



Viscontea

# Leadership & Self Empowerment

Protagoniste della propria vita:  
con responsabilità, efficacia e concretezza

Corso rivolto a studentesse universitarie  
del I anno di tutte le Facoltà - a.a. 2022/2023

**Sabato 8 ottobre 2022**

Dalle 9.30 alle 13.00

*Valorizzare se stessi: il sistema dei riconoscimenti*

Dalle 14.30 alle 17.30

*Colorare la propria vita: sensazioni, emozioni, movimento*

**Domenica 9 ottobre 2022**

Dalle 9.30 alle 12.00

*Vivere le proprie risorse: motivazione e gestione del tempo*

Dalle 14.30 alle 17.30

*Agire il cambiamento: azione, valorizzazione, consapevolezza*

La pausa pranzo è dalle 13.00 alle 14.30, sia sabato che domenica

Per chi lo desidera, domenica alle 12.00 è prevista la Messa in Collegio

Corso organizzato e tenuto da Sandro Anfuso, psicologo e formatore

Viscontea c/o Corso di Porta Romana 105, 20122 Milano

viscontea@fondazionerui.it – [www.collegioviscontea.it](http://www.collegioviscontea.it)



Un progetto di



In collaborazione con



Con il patrocinio di



POLITECNICO  
MILANO 1863



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore





Viscontea

Torleone

Capodifaro

Delle Peschiere

Castelbarco

MilanoAccademia

Torrescalla

Torriana

Celimontano

Porta Nevia

Rui

Rivalto

Clivia

Pontenavi

## Faculty

---

**Sandro Anfuso**

*Psicologo del lavoro e delle organizzazioni (Università di Padova). Esperto di Formazione, sviluppo e gestione delle risorse umane; Psicoterapeuta ad Orientamento Analitico Transazionale; Psicoterapeuta ad orientamento Analitico Bioenergetico; Esperto in Sessuologia Clinica; Psicoterapeuta EMDR; Psicologo delle Sport e delle Performance.*

*Dopo anni di esperienza nella consulenza manageriale e in azienda nella selezione, formazione e sviluppo delle risorse umane, si occupa di formazione e coaching per le aziende, psicoterapia, sessuologia, counseling per il benessere delle persone, psicologia dello sport. Nel 2020 fonda Sport Mindset Agency, per aiutare gli atleti a raggiungere l'eccellenza e la performance ottimale, curando e valorizzando le proprie risorse personali con un forte orientamento al benessere.*

