



Giulia Monaco

Junior Project Manager / Communication Specialist

Indice

Pag. 3 - Chi sono

Pag. 4 - Articoli per il blog DUAL

Pag. 5 - Newsletter DUAL

Pag. 6 - Project management DUAL: tre case history

Pag. 7 - Post social DUAL

Pag. 8 - Articoli per Bianca Magazine

Pag. 9 - Post social Cantina Martinez - rubrica "Territorio"

Pag. 10 - Un po' di me, dal mio blog "Pensieri in valigia"

Chi sono



Giulia Monaco, 36 anni.

Sono Junior project manager e Communication Specialist per Dual s.r.l., e mi occupo di progettazione eventi MICE, sviluppo contenuti per progetti di consulenza e coaching, creazione e gestione contenuti web.

Sono redattrice per Bianca Magazine, rivista bimestrale siciliana che tratta di eccellenze del territorio con uno sguardo ai richiami globali.

Curo la rubrica “Territorio” per i social della Cantina Martinez.

Ho una grande passione per la scrittura che nasce sui diari per poi espandersi negli anni su tutti gli universi digitali, dai social network ai blog.

Amo utilizzare i social come finestra sul mondo, e cerco di rimanere sempre aggiornata sulle ultime tendenze.

Sono una persona curiosa, desiderosa di migliorare, sperimentare e mettersi sempre in gioco.

Credo nell'ironia come migliore arma per affrontare qualsiasi ostacolo, per questo non ne sono mai sprovvista.

Articoli per il blog Dual



ATOMIC HABITS

“Se vuoi puoi.”
“Se ci credi ce la fai.”
“Focalizzati sull’obiettivo, e fai di tutto per raggiungerlo.”
“La motivazione è il fuoco sacro per ottenere grandi risultati.”
...



GOOD MORNING DUAL

Da circa un anno a questa parte, abbiamo introdotto in Dual una nuova abitudine: un “meeting del buongiorno” ogni mattina. L’idea è nata nel marzo dello scorso anno
...



DUAL È PET FRIENDLY

“Se vuoi puoi.”
“Se ci credi ce la fai.”
“Focalizzati sull’obiettivo, e fai di tutto per raggiungerlo.”
“La motivazione è il fuoco sacro per ottenere grandi risultati.”
...



CONVERSACTIONS

La nostra vita è costellata da conversazioni ad alto potenziale. Per individuarle facilmente, basta ricordare che avvengono quando entrano in gioco tre condizioni:
...

La newsletter Dual

Sono responsabile della linea editoriale della Newsletter Dual, e mi occupo in prima persona della gestione dei contenuti, coadiuvata da una redazione di 6 persone.

È con questo team che in aprile abbiamo sviluppato l'idea della newsletter, stabilendo tematiche, tone of voice, linea grafica.

Tra le altre cose, io ho ideato il nome "Pachino Express".

Il perché del nome?

Eccolo spiegato nella newsletter zero.



Ciao!

Grazie per la tua iscrizione. Pachino Express è la newsletter di Dual che ti aggiorna su contenuti e news dal mondo della comunicazione ed eventi.



25 min di lavoro
+ 5 min di pausa

Perché "Pachino express"?

POMODORO TECHNIQUE

In Dual utilizziamo la "tecnica del pomodoro" per gestire al meglio il tempo aumentando la capacità di concentrazione. Il suo nome deriva da quei ticchettanti timer da cucina a forma di pomodoro, e ogni slot ha la durata di circa 25 minuti.

Ma la lettura della nostra newsletter dura meno! Perciò è un pomodoro più piccolo - un pomodoro pachino perché Dual ha sede a Milano e una succursale in Sicilia - e addirittura express. Insomma, vogliamo che ci dedichi solo "un pachino" di tempo, e ti offriamo un concentrato di idee, strumenti e suggerimenti che poi, solo se vuoi, possiamo approfondire insieme. Semplice, no?

QUANDO RICEVERAI IL TUO PACHINO EXPRESS?
Troverai il nostro pachino nella tua casella di posta ogni mese!

Tieniti pronto, ci vediamo presto!
Un saluto,
Il team Dual



Puoi [aggiornare le tue preferenze](#) oppure [cancellarti da questa lista](#).



