposto di un'Amministrazione condivisa della sfera pubblica e privata che ora più che mai si trovano a coincidere.

Autori: Maria Irene Phellas | **Nome della pubblicazione:** Labsus Ricerche | **Editore:** Labsus

ATTIVITÀ SOCIALI E POLITICHE

[01/03/2021 – Attuale] **Peace and Sport (da remoto)** Austria

Contributo alla realizzazione e alla promozione della campagna promossa da Peace&Sport per la Giornata Internazionale ONU dello Sport per la Pace e lo Sviluppo Sociale "April 6" and "White Card".

In particolare nel 2021 come rappresentante dell'Italia e di Cipro, collaborazione al lancio di focus sulle problematiche del Mediterraneo nell'ambito dello Sport e della Pace.

PATENTE DI GUIDA

Automobile: B

CONFERENZE E SEMINARI

[14/03/2025 – 14/03/2025] **Seminario sul Decentramento Amministrativo in Italia, il concetto di Autonomie Locali e la Riforma del Titolo V**

Perugia

Relatrice del seminario organizzato durante il corso di "Istituzioni di diritto pubblico e diritti fondamentali" (SCIPOL-UNIPG)

[13/09/2024 – 13/12/2024] **InvestiAMOsociale 2024** Perugia

Scuola di comunità, promossa da Fondazione Perugia, LEPA (Centro Studi Legalità e Partecipazione) e il Dipartimento di Scienze Politiche dell'Università di Perugia. L'obiettivo è stato quello di favorire consapevolezza civica e partecipazione sociale, valorizzando azioni individuali e collettive nel tessuto comunitario.

Link: <https://scipol.unipg.it/home/amministrazione-trasparente/altri-contenuti/2720-investiamosociale-il-percorso-formativo-dal-13-settembre-al-13-dicembre-2024->

- [30/04/2024 – 09/05/2024] **Ciclo di seminari sulla Narrazione Democratica** Perugia
- Relatrice insieme alla Professoressa Valastro nel ciclo di seminari organizzato nell'ambito del corso di "Politiche partecipative e pratiche narrative e di Politiche partecipative e democrazia deliberativa" (SCIPOL-UNIPG)
- [19/05/2023 – 19/05/2023] **Seminario sulle Storie di Vita e sul rapporto fra Democrazia Partecipativa e racconto dei vissuti**
- Perugia
- Relatrice del seminario organizzato nell'ambito del corso di "Politiche Partecipative e pratiche narrative"(SCIPOL_UNIPG)
- [20/05/2022 – 20/05/2022] **Seminario sul tema della CRISI (democratica) e del "Diritto all'Autobiografia" come esercizio di sovranità**
- Perugia
- Relatrice del seminario organizzato durante il corso di "Politiche Partecipative e pratiche narrative" (SCIPOL-UNIPG)
- [05/09/2021 – 16/10/2021] **Corso di formazione sulla partecipazione democratica e la cura dei beni comuni**
- Perugia
- Corso, concepito in seno al progetto "Agenda Urbana" e promosso da Borgorete, ASAD, ARPAL, Labsus e Luoghi Comuni, sull'analisi delle buone pratiche di democrazia partecipativa e amministrazione condivisa, presenti sul territorio nazionale e replicabili nell'ambito locale.
- [13/05/2021 – 13/05/2021] **Seminario sulla Cittadinanza Interiore: "Testimonianze dall'Università e dintorni"**
- Perugia
- Relatrice del seminario svoltosi durante il corso di "Politiche partecipative e pratiche narrative" (SCIPOL-UNIPG)
- [20/03/2019 – 20/03/2019] **Dalle metropoli all'ecologia sociale: dialoghi tra sociologia e questioni urbane.**
- Perugia
- Discussione a partire dal libro di Andrew Abbott, Lezioni italiane (Orthotes, 2018). Intervengono: Enrico Caniglia (Università di Perugia), Vincenzo Romania (Università di Padova), Mariano Sartore (Università di Perugia). Introduce e modera: Massimo Cerulo (Università di Perugia - Université Paris V, Sorbonne).
- [19/02/2019 – 19/02/2019] **Corruzione e anticorruzione** Perugia
- Discussione a partire dal volume di Raffaele Cantone e Enrico Carloni, Corruzione anticorruzione. Dieci lezioni (Feltrinelli, 2018).Intervengono: Raffaele Cantone (Presidente Autorità Nazionale Anticorruzione), Enrico Carloni (Università di Perugia), Nando Dalla Chiesa (Università di Milano). Coordina: Alessandra Pioggia (Università di Perugia)
- [31/10/2018 – 31/10/2018] **Lo Stato sociale in trasformazione** Perugia
- Discussione a partire dal volume di Maurizio Cinelli e Stefano Giubboni, Lineamenti di diritto della previdenza sociale (Cedam – Manuali di Scienze giuridiche, 2018). Intervengono: Ugo Ascoli (Università Politecnica delle Marche), Pietro Costa (Prof. Emerito, Università di Firenze), Loreto Di Nucci (Università di Perugia), Giulio Prosperetti (Giudice della Corte costituzionale). Introduce e coordina Ambrogio Santambrogio (Università di Perugia)

