

# 13 Aprile – Treviso – Workshop “Attente al Lupo”

*Altrapsicologia Veneto, Rete al Femminile Treviso, Associazione Donne Medico Treviso*, sono liete di presentare il workshop **“Attente al lupo”**.

Il progetto #attenteallupo ha il suo fondamento nell’idea che l’auto-protezione non passi da azioni fisiche aggressive, ma da un **cambiamento di mentalità e di atteggiamento**.

**Smantellare l’immagine stereotipata della donna, passiva, inerme** di fronte a possibili manipolazioni o aggressioni, **saper riconoscere segnali di scambi disfunzionali** e scoprire quali possano essere gli strumenti per prenderne le distanze; allenarsi nella comunicazione assertiva; **conoscere le norme basilari strategiche e operative di sicurezza personale** a partire dall’analisi della situazione ambientale e dalla difesa del proprio spazio intimo tramite postura e voce.

Per far sì che questi concetti non vengano solo raccontati ma interiorizzati e resi efficaci, alla teoria verrà affiancata **la SPERIMENTAZIONE FISICA dei concetti proposti, attraverso semplici esercizi, simulazioni, giochi su attenzione e reazione, proattività**.

I concetti appresi verranno declinati **in modo specifico per chi lavora in contesti ad alto rischio**: attraverso l’analisi di una situazione-tipo (uno studio professionale) verranno sperimentate in prima persona tutte le complessità che possono essere riscontrate nella vita reale, individuando piccoli ma fondamentali accorgimenti da mettere in atto.

Condurranno: **Silvia Spinelli**, psicologa psicoterapeuta e formatrice, e **Bruno Garbi** formatore civile e militare, consulente in ambito intelligence and security, esperto in processi decisionali in situazioni di stress e nella

valutazione di segnali precoci di pericolo.

**Quando:** sabato 13 aprile alle h. 9,30-12.30

**Dove:** Biblioteca di Sant'Antonino , via Sant'Antonino190/A –  
TREVISO

La partecipazione è gratuita ma i posti sono limitati.

Prenotarsi attraverso il  
link: <https://goo.gl/forms/rNnIVCTv9ChyJXU42>

# #ATTENTEALLUPO™



13 APRILE 2019  
TREVISO

woman

power

## Cosa faremo:

- nozioni basilari di auto-protezione per donne lavoratrici in contesti a rischio
- riconoscimento indicatori precoci di pericolo
- difesa dello spazio intimo e personale
- semplici esercizi su attenzione, reazione e proattività

## Dove:

Biblioteca Comunale di  
Sant'Antonino  
via Sant'Antonino 190/A  
TREVISO

## Quando:

Sabato 13 Aprile  
ore 09,30-12,30

## Contatti:

[apvconvegni@gmail.com](mailto:apvconvegni@gmail.com)



MEDICAL WOMEN'S INTERNATIONAL ASSOCIATION - M.W.I.A.  
Associazione Italiana Donne Medico  
Sezione di Treviso

**AltraPsicologia**  
Informazione, tutela e promozione



Rete al femminile  
ITALIA