



## Consulta dello Sport del 12-3-19

Inizio riunione ore 21,40

Presenti:

Nome	Società	Nome	Società
Vivona Bruno	Presidente	Pirovano Massimo	ACLI Basket
Lue' Tommaso	Vice Presidente	Monaco Francesco	Monaco Francesco
Boiocchi Tiziano	Segretario	Nava Emanuela	Sporting Karate Shotok
Colombo Linda	Sindaco		
Bonomo Domenico	Assessore Sport		
Lombardi Stefano	Lombardi Stefano		
Ferrari Jessica	Blu Tribe		
Frustagli Saverio	Frustagli Saverio		
Ravelli Giovanni	Volley Bareggio		
Covelli Marco	Judo Kodokan		
Carbone Daniele	Judo Kodokan		
Nome	Stato (Avviso/Cancel)	Nome	Stato (Avviso/Cancel)
AC BAREGGIO		VOLLEY BAREGGIO	
ACLI Basket		YOSEIKAN KARATE	
BLU TRIBE		CROSSFIT BAREGGIO	Avviso
JUDO KODOKAN		FRUSTAGLI SAVERIO	
MYVOLLEY		MONACO FRANCESCO	
PLAY2PLAY	Avviso	LOMBARDI STEFANO	
SPORTING KARATE SHOT		GRASSI MASSIMILIANO	
USOB			

Variazioni:

### Ordine del giorno

- 1) Festa dello Sport – relazione del gruppo di lavoro
- 2) Presentazione della Dott.ssa Facchetti Sonia (psicologa e psicoterapeuta) per corso sul tema dell'ANSIA in ambito sportivo
- 3) Presentazione della Dott.ssa Deborah Villani (laurea in Scienze Motorie e Massoterapista) per eventuali collaborazioni con le Associazioni Sportive di Bareggio
- 4) Varie ed eventuali.



## 1° Punto odg – Festa dello Sport – relazione del gruppo di lavoro

Il Presidente informa che questo argomento è stato inserito solo avere un breve aggiornamento sul lavoro del gruppo di lavoro e passa la parola a Boiocchi, il quale illustra alcune delle considerazioni fatte dal gruppo e di alcune proposte. Di seguito la sintesi di alcuni argomenti trattati:

- Data manifestazione – la data è stata spostata alla domenica successiva, 22-9-19, questo per permettere alla società Yoseikan Karate di essere presente. In questa giornata si svolge anche la Festa di San Martino, USOB ha già detto che non ci saranno problemi per la loro presenza, si è valutato inoltre che l'affluenza alla Festa dello Sport non dovrebbe subire un eccessivo calo
- Sfilata – il gruppo ha valutato di non fare la sfilata da piazza Cavour ma di ripetere quanto fatto nella scorsa edizione, cioè trovarsi all'ingresso del parco per poi sfilare fino al centro del parco poi, dopo la presentazione delle società, ognuno prende posto nelle rispettive postazioni. Si pensa di contattare la società sportiva che si occupa di Twirling per capire se disponibile ad aprire la sfilata e fare delle dimostrazioni
- Ora inizio manifestazione – si è valutato di posticipare l'inizio della manifestazione rispetto alle 14,00 della scorsa stagione, sia perché troppo a ridosso dell'ora di pranzo, con la difficoltà di avere gli atleti a disposizione per la sfilata, sia per l'affluenza del pubblico che avviene oltre le ore 15,00
- Pony – è stata contattata la responsabile del Maneggio S. Teresa ed ha confermato che sarà presente
- Medaglie – visto il numero di medaglie rimaste si è deciso di non procedere all'acquisto di altre, inoltre potrebbe essere l'occasione per la prossima stagione di prevedere una nuova veste grafica
- Sagome per foto ricordo – si è deciso di ripetere l'esposizione delle due sagome usate per le foto ricordo, inoltre verrà fatto un sopralluogo per valutare se altre due sagome siano recuperabili
- Check List – per evitare i disservizi della scorsa stagione, è stata fatta una Check List con le attività da fare, i vari responsabili e la data di verifica
- Premiazione atleti – il gruppo propone la premiazione di Cuttitta Marcello, ex campione di Rugby, quale atleta bareggese e De Tullio Cristina ex nuotatrice e partecipante ad attività sociali, come la Dynamo Camp, una associazione ONLUS che offre dei soggiorni a bambini affetti da patologie gravi e croniche

