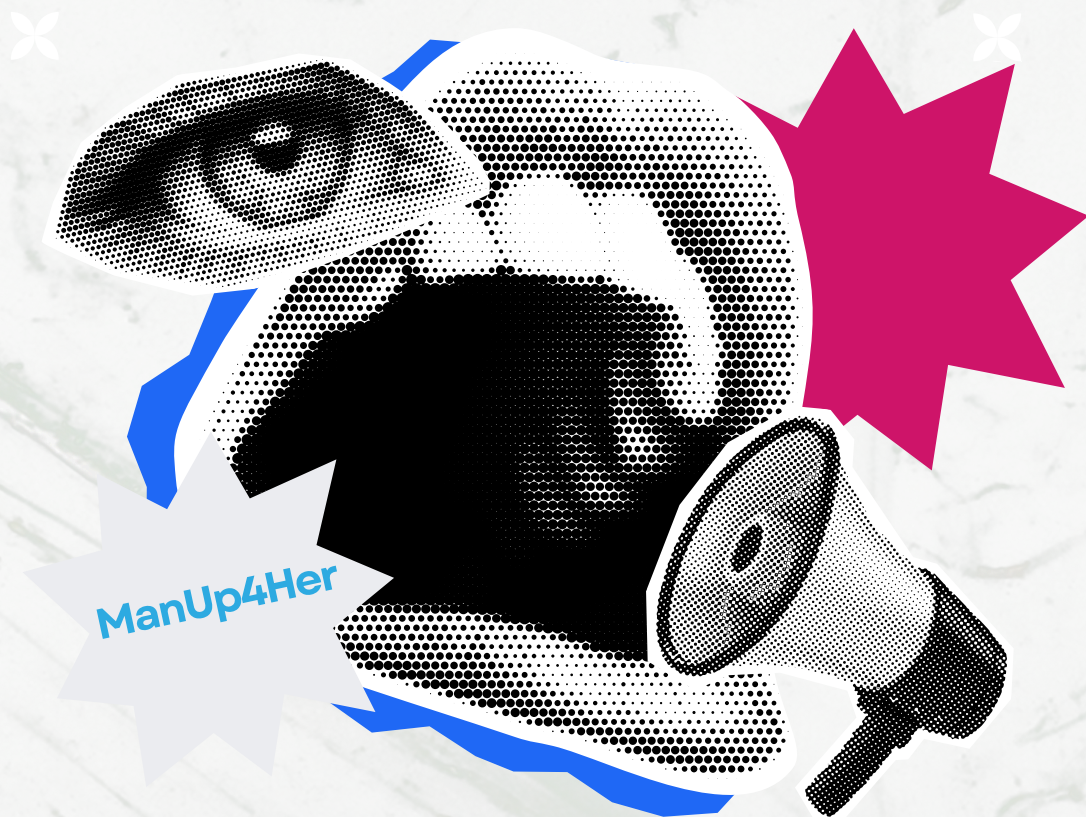


GUIDA ONLINE PER AMBASCIATORI



**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.

Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716

INDICE

1

Introduzione

Introduzione	3
ManUp4Her Visione	4

2

Il Ruolo degli Ambasciatori Uomini

Perché diventare Ambasciatore	6
Responsabilità	6
Competenze	8
Influenza tra Pari	9
Suggerimenti per Motivare i Pari	10

3

Comprendere la Violenza di Genere

Quadro Teorico	12
Tipi di Violenza di Genere	13

4

Riconoscere e Prevenire la Violenza di Genere

Riconoscere la Violenza di Genere	15
Prevenire la Violenza di Genere	16

5

Come Essere un Moltiplicatore

Come Essere un Moltiplicatore	19
Perché la Tua Voce è Importante	20
Strumenti e Risorse Consigliate	22
Fraasi che ispirano	23

6

Auto-riflessione

	26
--	----

7

Risorse e Approfondimenti

	28
--	----

Introduzione

Questo manuale fa parte del progetto ManUp4Her - Promuovere la Partecipazione degli Uomini nella Lotta contro la Violenza di Genere (GBV).