Discussione sull'attualità e sulla rilevanza del Piano Marshall come modello di intervento da riattualizzare nell'ambito della diplomazia e della cooperazione internazionale. Analisi sul significato storico e sulle possibili applicazioni contemporanee di quell'iniziativa.

Intervenuti:

- Dott. Lucio Battistotti – Direttore della Rappresentanza in Italia della Commissione Europea
- Dott. Aurelio Regina – Presidente di Diplomacy

Dibattito con:

- Sen. Luigi Compagna – Commissione Affari Esteri
- Prof. Massimo Teodori – Storico
- Prof. John Harper – Johns Hopkins University, Bologna
- Amb. Guido Lenzi – Centro Studi Americani

Link: <https://www.festivaldelladiplomazia.eu/wp-content/uploads/2022/06/2013.pdf>

PROGETTI

[01/05/2023 – 01/06/2024]

"Il mio posto nel mondo, la nostra idea di cittadinanza"

Progetto di educazione civica avanzata sull'impegno civico e la partecipazione democratica, realizzato con scuole, università e realtà socio-assistenziali.

ONORIFICENZE E RICONOSCIMENTI

[01/07/2014]

Vincitrice della borsa di studio per meriti scolastici Istituto che rilascia la qualifica:

Camera di Commercio, dell'Industria e dell'Artigianato dell'Umbria

Vincitrice nell'arco di dieci anni consecutivi.

HOBBY E INTERESSI

Canto

Ho seguito lezioni dal 2018 al 2019 presso la scuola "JAM Music School".

Piano

Ho preso lezioni, a più riprese, dal 1999 al 2012.

Danza Classica

Lezioni seguite dal 1994 al 2002 e dal 2013 al 2015 presso la "Dance Gallery School".

Pallavolo

Dal 1999 al 2001 presso la squadra "Virtus Cena".

Musica, lettura, culture, economia, società, politica, viaggi, sci.

Sono, tra le altre, le mie grandi passioni.

LAVORI CREATIVI

[01/09/2021 – 31/08/2023]

Libro: "Al di là del muro c'è CASA"

Un racconto autobiografico pubblicato nel maggio 2025 per la casa editrice Morphema.

Link: <https://www.morphema.it/edizioni/shop/al-di-la-del-muro-ce-casa/>

[01/09/2019 – 01/03/2021] **Libro: "Come se fosse oggi"**

Una raccolta di racconti autobiografici, pubblicata nel 2021 dalla Casa editrice "Morphema".

Link: <https://www.morphema.it/edizioni/shop/come-se-fosse-oggi/?srsltid=AfmBOooG-IQSjlYTxI3LUwuCh5b7d2xdboj8vflGz5aJqQvgaxnkegb7>

[01/12/2020 – Attuale] **Mazì - Pensando Insieme**

Un blog, uno spazio dedicato a chi crede nella forza delle parole e nella costruzione condivisa del senso e della rilevanza del racconto dei propri vissuti.

Link: <https://www.mazi-pensandoinsieme.it/>

VOLONTARIATO

[01/10/2017 – 30/06/2018] **Educatrice ANSPI** Perugia

Attività di animazione presso l'Oratorio di San Biagio e Savino, Parrocchia della Città di Perugia, "I Tipi Loschi di PiGi".

[01/10/2010 – 31/01/2011] **Caritas** Perugia

Attività organizzative e di distribuzione pasti alla mensa della Caritas.

[01/10/2010 – 28/02/2011] **Volontaria di Croce Rossa Italiana** Perugia

Frequentazione e superamento del corso di Primo Soccorso e attività di volontariato per i successivi due mesi.

COMPETENZE INFORMATICHE

Pacchetto Office, Canva, Social Media, Utilizzo del SEO

Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel CV ai sensi dell'art. 13 d. lgs. 30 giugno 2003 n. 196 - "Codice in materia di protezione dei dati personali" e dell'art. 13 GDPR 679/16 - "Regolamento europeo sulla protezione dei dati personali".

Perugia, 30/07/2025