E' stato chiesto alle società presente la loro disponibilità a partecipare alla Festa dello Sport ed hanno dato la loro adesione le seguenti società:

VOLLEY BAREGGIO

MYVOLLEY (aveva già dato la sua disponibilità)

BLU TRIBE

YOSEIKAN KARATE

JUDO KODOKAN

SPORTING KARATE SHOTOKAN

USOB (aveva già dato la sua disponibilità)



Boiocchi invierà una comunicazione alle altre società che hanno partecipato nelle seguenti edizioni per sapere se intendono partecipare o meno, le società contattate saranno le seguenti:

AC BAREGGIO

BOCCIOFILIA

CROSSFIT BAREGGIO

GS BAREGGESE

PLAY2PLAY

SKATING RHO

PRO LOCO

Successivamente si farà la seconda riunione del gruppo di lavoro per definire le ultime cose e successivamente si indirà una riunione della Consulta per consolidare le proposte fatte.

## **2° Punto odg – Presentazione della Dott.ssa Facchetti Sonia (psicologa e psicoterapeuta) per corso sul tema dell'ANSIA in ambito sportivo**

Il Presidente presenta la Dott.ssa Facchetti, Psicologa e Psicoterapeuta, alla quale lascia la parola. La Dott.ssa Facchetti presenta quattro argomenti che potrebbero essere trattati e che sono rivolti ad allenatori e dirigenti, invita poi i presenti a proporre eventuali altri argomenti o richiedere eventuali approfondimenti tra quelli presentati. La proposta prevede di fare due giornate che comprendono due argomenti ciascuna.

1° Giornata

ANSIA – il primo argomento trattato è quello dell'Ansia, il perché ci viene e da dove nasce, capire che può essere positiva o negativa ed imparare a gestirla.

RABBIA – il secondo trattato è quello della Rabbia, anche in questo caso è importante capire da dove nasce e capire che può essere sia costruttiva che distruttiva, fondamentale saperla gestire, soprattutto perché si stanno allenando atleti che possono essere dei bambini.

2° Giornata

AUTOSTIMA – capire quali siano le possibili azioni da intraprendere per incrementarla.

CHE ALLENATORE O DIRIGENTE VOGLIO ESSERE – capire l'importanza di avere obiettivi, non solo sportivi, da condividere con gli atleti.

Si intende impostare entrambi le giornate in modo che il dialogo sia bidirezionale e non solo divulgativo, chiedendo ai partecipanti di portare in evidenza anche delle situazioni che si sono verificate in palestra o sui campi, anche durante eventi sportivi, in modo da poterle discutere insieme, questo permette inoltre di poter capire come affrontare certe situazioni e trovare la strategia più corretta

Il Sindaco Colombo interviene ritenendo interessante gli argomenti trattati in quanto si parla anche dell'importanza dell'educazione, il lavoro di allenatore è anche quello di educare e quindi sapere come gestire certe situazioni è molto importante.

Covelli (Judo) chiede di parlare anche della gestione della Rabbia per allenatori e genitori.

Con le società si è concordato di fare i due incontri nelle seguenti giornate con inizio alle 21,30:

26 marzo

3 aprile

Per gli incontri è necessario che i partecipanti portino carta e penna.

Si allega il CV della Dott.ssa Facchetti utile anche per eventuali contatti.



### **3° Punto odg – Presentazione della Dott.ssa Deborah Villani (laurea in Scienze Motorie e Massoterapista) per eventuali collaborazioni con le Associazioni Sportive di Bareggio**