Project management DUAL: tre case history

Eventi in presenza



ENARTIS INTERNATIONAL
ANNUAL MEETING 2019

Eventi digitali



SALES MEETING
COMPO 2020

Coaching



INTELLIGENZA EMOTIVA
E FEEDBACK KELLOGG'S 2021

Post social DUAL



DUAL Comunicazione & Eventi
970 follower
7m • Modificato

Al Goodmorning di oggi abbiamo parlato dell'**effetto Pigmalione**. Viene chiamato anche "Profezia che si autorealizza" e si concretizza nella capacità di influenzare il proprio lavoro grazie alla convinzione che abbiamo di raggiungere i risultati attesi.

Quanto credi sia importante fare questo esercizio di autostima, valore e fiducia per raggiungere i tuoi obiettivi?

#DualAgenzia #motivazione #teammanagement #IntelligenzaEmotiva

Cos'è l'effetto Pigmalione

Il nome deriva da un episodio della mitologia greca.

Si narra che Pigmalione, scultore cipro, realizzò una statua così innamorarsene perdutamente.

Desiderò così fortemente che la statua prendesse vita che la dea Afrodite lo ascoltò trasformando la statua in una carne e ossa!

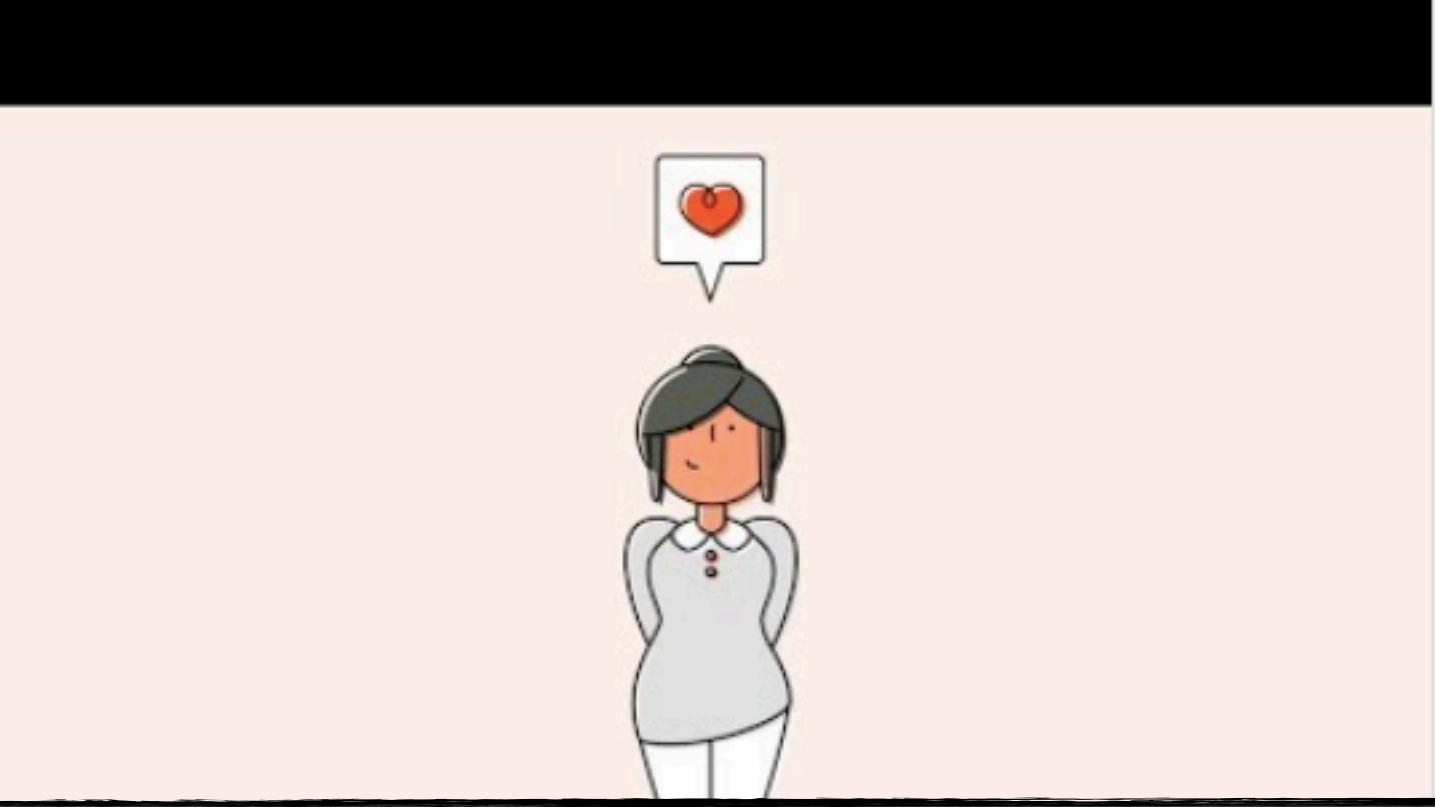
DUAL Comunicazione & Eventi
970 follower
8m • Modificato