Sebbene questo progetto affronti una forma specifica di violenza, riconosciamo che la violenza di genere esiste lungo uno spettro ampio e complesso – influenzato dal genere, dal potere e dalle norme sociali. È fondamentale riconoscere che gli uomini non sono solo parte del problema, ma anche una componente essenziale della soluzione.

Questo manuale è pensato per gli uomini che desiderano impegnarsi in modo significativo nella prevenzione della violenza di genere.

Come **Ambasciatore Uomo**, la tua voce conta. Puoi contribuire a costruire comunità più sicure.

Il manuale illustra le principali responsabilità di un Ambasciatore Uomo, approfondisce le competenze fondamentali per essere un alleato efficace e offre strategie per una comunicazione tra pari. Troverai inoltre una panoramica chiara su cos'è la violenza di genere, come riconoscerla e contribuire alla sua prevenzione.



“

Tutti hanno il diritto umano di vivere in sicurezza e liberi dalla violenza e dagli abusi. La società deve riconoscere e difendere questo diritto.

– @ Women's Aid

Source (Einnovate, 2023)

”

ManUp4Her Visione

Il progetto **ManUp4Her** immagina un futuro in cui gli uomini partecipano attivamente e consapevolmente all'eliminazione della violenza di genere (GBV). Fondato sulla convinzione che l'uguaglianza di genere sia una responsabilità collettiva, questa iniziativa Erasmus+ invita gli uomini a diventare alleati, promotori di empatia, rispetto e giustizia sociale.

Al centro della sua missione, **ManUp4Her** si propone di:

- Rafforzare le competenze sociali ed emotive degli uomini, in particolare l'empatia e la capacità di riconoscere e rispondere alla violenza di genere nei contesti quotidiani.
- Promuovere la comprensione della diversità di genere e contrastare gli stereotipi nocivi perpetuati dalle norme patriarcali.
- Favorire l'impegno civico e la coesione sociale, incoraggiando gli uomini a farsi avanti, prendere la parola e agire come agenti di cambiamento nelle loro comunità.
- Creare strumenti educativi innovativi e inclusivi, tra cui eBook, podcast, video, vlog e laboratori, pensati appositamente per un pubblico maschile adulto.
- Ispirare una rete di **Ambasciatori Uomini** che diffonderanno il messaggio di uguaglianza e non violenza anche oltre la durata del progetto.

La visione di **ManUp4Her** non è semplicemente quella di informare gli uomini sulle realtà della violenza di genere, ma di fornire loro conoscenze, strumenti e motivazione per diventare alleati autentici e sostenitori della sicurezza e della dignità delle donne. Coinvolgendo direttamente e in modo costruttivo gli uomini, il progetto aspira a costruire società più sicure ed eque in tutta Europa.

IL RUOLO DEGLI AMBASCIATORI UOMINI



ManUp4Her



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.

Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716

Perché diventare Ambasciatore?

Gli **Ambasciatori Uomini** sono uomini che riconoscono che tutti noi abbiamo un ruolo, diretto o indiretto, nel cambiare un sistema e degli atteggiamenti che permettono alla Violenza di Genere di persistere. Hanno scelto di diventare parte della soluzione. Assumere questo ruolo significa impegnarsi a mettere in discussione le norme di genere dannose, diventare agenti attivi del cambiamento e sostenere l'uguaglianza di genere.

Difendono i diritti delle donne, che esse siano presenti o meno nella stanza. Non sono "salvatori", ma alleati che camminano al fianco delle donne nella lotta per la parità di genere. Il loro ruolo è quello di sostenere, non oscurare, di dare voce, non dominare.

Attraverso la conoscenza e l'azione, contribuiscono a creare comunità più rispettose e inclusive.

Responsabilità

Essere un Ambasciatore Uomo non è un titolo simbolico, ma un impegno concreto contro la Violenza di Genere e le disuguaglianze di genere. Significa esserci, prendere la parola e agire attivamente per porre fine alla violenza e all'ineguaglianza di genere.

È una scelta di responsabilità, di presenza e di coraggio.