Il Presidente presenta la Dott.ssa Villani che si occupa di Massoterapia e quindi le lascia la parola. La Dott.ssa Villani si presenta e si propone come figura di riferimento per approfondire alcune problematiche che si incontrano spesso nelle palestre, facendo per esempio delle verifiche posturali agli atleti per capire se ci sono problemi che possono essere recuperati, se affrontati per tempo. Alcune volte problematiche relative al mancato risultato agonistico o anche solo all'efficienza in un gesto tecnico, sono dovute proprio a problemi di natura fisica o posturale causati magari da traumi accaduti in passato o da adattamenti del corpo. Il suo compito è quello di identificare tali problemi e di indirizzare l'atleta verso lo specialista più appropriato, che potrà essere un Podologo, altra figura specialistica o lei stessa (che, essendo laureata in scienze motorie, potrebbe dare consigli su esercizi di mantenimento posturale oppure, attuare, se necessario, trattamenti in caso di patologie in corso, quali: distorsioni, tendiniti, retrazioni muscolari, cervicaglie, lombalgie...). Si porta come esempio il ginocchio valgo piuttosto che dolori di schiena che nascono da problemi posturali o picchi di crescita, altre volte la presenza di piedi piatti, tutti fattori che comportano problemi che riducono la prestazione sportiva e possono inficiare su un corretto stile di vita dell'atleta. Tale proposta, con metodiche identificative differenti e con un fine, non più preventivo ma di mantenimento, è riferita anche agli adulti iscritti nelle associazioni interessate.

Si allega il CV della Dott.ssa Villani utile anche per eventuali contatti

### **4° Punto odg – Varie ed eventuali**

Il Sindaco Colombo si è mostrata felice del fatto che De Tullio Cristina venga proposta per essere premiata alla Festa dello Sport, ricorda che l'Amministrazione ha sostenuto De Tullio nella partecipazione alle Special Olympics di Abu Dhabi che si svolgono dal 14 al 21 marzo, si tratta di una manifestazione sportiva riconosciuta sia dal CONI che dal Comitato Olimpico Internazionale, alla quale partecipano atleti di differenti specialità sportive con disabilità intellettiva. La sig.ra De Tullio ha chiesto se possono partecipare ad una Consulta per mostrare in che cosa corrisponde la loro attività sportiva, si pensa inoltre di fare una giornata a maggio o giugno per fare delle dimostrazioni. Il Sindaco Colombo propone che possano partecipare alla Festa dello Sport con una o due attività sportive.

La riunione viene considerata chiusa alle ore 22.30.

Segretario  
Boiocchi Tiziano

Presidente  
Vivona Bruno

FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE



**INFORMAZIONI PERSONALI**

Nome	<b>FACCHETTI SONIA</b>
Indirizzo	<b>VIA OLONA 40, 20017 RHO (MI)</b>
Telefono	<b>3201839010</b>
E-mail	<b>soniafacchetti@hotmail.it</b>
Nazionalità	italiana
Data di nascita	13/09/1989

**ESPERIENZA LAVORATIVA**

- Gennaio 2019- oggi
  - Mansioni

*Collaborazione come psicologa/psicoterapeuta* presso il centro “Dire, fare e pensare” con sede a Milano.

  - Trattamento di disturbi e problematiche psicologiche con l’approccio di psicoterapia breve integrata, per bambini, adolescenti e adulti
  
- Giugno 2017- oggi
  - Mansioni

*Attività privata come psicologa/psicoterapeuta* presso l’ambulatorio comunale di Inveruno e presso studio privato a Corbetta.

  - Trattamento di disturbi e problematiche psicologiche con l’approccio di psicoterapia breve integrata, per bambini, adolescenti e adulti
  
- Gennaio 2018- oggi
  - Mansioni

*Attività privata come psicologa* in collaborazione con l’Equipe Mutamenti.

  - Programmazione e svolgimento di progetti per lo sviluppo della competenza emotiva e per la prevenzione del disagio psicologico presso le scuole primarie di Rosate e Bubbiano (MI)
  
- 15.03.2015- 30.12.2018
  - Mansioni

Attività di tirocinio per la scuola di specialità in psicoterapia presso il Servizio di *Neuropsichiatria Infantile e dell’Adolescenza* dell’ASST Ovest Milano, nella sede di Abbiategrasso.

  - percorsi di psicoterapia con l’utilizzo di tecniche psicodinamiche e cognitivo-comportamentali
  - percorsi di sostegno psicologico
  - colloqui psico-educativi con genitori
  - valutazioni psicodiagnostiche per vari disturbi (disturbi d’ansia, dell’umore, del comportamento e disturbi specifici dell’apprendimento).
  
- settembre 2018- oggi
  - Mansioni

Facilitatrice all’interno di *un gruppo di mutuo-aiuto* indirizzato a caregiver di familiari anziani o malati presso il Comune di Inveruno.