Durante il "Good morning, Dual" di oggi abbiamo parlato di **gentilezza**.

Sai che compiere un **gesto gentile** rilascia nel tuo corpo serotonina, endorfina e ossitocina, ormoni che ti fanno sentire calmo e felice? Lo stesso effetto si verifica sulla persona con cui sei stato gentile.

Guarda questo video, e trai ispirazione per compiere i tuoi atti di gentilezza! 📌

#DualAgenzia #Teammanagement #IntelligenzaEmotiva #Gentilezza



DUAL Comunicazione & Eventi
970 follower
8m • Modificato

Vi ricordate qual è l'archetipo che ci accompagna nel mese di aprile? È l'**uomo comune** o della **porta accanto**, che risponde al bisogno di appartenenza e di relazione.

In Dual ci stiamo interrogando su quale sia la **caratteristica** legata a questo archetipo che può soddisfare al meglio i bisogni del nostro team. Tu quale caratteristica di questo archetipo senti prioritaria?

Leggi l'**articolo sull'uomo comune** per saperne di più! 📌

#DualAgenzia #archetipi #motivazione #teammanagement

Uomo Comune o Della Porta Accanto
ed Eventi - Milano e Marsala

DUAL Comunicazione & Eventi
970 follower
8m • Modificato

Gestire le **pagine social** del tuo brand richiede organizzazione, pianificazione e strategia. Ci sono alcuni accorgimenti che possono rendere la tua **comunicazione** sui social più **efficace**!

Quale tra questi reputi più utile?

Puoi vedere i voti degli altri. [Scopri di più](#)

Aggiorna la tua pagina	0%
Crea un PED efficace	33%
Interagisci con gli utenti	33%
Ingaggia la tua audience	33%

3 voti • Sondaggio chiuso

Consiglia Commenta

Articoli per “Bianca Magazine”

Una liuteria nel cuore delle Madonie. Mirco, il giovane petralese che fa cantare il legno

8 Ottobre 2021 / 0 Commenti / in Bianca Magazine N°31, Le antiche tradizioni di Bianca

di Giulia Monaco Foto di Mirco Inguaggiato Passeggiando per i vicoli del centro storico di Petralia Sottana può capitarvi di imbattervi nella bottega di un mastro liutaio. Bussando al suo portone potreste aspettarvi che ad aprire sia un anziano e barbuto signore dallo stile un po' retrò. E invece no: il nostro moderno Stradivari [...]

Ballo Pantomima della Cordella, il 22 agosto a Petralia Sottana si rinnova l'antico intreccio

9 Agosto 2021 / 0 Commenti / in Bianca Events, Bianca Magazine N°30

di Giulia Monaco Foto di Arianna Rusignolo e Eduardo Cicala È la prima domenica dopo Ferragosto. Sono le tre del pomeriggio. La calura estiva è mitigata dall'aria fresca di montagna. Per le vie del paese qui e là si colgono indizi di una festa imminente: tintinnio di cianciane, di tamburelli in lontananza. Le note di [...]

Tonno rosso e mattanza: cronache di un rito millenario

8 Giugno 2021 / 0 Commenti / in Bianca Magazine N.29, Le antiche tradizioni di Bianca

Articolo di Giulia Monaco Foto pescatore di Florinda Biccieri Sulla pesca e la lavorazione del tonno gli abitanti delle coste siciliane hanno costruito la loro fortuna, tramandandosi di padre in figlio una tradizione marinara che ha attraversato i secoli. La mattanza, antica tecnica di pesca fenicia, si diffuse in Spagna e in Sicilia durante la [...]

