



MARTINA SPÄNI LIMA

Geb.: 30.03.1984

Zivilstand: verheiratet

Kinder: 1 Tochter, 13 Jahre

Tiere: 1 Hund, 2 Rescue Katzen

Begeistert von: Regenerativer
Gesundheit, Ernährung, Früchten,
Primaten und den Tropen

„Die Natur und Intuition ist mein
besten Kompass im heutigen
Chaos.“



Wichlernweg 16
6010 Kriens LU, Schweiz



+41 78 850 14 40



martinaspäni@hotmail.com

Lebenslauf

- 2024 - aktuell Weiterbildung Fitness und Gesundheitsförderung bei Praevensana, Zürich
- 2023 - aktuell Fitnesstraining/Trainingsassistenz und Administration bei [special-training.ch](https://www.special-training.ch) für Menschen mit Beeinträchtigung, sowie Organisation von Selbsthilfetreffen für Lichen Sclerosus- und Endometriose-Betroffene, [artgerecht-heilen.ch](https://www.artgerecht-heilen.ch)
- 2021 - aktuell Recherchen und Content-Erstellerin zum Thema artgerechte Ernährung; [frugivorebiology.com](https://www.frugivorebiology.com)
- 2021 Online Certificate Regenerative Detoxification bei Dr. Morse's Herbal Health Club
- 2020 Onlineweiterbildung in Nutrition Science bei Stanford Center for Health Education
- 2018 - 2021 Administration der Tätigkeit meines Partners im Bereich Funktionelles Training und Massage-Therapie, inkl. Beratungen der Klienten zu gesunder Ernährung und Mikronährstoff-Therapie; Auto-didaktisches Erlernen von Erstellen von Webseiten und Kurse im Bereich Content Marketing
- 2013 - 2017 Diagnose einer Autoimmun-Erkrankung & natürliche Genesung; Familienzeit; Mittagstisch für Schulkinder und Kinderbetreuung
- 2013 Praktikum im Bereich Ökologie an der Eidg. Forschungsanstalt für Wald, Schnee & Landschaft [WSL](https://www.wsl.ch).
- 2010 - 2013 M.Sc. in Biologie, Ökologie, Universität Zürich
- 2010 Geburt meiner Tochter
- 2009 - 2010 Büro-Assistenz beim Sekretariat D-MTEC, ETH Zürich
- 2005-2009 B.Sc. in Biologie, Universität Zürich
- 2009 Praktikum Amt für Umwelt Kanton NW, Schweiz
- 2004 -2005 Vorkurs Design & Kunst an der Hochschule Luzern,
- 2003 - 2004 Auslandsjahr in Brasilien, Sprachkurs und Tätigkeit NGO
- 2003 Matura, Kantonsschule Luzern, Schweiz