- **Impara:** L'educazione è la chiave per un cambiamento significativo. Raggiungere l'uguaglianza di genere inizia dalla comprensione delle realtà vissute dalle donne — ascoltando le loro voci, imparando a riconoscere le disuguaglianze e disimparando i pregiudizi dannosi. Se possiedi un privilegio, usalo per promuovere l'uguaglianza e dare il buon esempio.
- **Prendi la parola:** Contesta battute sessiste, linguaggio discriminatorio e comportamenti dannosi nei contesti personali, professionali e pubblici. Il silenzio permette che il danno continui; parlare lo interrompe.
- **Supporta le donne che hanno vissuto violenza e discriminazione:** Se qualcuno si confida con te, ascolta con empatia e riconosci il valore della sua esperienza. Evita di cercare di "risolvere" la situazione. Piuttosto, offri supporto indirizzandola verso aiuti professionali o risorse adeguate.
- **Rifletti e cresci:** Esamina le tue azioni quotidiane, assicurandoti che non rafforzino pratiche dannose. Sii aperto al feedback e consideralo uno strumento di crescita, non una critica.
- **Sii un modello di atteggiamenti positivi di genere,** ridefinendo la forza come empatia, responsabilità e vulnerabilità.

Competenze

Diventare un alleato efficace nella lotta contro la violenza di genere richiede più delle sole buone intenzioni.

Alcune competenze possono essere imparate, messe in pratica e rafforzate nel tempo.



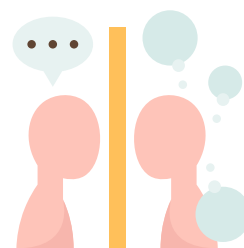
Ascolto Attivo

Ascolta senza interrompere, sminuire o offrire soluzioni non richieste.

Concentrati sulla comprensione, non sulla risoluzione.

Consapevolezza di Sé

Sii disposto a esaminare le tue convinzioni, parole e azioni, e a riflettere su come possano influenzare le altre persone.



Intelligenza Emotiva

Riconosci e gestisci le tue emozioni, rispondendo agli altri con empatia, attenzione e rispetto.

Comunicazione

Parla con rispetto, riconoscendo quando è il momento di farti avanti o di fare un passo indietro, lasciando più spazio agli altri.



Responsabilità

Assumiti la responsabilità delle tue azioni e parole, imparando dai tuoi errori e dal feedback ricevuto.

Influenza tra pari

L'influenza tra pari è uno degli strumenti più potenti che gli uomini hanno a disposizione per contribuire all'eradicazione e alla prevenzione della violenza di genere (GBV).

Soprattutto negli spazi a prevalenza maschile, possono emergere norme e stereotipi dannosi.

Questa è la tua occasione per affrontare quelle idee e metterle in discussione.

✿ **Sfrutta la tua influenza:** Le voci degli uomini, spesso, vengono prese più sul serio da altri uomini. Usa questa influenza per avviare conversazioni e mettere in discussione comportamenti dannosi quando li vedi.

✿ **Rompi il silenzio:** Non aspettare il “momento perfetto”. Rendi normale parlare di genere e di violenza di genere nelle situazioni quotidiane.

✿ **Amplifica le voci delle donne:** Crea spazio affinché le donne possano parlare ed essere ascoltate, soprattutto in contesti dominati dagli uomini.

✿ **Responsabilizzati:** Quando senti o assisti a un comportamento dannoso, intervieni con rispetto. Concentrati sulla crescita, non sulla vergogna.



Ad esempio, richiamare una battuta sessista con un tranquillo: “Dai, siamo meglio di così”, può cambiare completamente l’atmosfera.

Quando gli uomini mostrano che è giusto mettere in discussione i comportamenti dannosi, creano spazio affinché anche gli altri si sentano liberi di farlo.

Gli Ambasciatori Uomini non si limitano a parlare: rendono più facile per tutti gli altri fare lo stesso.



Suggerimenti per Motivare i Pari

► **Dai il buon esempio**

Mostra, attraverso le tue azioni quotidiane, cosa significano il rispetto e l’uguaglianza. Le persone imparano da ciò che fai, non solo da ciò che dici.