Tour delle Tonnare di Sicilia: la rotta dell'amore

8 Giugno 2021 / 0 Commenti / in Bianca Magazine N.29, Bianca Place

Articolo di Giulia Monaco Le tonnare sono l'emblema della pesca sostenibile di una delle specie più preziose del Mediterraneo: il tonno rosso. Introdotte durante la dominazione islamica, nel Medioevo le tonnare siciliane dominavano l'intera area mediterranea. Oggi vecchi stabilimenti costellano i litorali dell'isola e, come vecchie fotografie virate seppia, evocano un'atmosfera antica: un'atmosfera madida della [...]

Post social Cantina Martinez rubrica "territorio"



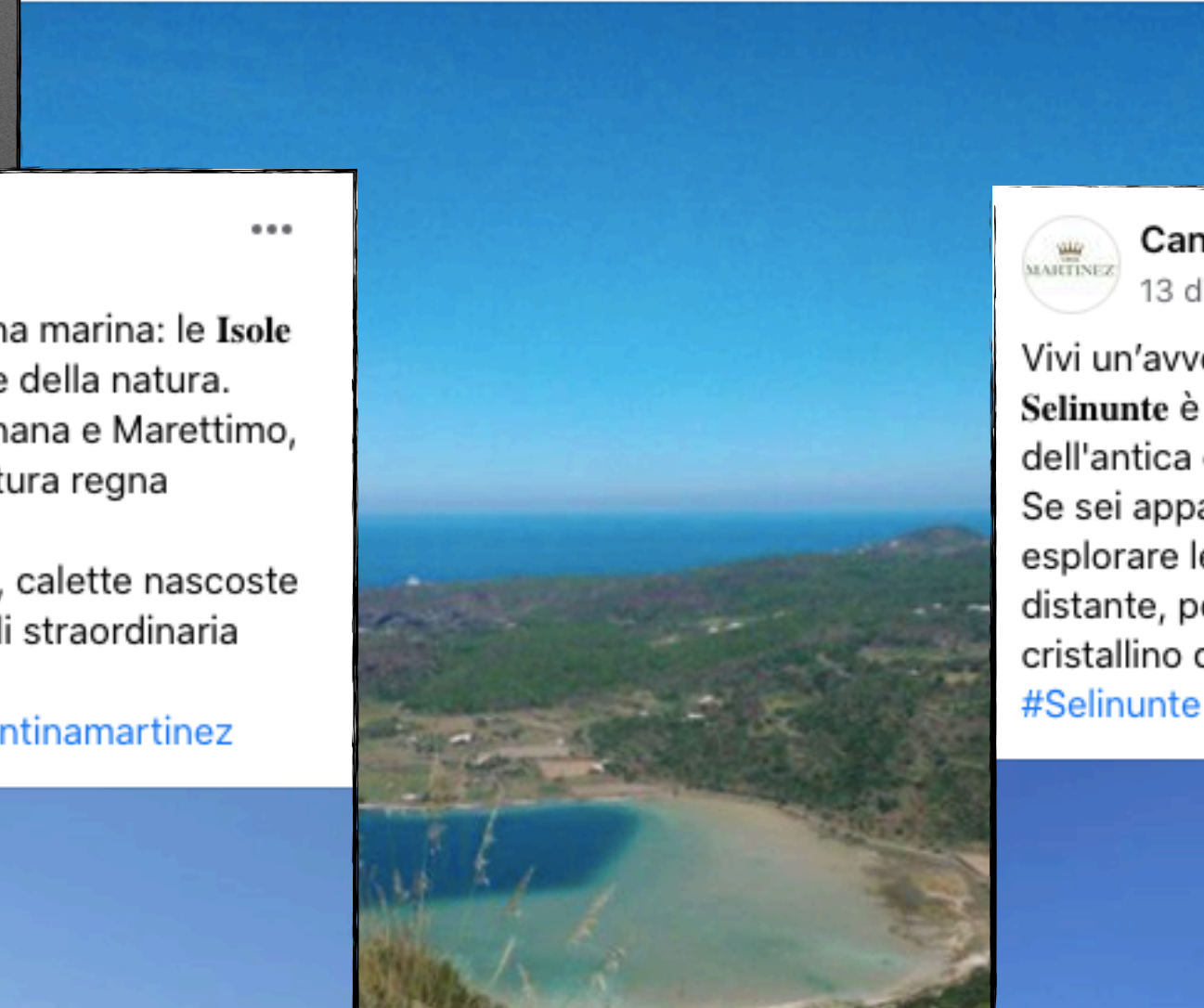
Cantina Martinez dal 1866
19 novembre · 🌐