  - Organizzazione del progetto, pubblicizzazione e formazione del gruppo
  - Ruolo di facilitatrice nel gruppo
  
- Giugno 2016/2017/2018
  - Mansioni

Educatrice presso campo scuola di *adolescenti affetti da diabete di tipo 1*.

  - Affiancamento alle varie attività con attenzione a eventuali difficoltà emotive e di integrazione dei ragazzi
  - Organizzazione di momenti ludici e sorveglianza notturna
  
- Settembre 2015 – giugno 2016
  - Mansioni

*Educatrice scolastica* per la Cooperativa Sociale Sofia presso i comuni di Mesero, Santo Stefano Ticino e Casorezzo (MI).

- Mansioni
  - Facilitazione alle relazioni interpersonali e all'inclusione nel gruppo classe
  - Supporto alla didattica con strumenti compensativi adatti al minore
  - Educazione alle regole
  - Sviluppo di autonomie personali
  
- 2014 - 2017
 

Educatrice per la cooperativa sociale Pianeta Azzurro presso il *centro estivo* di Cornaredo (MI) e di Sedriano (MI) e animatrice sportiva per la società SOI presso il centro estivo di Inveruno (MI).

  - Mansioni
    - Supporto alla disabilità
    - Organizzazione di momenti ludici ed educativi
    - Organizzazione di attività sportive
    - Sorveglianza dei minori
  
- 26.01.2015 – 06.06.2015
  - Mansioni
 

*Educatrice scolastica e domiciliare* per la cooperativa sociale Solidarietà e Servizi.

    - Supporto alla didattica tramite l'utilizzo di strumenti compensativi per deficit sensoriale
    - introduzione all'utilizzo del computer e alla dattilografia
    - facilitazione alle relazioni interpersonali
    - supporto alla gestione del minore in ambito familiare
  
- 15.04.2014 – 15.10.2014
  - Mansioni
 

Attività di tirocinio post-lauream presso Consorzio SIR nell'ambito del *servizio di Neuropsichiatria Infantile e dell'Adolescenza*.

    - affiancamento al tutor in percorsi di riabilitazione di disturbi specifici dell'apprendimento e di valutazione psicodiagnostica
    - apprendimento dell'utilizzo di test proiettivi
  
- 11.09.2012 - 14.04.2014
  - Mansioni
 

Attività di tirocinio pre-lauream e post-lauream presso il *Servizio di Neuropsichiatria Infantile e dell'Adolescenza* dell'ASST Ovest Milano, nella sede di Abbiategrasso.

    - colloqui di raccolta anamnestica con i genitori
    - somministrazione di test intellettivi per la valutazione della letto-scrittura e dell'abilità del calcolo
    - utilizzo di test proiettivi e grafici
    - affiancamento al tutor in colloqui di sostegno psicologico e gruppi operativi
  
- 2008-2016
  - Mansioni
 

*Allenatrice di pallavolo* fascia d'età 6-13 anni, con qualifica FIPAV di Allievo Allenatore 1° livello giovanile.

    - Educazione al rispetto delle norme e gestione delle dinamiche di gruppo
    - Sviluppo delle abilità motorie necessarie alla pratica sportiva

## ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- 23.01.2019
 

Diploma di specializzazione in psicoterapia breve integrata (psicoanalitica e cognitivo-comportamentale) ISeRDIP.
  
- 03.12.2017
 

Abilitazione di I livello all'utilizzo della tecnica EMDR.
  
- 12.03.2015
 

Iscrizione all'Albo dell'Ordine degli Psicologi della Lombardia.
  
- 14.12.2014
 

Corso di alta formazione "Diagnosi dei disturbi specifici dell'apprendimento" per un totale di 50 ore.
  
- 25.10.2013
 

Laurea Magistrale in "Psicologia Clinica, dello Sviluppo e Neuropsicologia" presso l'Università Milano – Bicocca.  
Tesi: Lettura e Scrittura nello Sviluppo Tipico e Atipico

Votazione: 110 e lode

- 27.10.2011 Laurea Triennale in “Scienze e Tecniche Psicologiche” presso l’Università Milano – Bicocca.  
Tesi: L’Età del Volto in un Compito di Ricerca Visiva  
Votazione: 110 e lode
- 2008 Diploma di maturità scientifica presso il Liceo D. Bramante di Magenta con  
Votazione: 98/100.