Make it easy.

Not everyone has the same interests and awareness. Use simple language and ask questions to help others opening up and sharing their opinions.

► **Make it personal.**

Share your experience. Bring examples that are relatable. People tend to care more when they see why it matters.

Normalise mistakes.

Everyone makes mistakes—what matters is the willingness to learn, grow, and do better. Mistakes are part of the process, not a sign of weakness or guilt, but a step toward change

COMPRENDERE LA VIOLENZA DI GENERE



**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.
Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716

Quadro Teorico

Cos'è la Violenza di Genere (VdG)

La Violenza di Genere (VdG) si riferisce ad atti dannosi diretti contro una persona in base al suo genere. Essa nasce da relazioni di potere diseguali e da norme sociali, ruoli e aspettative profondamente radicati riguardo alla mascolinità e alla femminilità.

La VdG può colpire persone di tutti i generi, ma ha un impatto sproporzionato su donne e ragazze in tutto il mondo.

Secondo l'Alto Commissariato delle Nazioni Unite per i Rifugiati (UNHCR), la violenza di genere comprende "qualsiasi atto dannoso perpetrato contro la volontà di una persona e basato su differenze di genere socialmente attribuite (cioè tra maschi e femmine)."

Questo include danni fisici, sessuali, psicologici ed economici (2003).

Statistiche

- Secondo i dati di Eurostat del 2017, oltre **il 90%** delle persone che hanno subito reati di violenza sessuale erano donne, mentre **il 99%** delle persone che hanno commesso questi reati erano uomini.
- La violenza nelle relazioni intime — sia essa fisica, sessuale o aggressione sessuale da parte di non partner — colpisce circa **il 30%** delle donne a livello globale.



Tipi di Violenza di Genere

1. Violenza Fisica

Comporta danni al corpo o minacce di danno fisico.

2. Violenza Sessuale

Qualsiasi atto sessuale compiuto senza consenso.

3. Violenza Psicologica/Emotiva

Mira a degradare o controllare l'autostima e il benessere mentale di una persona.

4. Violenza Economica/Finanziaria

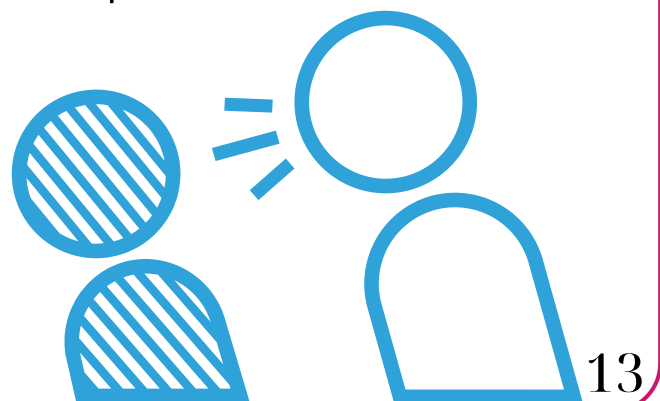
Consiste nel controllo dell'accesso di una persona alle risorse finanziarie o al lavoro.

5. Violenza Digitale/Online

Forma più recente e in crescita di violenza che si manifesta negli spazi digitali.

6. Violenza Istituzionale/Sociale

Avviene attraverso leggi, politiche o pratiche che discriminano in base al genere.



RICONOSCERE E PREVENIRE LA VIOLENZA DI GENERE

ManUp4Her

#STOPVIOLENCE



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.
Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716

Riconoscere la Violenza di Genere

Riconoscere la Violenza di Genere (VdG) è il punto di partenza fondamentale.

I segnali devono essere esaminati con attenzione e ogni dettaglio nei cambiamenti – ad esempio, la comparsa improvvisa di comportamenti controllanti – va notato.

I campanelli d'allarme sono ovunque, ma diventano visibili solo quando qualcuno presta attenzione e non chiude gli occhi.

È proprio questo l'approccio che permette di spezzare ogni forma di violenza di genere.