La città vecchia di **Mazara** è una fusione tra religioni e culture che dialogano da secoli.
La Kasbah, antico quartiere arabo oggi abitato da famiglie tunisine e del Maghreb, è un vero e proprio museo a cielo aperto. Lasciati conquistare dagli edifici decorati da murales e maioliche colorate e dai profumi della cucina etnica, e vivi un'esperienza magica in una delle città più arabeggianti della Sicilia!
[#Mazaradelvallo](#) [#Kasbah](#) [#Siciliadascoprire](#) [#Cantinamartinez](#)



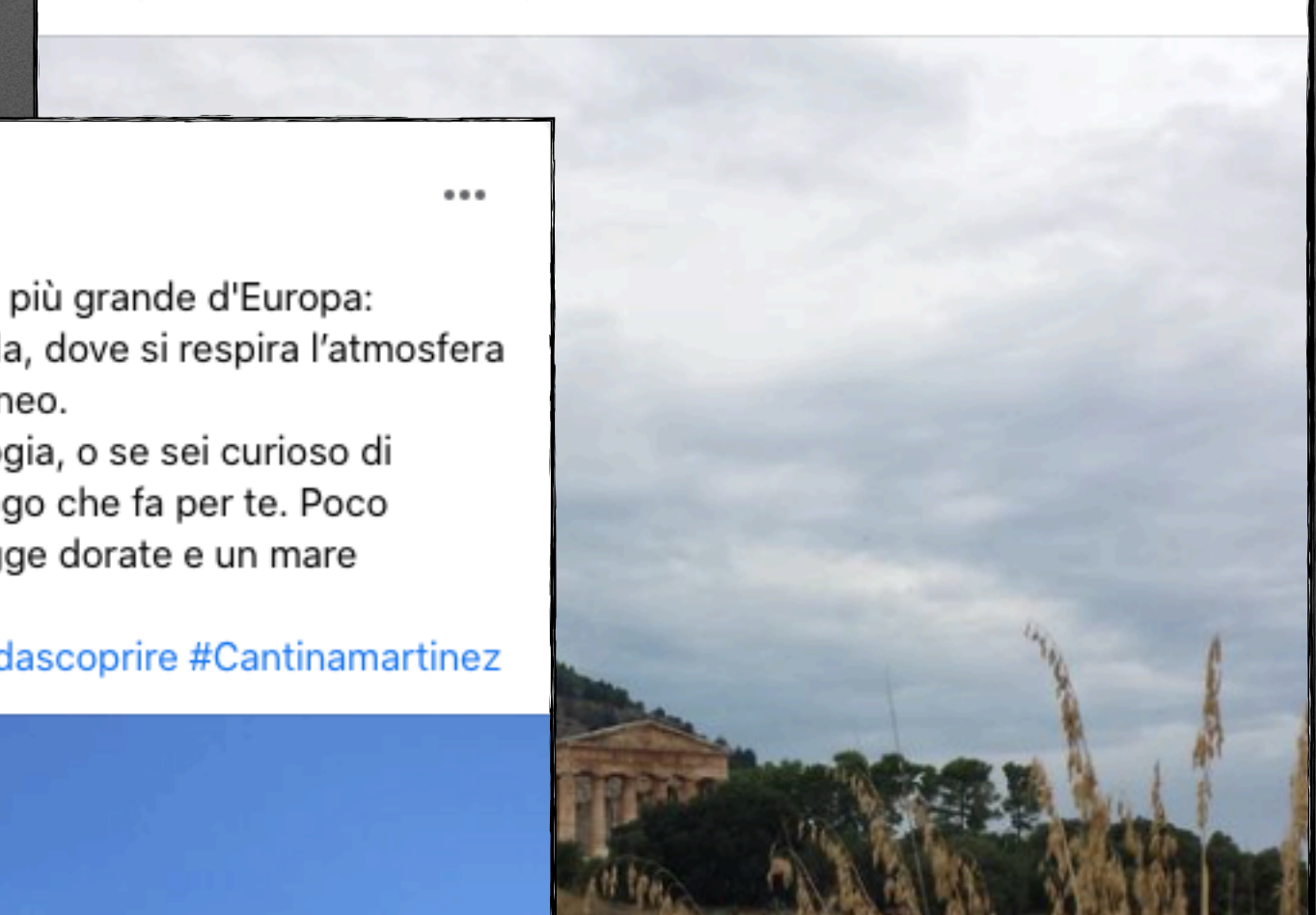
Cantina Martinez dal 1866
23 ottobre · 🌐