## **CAPACITÀ E COMPETENZE**

### **PERSONALI**

MADRELINGUA

**ITALIANA**

ALTRE LINGUE

**INGLESE**

- Capacità di lettura
- Capacità di scrittura
- Capacità di espressione orale

BUONA

BUONA

BUONA

CAPACITÀ E COMPETENZE  
RELAZIONALI

Capacità relazionali, flessibilità, propensione per il lavoro in equipe.  
Predisposizione per il lavoro con bambini e adolescenti.

CAPACITÀ E COMPETENZE  
ORGANIZZATIVE

Capacità di pianificazione e organizzazione del lavoro.

CAPACITÀ E COMPETENZE  
TECNICHE

- Competenze psicodiagnostiche e terapeutiche
- Adozione di un approccio integrato, con tecniche derivanti dall’approccio psicodinamico e cognitivo-comportamentale
- Capacità di somministrazione e interpretazione di test:
  - per la valutazione del livello intellettuale (WISC III e IV)
  - per la valutazione delle abilità di letto-scrittura e calcolo
  - grafici e proiettivi (Rorschach, Blacky Pictures test, Thematic Apperception Test)
- Utilizzo della tecnica EMDR per il trattamento dei traumi psicologici

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE

Capacità nell’utilizzo del computer, in particolare del sistema operativo Windows e del pacchetto Office.

PATENTE

Patente B

In riferimento all’art. 15 del d.lgs. n.33 del 14 marzo 2013 autorizzo espressamente al trattamento e alla pubblicazione sul sito web della Fondazione dei miei dati personali e professionali riportati nel curriculum vitae.  
Ai sensi e per gli effetti delle disposizioni di cui al DPR 445/2000, si dichiara che le informazioni contenute nel presente curriculum corrispondono al vero.

**FORMATO EUROPEO  
PER IL CURRICULUM  
VITAE**



## **Informazioni personali**

- Nome VILLANI DEBORAH
- Indirizzo Via Melegnano 27, Settimo Milanese, 20019 Milano
- Telefono 3341147200
- E-mail Villani\_deborah@libero.it
- Sito web [www.deborahvillani.com](http://www.deborahvillani.com)
- Nazionalità Italiana
- Data di nascita 17/05/1994

## **Esperienza lavorativa**

**Gennaio 2019: Pubblicazione articolo: “Avrei bisogno di un bel massaggio! Ma cos’è in realtà un “massaggio”? In cosa consiste?” su rivista scientifica “salute e benessere”**

**Gennaio 2018- Oggi: Massoterapista presso Area Medica 22**

- Gestione dell'area massoterapica all'interno del centro.
- Valutazione della problematica del paziente e scelta del percorso terapeutico più adatto con possibile confronto con altri specialisti quali: ortopedico, cardiologo, podologo, fisiatra.
- Trattamenti massoterapici terapeutici, decontratturanti, linfodrenanti.
- Utilizzo di macchinari quali la tecarterapia e la cryothermoshock

**2009- Oggi: Aspirante allenatore di karate e insegnante di allenamento funzionale/ginnastica dolce presso A.s.d**

- Gestione ed educazione sportiva di bambini e adulti.
- Lavoro sui bambini improntato maggiormente sulla psicomotricità e schemi motori di base.
- Insegnamento della parte tecnica della disciplina del karate per ragazzi e adulti.
- Preparazione di schede di lavoro personalizzate (neofiti/principianti)

**Gennaio 2017- gennaio 2018: Massoterapista presso Studio terapia e postura Corsico**

- Trattamenti massoterapici: terapeutici, sportivi pre e post gara, linfodrenanti, utilizzo di tecarterapia

### **2016-2017: insegnante tecnico karate presso Fijlkam – Progetto Virgin**

- Gestione, programmazione ed educazione motoria di bambini d'età compresa tra i 5 e 10 anni

### **2015-2016: Insegnante educazione fisica scuola primaria Settimo Milanese – Riccardi Accademy a.s.d**

- Gestione, programmazione ed educazione motoria bambini della scuola primaria. Insegnamento schemi motori di base, capacità coordinative e condizionali (psicomotricità) e dei concetti e tecniche base dell'atletica, pallavolo e pallacanestro.