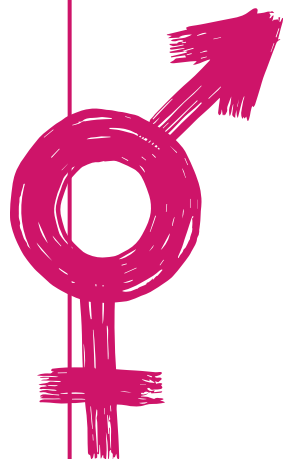
Affrontare le diverse forme di violenza di genere è una parte fondamentale del processo di riconoscimento.

La violenza fisica e qualsiasi atto sessuale non consensuale sono manifestazioni chiaramente dannose.

Allo stesso modo, la violenza emotiva, come il gaslighting e la manipolazione, così come la violenza economica, rientrano pienamente in queste dinamiche.

Anche la violenza online o digitale è in crescita: comprende minacce via internet, condivisione di dati o immagini personali senza consenso, così come il cyberstalking. Tutte queste forme devono essere riconosciute e affrontate con la stessa serietà per poter contrastare efficacemente la violenza di genere.

Anche un comportamento minimizzato o normalizzato può rappresentare violenza, indipendentemente da dove avvenga o tra chi. Gli uomini hanno un ruolo fondamentale nel rilevare tempestivamente i segnali e gli episodi di violenza, non solo per respingerla, ma anche per intervenire in modo efficace e di supporto.



Prevenire la Violenza di Genere



Prevenire la Violenza di Genere

significa anticipare i problemi e intervenire con decisione. La tolleranza zero verso ogni forma di violenza di genere, che avvenga sul posto di lavoro, in famiglia o in pubblico, è un principio fondamentale. L'educazione alla consapevolezza e al rispetto deve coinvolgere sia uomini che donne, indipendentemente dal loro ruolo nei casi di violenza.

Serve un impegno sistematico, continuo e olistico, che parta a livello nazionale e arrivi fino alla sfera individuale.

Contribuire alla lotta contro la violenza significa prendere parola e non lasciare che commenti o battute sessiste passino senza essere contestati.

Un uomo può davvero assumere il ruolo di ambasciatore, e non quello di semplice spettatore.



Nella serie di vlog "Lui ha detto. Lei ha detto", il nostro principale pubblico di riferimento sono gli uomini, che possono aiutare a trasformare gli spettatori passivi in alleati attivi. Possono essere educati a moderare la mascolinità tossica e le norme culturali che permettono la violenza. Incoraggiare la partecipazione attiva degli uomini, dalla famiglia al luogo di lavoro, è la pietra angolare del nostro obiettivo. Riusciamo a prevenire ogni comportamento violento prima che accada.

Essere un Ambasciatore Uomo: cosa possiamo/puoi fare?

- Sii un ascoltatore attivo, senza interrompere o giudicare
- Credi nella storia che ci raccontano/ti raccontano
- Cerca di supportare senza prendere parte
- Condividi e valorizza l'opinione degli altri, come loro valorizzano la nostra/la tua
- Formati continuamente
- Chiedi aiuto
- Rompi il silenzio
- Usa il potere della nostra/tua voce

Le 4 D e l'1 R:

- **Diretto** ("Non va bene, e questo mi fa male!")
- **Distrarre** ("Penso di dover controllare il telefono un attimo!")
- **Delegare** ("Scusi, responsabile, possiamo parlare un momento?")
- **Documentare** ("Ho registrato tutto con il mio dispositivo video.")
- **Ritardare** ("Ho visto cosa è successo prima, e non è stato giusto.")



Immagina di sentire un amico fare un commento denigratorio sulle donne.

Immagina di vedere un post sui social media in cui una donna che conosci è bersaglio di commenti aggressivi e misogini da parte di diversi utenti maschi.

Come applicare le 4 D e l'1 R?

Chiediti: Come posso difenderla?