Pantelleria: la perla nera del mediterraneo. Visitarla vuol dire rimanere incantati dal verde squillante della vegetazione e dal nero della pietra lavica che contrastano con un mare azzurrissimo.
Terme naturali, laghi vulcanici, i tipici "dammusi" e poi olio, vino e capperi: un'isola magica dove dedicarsi alla contemplazione della natura e dei suoi frutti!
[#Pantelleria](#) [#Mediterraneo](#) [#Siciliadascoprire](#) [#Cantinamartinez](#)



Cantina Martinez dal 1866
17 luglio · 🌐

Se vuoi procurarti una sindrome di Stendhal, visita **Segesta**. Esplorare il suo sito archeologico è come respirare la presenza delle civiltà più antiche dell'isola.
Le rovine, situate sulla valle del Monte Barbaro, godono di uno scenario che lascia incantati.
Il suo maestoso tempio dorico è il meglio conservato al mondo, mentre il teatro, sulla vetta del monte, gode di una vista mozzafiato sulla vallata!
[#Segesta](#) [#parcoarcheologico](#) [#Siciliadascoprire](#) [#Cantinamartinez](#)



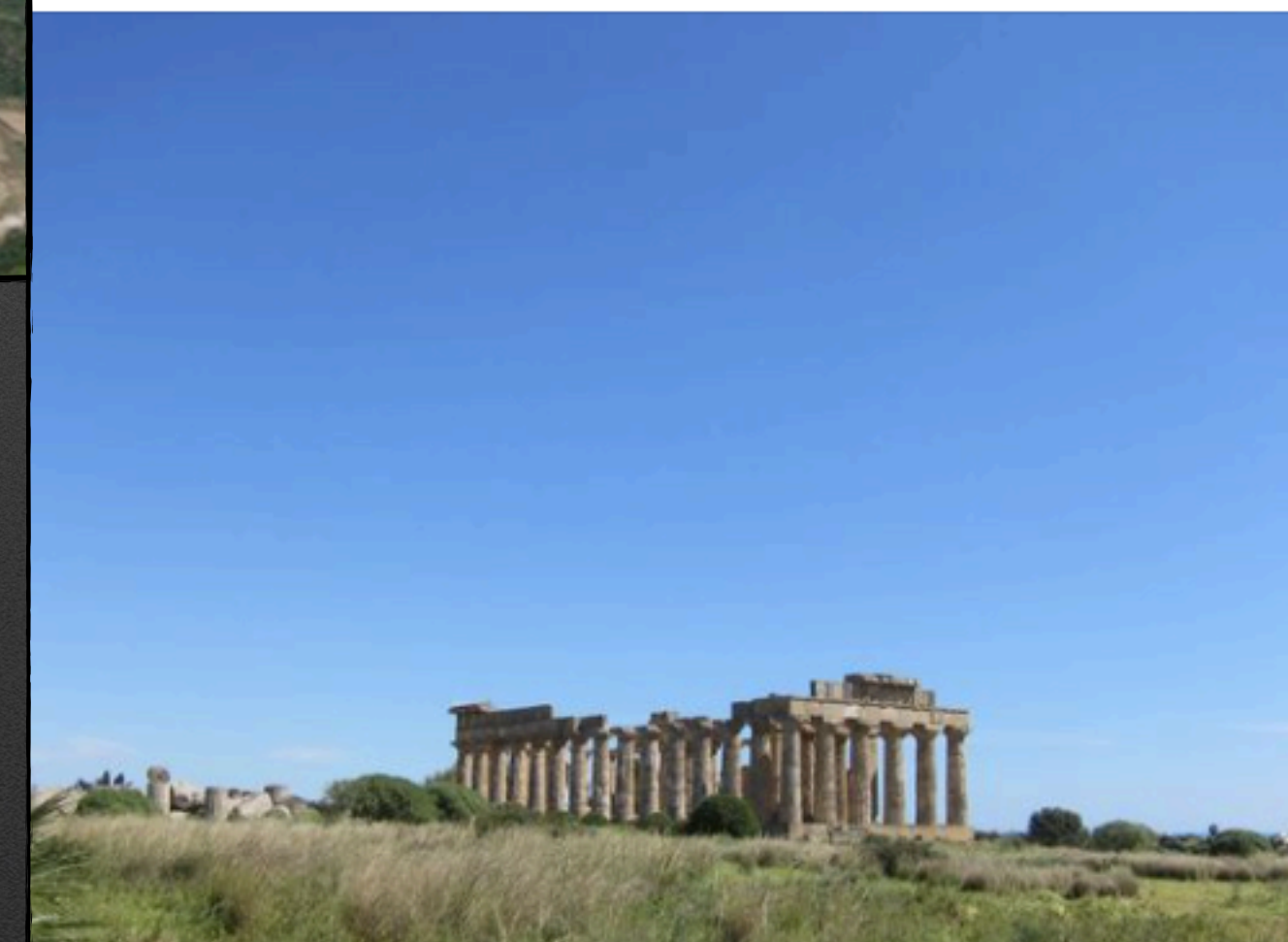
Cantina Martinez dal 1866
25 settembre · 🌐