### **Giugno- agosto 2014: Impiegato part-time 5° livello presso Pull & Bear Srl – Milano**

- Addetta alle operazioni ausiliarie alla vendita con mansioni accessorie di magazzino

## **Istruzione e formazione**

- 2008 – 2013 Liceo scientifico “G.Marconi” Milano
- Immatricolata in data 21/09/2013 presso l’Università degli Studi di Milano nella Facoltà di Scienze motorie, sport e salute. Sostenuto in data 20/07/2016 l’esame di laurea con voto 110/110. Nome relatore: Dott. Eliana Roveda; Titolo Tesi: “Il ruolo dell’attività fisica nella terapia integrativa del carcinoma mammario”
- 2017 MCB (speciale scienze motorie) presso la scuola Synapsi di Busto Arsizio
- Da Novembre 2017 a oggi: percorso di studio di Osteopatia presso Accademia osteopatia Busto Arsizio

## **Qualifiche professionali:**

- Corso di specializzazione “Taping” presso Centro Studi Synapsy (30/04/2017)
- Qualifica di Tecnico base del Metodo Raggi con Pancafit ( 31/01/2016)
- Istruttore di Fitness musicale presso la Scuola di Fitness delle Scienze Motorie (SFSM); (giugno 2016)
- Aspirante allenatore karate (Fijlkam)
- Sostenuto e completato con successo corso di rianimazione cardiopolmonare (CPR) e sull’uso del defibrillatore esterno automatizzato (DAE)

## **Qualifiche sportive:**

- Attestato corso di autodifesa
- Attestato cintura nera 2° dan karate

## **Capacità e competenze professionali**

- Capacità ed esperienze nel campo della programmazione ed esecuzione di schede di crescita motoria, apprendimento e allenamento di soggetti di diverse età e caratteristiche con utilizzo, non prettamente necessario, di attrezzatura sportiva. Esperienza di attività sportiva con soggetti anziani (over 70): “ginnastica dolce”.

- Capacità di discriminare problematiche di tipo muscolare, scheletrico, tendineo e di intervenire, se possibile, attraverso manualità massoterapiche, tecniche articolatorie, ginnastica posturale o di mantenimento e, se necessario, con macchinari strumentali quali la tecarterapia e cryoterapia.
- Effettuo trattamenti massoterapici su prescrizione medica e massaggi sportivi (pregara-post gara), linfo-drenanti, rilassanti e decontratturanti.
- Propensa a lavorare in team, facendo sport a livello agonistico sono molto aperta al colloquio e allo scambio di idee con il fine di migliorare l'ambiente lavorativo e per il raggiungimento degli scopi e obiettivi prefissati.

MADRE LINGUA: italiano

ALTRA LINGUA : inglese (livello: buono)

### **RISULTATI NAZIONALI E INTERNAZIONALI CONSEGUITI**

Pratico karate dall'età di 5 anni e ho intrapreso l'attività agonistica nell'anno 2010. Durante questi anni ho partecipato a molte competizioni conseguendo, tra i più importanti, i seguenti risultati:

- Campionato regionale JUNIOR FIJLKAM 2011 - 3° classificata
- XIII Karate Italian Open 2012, 3° classificata
- Campionato Nazionale LIBERTAS JUNIOR 2012, 1° classificata
- Austrian ChampionsCup 2013 - Hard 2013, 2° classificata
- Campionato Italiano FIJLKAM Assoluto - Lido di Ostia (RM) 2013 , 7° classificata
- Campionato regionale FIJLKAM JUNIOR 2013 - 1° classificata
- Italian Open – Biella 2014, 2° classificata
- Campionato Nazionale Universitario – 2014, 3° classificata.
- Austrian Championscup 2015 - hard (AT), 3° classificata
- 16th Open d'Italia 2015, Sesto San Giovanni (MI), 1° classificata.
- Turin Cup 2015, Torino, 1° classificata.
- Coppa Italia CSEN 2015, Montecatini Terme (PT), 1° classificata.
- Lions Cup 2015 - Lustenau (AUS), 1° classificata.
- Venice Cup 2015- Caorle, 2° classificata
- Open d'Italia 2016- Riccione, 3° classificata

PATENTE: categoria B