COME ESSERE UN MOLTIPLICATORE



ManUp4Her



Cofinanziato
dall'Unione europea

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.
Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716

Come Essere un Moltiplicatore

Essere un Ambasciatore Uomo significa:

- Ascoltare senza interrompere
- Contestare con rispetto i commenti sessisti
- Condividere i meriti e amplificare le voci delle donne
- Imparare e crescere continuamente
- Stare al fianco delle donne



Non significa:

- Parlare al posto delle donne o sovrastarle
- Restare in silenzio di fronte alle ingiustizie
- Dominare uno spazio o una conversazione
- Comportarsi da esperto o da salvatore
- Cercare di guidare un movimento

Diventare un moltiplicatore non significa essere la voce più forte nella stanza. Significa usare la propria voce e la propria influenza per mettere in discussione le norme dannose, sostenere chi subisce ingiustizie e incoraggiare gli altri a fare lo stesso. Scegliendo di essere un moltiplicatore, contribuisce a costruire una comunità in cui ogni persona si senta valorizzata e al sicuro. Il tuo impegno ispira il cambiamento — non solo per oggi, ma anche per le generazioni future.

Perché la tua voce conta

La violenza è di genere – così deve essere anche la risposta.

La stragrande maggioranza della violenza di genere è commessa da uomini (Consiglio d'Europa, 2022).

Le statistiche evidenziano la natura di genere di questa violenza e sottolineano l'urgenza di coinvolgere gli uomini non solo come spettatori o osservatori, ma come attori chiave nelle attività di prevenzione e intervento.

La violenza di genere si manifesta in molte forme, e molte di queste passano inosservate.

Comportamenti più sottili (ad esempio, interrompere una donna mentre parla; toni condiscendenti o supposizioni sulle capacità legate ai ruoli di genere, ecc.) favoriscono la violenza.

Le microaggressioni sono spesso brevi, involontarie e, per loro natura, difficili da individuare. Sebbene possano sembrare insignificanti prese singolarmente, si accumulano nel tempo creando una cultura in cui ineguaglianza e mancanza di rispetto prosperano (Sue, 2010).

La maggior parte della violenza non viene denunciata.

Molte donne che subiscono violenza non si fanno avanti, spesso perché temono di non essere credute, non hanno un solido sistema di supporto o temono ritorsioni.

Come alleati, il nostro ruolo è stare al loro fianco, rispettando le loro scelte senza giudizio e offrendo supporto ogni volta che è necessario.

Perché la tua voce conta

Gli uomini sono più propensi a essere ascoltati da altri uomini.

La ricerca dimostra che gli uomini sono spesso più ricettivi ai messaggi sull'uguaglianza di genere quando provengono dai loro pari maschi (Berkowitz, 2004).

Questo significa che gli uomini hanno l'opportunità e la responsabilità di usare la propria influenza.

Gli alleati uomini possono aprire le porte a conversazioni sincere in ambienti dominati dagli uomini, che altrimenti potrebbero resistere a questi messaggi, amplificando così le voci delle donne.

Il silenzio alimenta il problema.

Rimanere in silenzio di fronte a battute sessiste, molestie o abusi permette a questi comportamenti di continuare. Anche il silenzio involontario trasmette il messaggio che il danno è accettabile.

Prendere parola — soprattutto in contesti esclusivamente maschili — può risultare scomodo, ma è un modo potente per sfidare norme dannose e dimostrare che il mancato rispetto non ha posto nella tua comunità

L'uguaglianza di genere beneficia tutti.

La violenza di genere nasce da norme dannose che influenzano anche gli uomini — limitando l'espressione emotiva e rafforzando la pressione a conformarsi a ruoli rigidi.

Mettere in discussione queste norme crea comunità più sane e più eque. Anche gli uomini ne traggono vantaggio: miglior salute mentale, relazioni più solide e maggiore libertà di essere se stessi.

L'uguaglianza aiuta tutti a prosperare.

Strumenti e Risorse Consigliati

L'uguaglianza di genere e la lotta alla violenza di genere (GBV) restano sfide urgenti che influenzano il benessere di tutti.