Acque cristalline, splendide grotte e una ricca fauna marina: le **Isole Egadi** sono la meta ideale per gli amanti del mare e della natura.
Le tre isolette di origine vulcanica, Levanzo, Favignana e Marettimo, godono di un paesaggio incontaminato dove la natura regna sovrana.
Mare e terra s'incontrano con strapiombi sul mare, calette nascoste e cave di tufo, in un mare turchese e trasparente di straordinaria bellezza!
[#IsoleEgadi](#) [#Mediterraneo](#) [#Siciliadascoprire](#) [#Cantinamartinez](#)



Cantina Martinez dal 1866
13 dicembre alle ore 10:40 · 🌐

Vivi un'avventura nell'area archeologica più grande d'Europa: **Selinunte** è uno scrigno ricco di leggenda, dove si respira l'atmosfera dell'antica civiltà classica del Mediterraneo.
Se sei appassionato di storia e archeologia, o se sei curioso di esplorare le meraviglie dell'isola, è il luogo che fa per te. Poco distante, poi, potrai goderti le sue spiagge dorate e un mare cristallino da restare incantati!
[#Selinunte](#) [#parcoarcheologico](#) [#Siciliadascoprire](#) [#Cantinamartinez](#)



Un po' di me, dal mio blog "Pensieri in valigia"

Il cuore è uno zingaro



Sono una nomade.

Ho casa ovunque e da nessuna parte.

Vivo in un perenne altrove.

Avete presente quei "non si sa mai", quegli accessori da toletta d'emergenza che tieni in un posto dove ti fermi a dormire spesso, per non trovartene sprovvista?

Lo spazzolino, il dentifricio, le robe per struccarti, le ciabattine per la doccia e gli assorbenti? Io tengo queste cose in almeno quattro posti diversi. Acquisto assorbenti e prodotti struccanti **per almeno quattro me.**

Sola me ne vo



Vado a fare aperitivo da sola,
Vado a cena da sola,
Vado al cinema da sola.

Vado al mare da sola, vado a correre da sola, vado a visitare posti da sola. Sono andata a un concerto da sola, una volta, e penso che lo rifarò.

Puntualmente mi sento chiedere: "Ma non ti scoccia andare sola? Ma non ti annoi?" o peggio: "Non ti imbarazzi?"

