



SEMINARI TEMATICI

L'obiettivo dei seminari è promuovere la diffusione di una cultura del rispetto delle differenze.

Combattere la discriminazione di genere significa anche cambiare un immaginario culturale in cui le donne restano spesso in secondo piano.

Tematiche proposte

La violenza del linguaggio - 02 ottobre 2020 dalle 10:00 alle 13:00

La dipendenza affettiva - 25 novembre 2020 dalle 10:00 alle 13:00

Presso la Sala Rossa Municipio Roma VII

Seminari Tematici su:

la comunicazione e la prossemica, la paura e l'autostima,
i fattori di rischio e la prevenzione,

nonché sugli aspetti psicologici ed emotivi della violenza

Presso il Centro Polifunzionale - Via Siderno, 1, 00178 Roma

AZIONE DI
SENSIBILIZZAZIONE



CORSO DI AUTODIFESA

AZIONE DI
TUTELA

Corso di autodifesa "Donne Sicure" basato sul Sistema Didattico del "Krav Maga".

Obiettivo del corso, considerato primario è porre l'attenzione sull'importanza della prevenzione di un comportamento difensivo, indispensabile per prevenire le aggressioni (fisiche e/o psicologiche) o per essere pronte ad affrontarle.

Il percorso inizierà il 27 ottobre 2020 dalle ore 15:00 alle ore 17:00 e gli incontri si svolgeranno presso il centro Polifunzionale di Via Siderno, 1 - 00178 Roma RM.



SOSTEGNO PSICOLOGICO

Sportello di Sostegno Psicologico

presso Centro Polifunzionale del Municipio Roma VII – Via Siderno 1 – Roma
Dal 01 settembre 2020 ogni martedì - venerdì ore 9.30 - 13.00.

Psicoterapia Individuale, di coppia/familiare per le aderenti al progetto

presso la sede della Associazione Psy Onlus di via Ardea 27 – 00183 a Roma
e sono prese in carico dai terapeuti della Associazione, specializzati nelle varie aree di intervento necessarie.

Gruppo di Psicoterapia Skill Training sulla Regolazione delle Emozioni DBT based

L'obiettivo dello SKILL TRAINING consiste nel determinare la:

- analisi delle distorsioni cognitive;
 - consapevolezza e gestione delle emozioni - regolazione emotiva;
- durata 6 mesi, incontri settimanali - max 12 partecipanti aderenti al Progetto Antera
Destinatari: donne vittime di violenza e dipendenza affettiva.

Il gruppo inizierà il 20 novembre 2020

presso Centro Polifunzionale del Municipio Roma VII - Via Siderno 1 – Roma.

**AZIONE DI
SOSTEGNO
E CURA**



LABORATORIO TEATRALE

Il nostro laboratorio si pone l'obiettivo di intraprendere un percorso di studio ed introspezione che aiuti le partecipanti a potersi esprimere con libertà, a riscoprire la fiducia in sé stesse e negli altri e a diventare consapevoli delle proprie qualità e del proprio coraggio. Lavoro di squadra, sinergia e confronto saranno le basi con cui affronteremo tutte le fasi di lavoro propedeutiche alla rappresentazione teatrale di fine corso.

AZIONE DI
AUTOCONSAPEVOLEZZA

Il corso sarà suddiviso nelle seguenti attività, che si svolgeranno durante gli incontri settimanali:

- Analisi di copioni di autori vari;
- Lettura e interpretazione del significato dell'opera;
- Possibilità per i partecipanti di presentare dei propri testi inediti;
- Studio e caratterizzazione dei personaggi;
- Discussione sulla singolarità dei personaggi;
- Analisi e sviluppo delle doti interpretative dei singoli partecipanti;
- Conoscenza ed uso degli strumenti espressivi; la voce, i gesti, la mimica;
- Lettura di un ruolo e tecniche di memorizzazione;
- Preparazione del saggio di fine anno.

Il laboratorio sarà tenuto presso il teatro Roma sito in via Umbertide 3 - 00181 Roma - ogni martedì dalle 9:30 alle 13:30 - inizierà il 20 ottobre 2020 e terminerà a maggio 2021.



ORIENTAMENTO AL LAVORO

Laboratori di gruppo

Self Marketing: l'arte di vendersi

Preparazione al colloquio di lavoro

Redazione del bilancio delle competenze

Questionari, simulazioni e strumenti di analisi

Creazione di un Curriculum Vitae professionale

La lettera di presentazione efficace

Analisi del mercato del lavoro e delle sue tendenze

I canali di reclutamento, gli intermediari e le piattaforme online

Consulenze individuali per la redazione del proprio progetto professionale

AZIONE DI
TUTELA

Gli incontri si terranno presso l'Assipromos di via Igino Giordani, 67 - 00159 Roma. Il gruppo di orientamento inizierà il 13 novembre 2020 (dalle 15:00 alle 17:00) e terminerà il 28 maggio 2021. Info al numero 379.1142682 o all'indirizzo e-mail regionalelazio@assipromos.it



CINEFORUM E TAVOLE ROTONDE

Cineforum e Tavole Rotonde con relatori esperti della tematica proposta nel film, con l'obiettivo di sensibilizzare la conoscenza delle dinamiche disfunzionali presenti nelle relazioni affettive violente.

AZIONE DI
AUTOCONSAPEVOLEZZA

Cinema Don Bosco
Via Publio Valerio, 63, 00175 Roma
Dalle 18.00 alle 21.00 - accesso libero fino ad esaurimento posti.

21 ottobre 2020 - Il diritto di contare
18 novembre 2020 - L'amore non va in vacanza
16 dicembre 2020 - Suffragette
27 gennaio 2021 - L'Affido
24 febbraio 2021 - A letto con il Nemico