QUELLO CHE I CV NON DICONO

Il paradiso delle spiccate attitudini

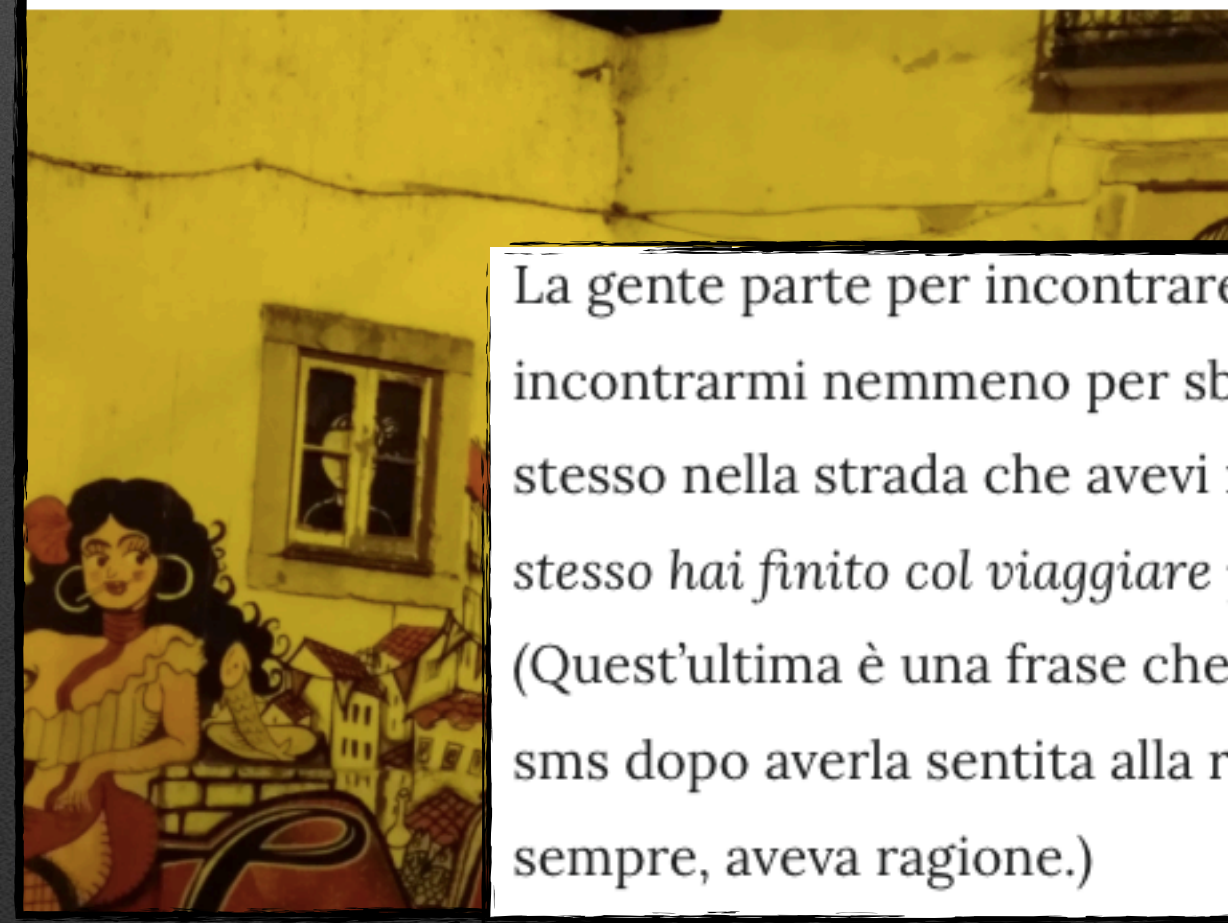


Ma esiste davvero un curriculum che dica la verità e nient'altro che la verità?

Non so il vostro, di certo non il mio (ma non ditelo ai recruiter, sennò che figura ci faccio). E sì, perché in fondo, lungi dal millantare esperienze, titoli e onorificenze mai ottenuti, qualche smussatina agli spigoli bisogna pur darla, ché a dire tutta la verità su se stessi si rischia che anziché prenderti a lavorare chiamano la Neuro.

E allora ho stilato un elenco delle mie 11 verità supposte, con dritto e rovescio.

La mia Lisbona



La gente parte per incontrare se stessa, io parto con la chiara intenzione di non incontrarmi nemmeno per sbaglio. Ma nella vita finisci con l'imbatterti in te stesso nella strada che avevi intrapreso per evitarti, e *portandoti dietro te stesso hai finito col viaggiare proprio con quell'individuo dal quale volevi fuggire.* (Quest'ultima è una frase che, mentre ero via, mia mamma mi ha mandato via sms dopo averla sentita alla radio, aggiungendo "ti calza a pennello". Come sempre, aveva ragione.)



Giulia Monaco

Contatti