In risposta, molte organizzazioni offrono risorse affidabili per aumentare la consapevolezza, educare e supportare l'azione. Ecco alcune che puoi esplorare, condividere e utilizzare per approfondire la tua comprensione e il tuo impatto:

- HeforShe

HeForShe è il movimento di solidarietà di UN Women per l'uguaglianza di genere, che invita gli uomini a prendere un ruolo attivo nella lotta contro la discriminazione e la violenza.

- MenEngage

MenEngage è un'alleanza globale di ONG e agenzie ONU che mira a coinvolgere ragazzi e uomini per raggiungere l'uguaglianza di genere, comprendendo oltre 400 ONG provenienti dall'Africa Subsahariana, America Latina e Caraibi, Nord America, Asia ed Europa.

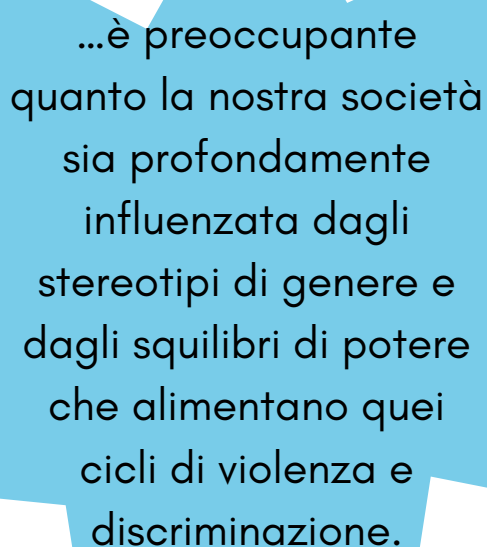
- BeyondEquality

L'organizzazione lavora con uomini e ragazzi nelle scuole, nei luoghi di lavoro e nelle comunità per promuovere spazi inclusivi, relazioni sane e un'alleanza responsabile.

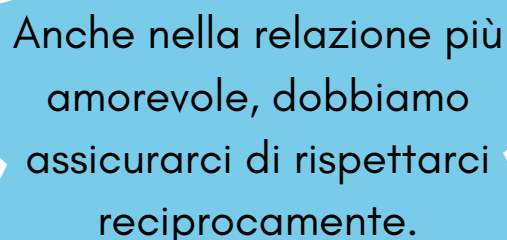


Fraasi che ispirano

Gli uomini che hanno partecipato alle sessioni di ManUp4Her hanno potuto riflettere sulle tematiche della Violenza di Genere e ci hanno offerto preziose osservazioni, dimostrando il forte impatto di queste iniziative. Alcune delle riflessioni più significative sono:



...è preoccupante quanto la nostra società sia profondamente influenzata dagli stereotipi di genere e dagli squilibri di potere che alimentano quei cicli di violenza e discriminazione.



Anche nella relazione più amorevole, dobbiamo assicurarci di rispettarci reciprocamente.

Frase che ispirano

Non importa quante volte
accada — non esiste una
“quantità accettabile”
prima di intervenire.

La violenza continua a
essere normalizzata solo
perché non è fisica.
Ma può sicuramente
influire sulla tua salute
mentale.

“

«La violenza contro donne e ragazze è la nostra vergogna individuale e collettiva — una grave violazione dei diritti umani che avviene su scala epocale. È un problema sistemico che deve essere affrontato a tutti i livelli della società.»

– eWinnie Byanyima
Source: UNAIDS

”

AUTO-RIFLESSIONE



**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.
Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716

L'auto-riflessione aiuta gli uomini a comprendere le proprie convinzioni e i propri comportamenti, migliorando il modo in cui supportano gli altri. Impegnarsi in un'auto-riflessione onesta può coltivare empatia, aumentare la consapevolezza e promuovere una tolleranza zero verso i comportamenti violenti.

Esercizio 1.

Il cambiamento inizia dentro di noi:

Piano d'Azione Personale

Inizia a riflettere su ciò che sta cambiando dentro di te. Non temere il cambiamento; piuttosto, temi di restare immutato.

Essere un Ambasciatore significa semplicemente essere te stesso, non un supereroe.

Prova a ricordare situazioni passate in cui avresti potuto intervenire, ma non lo hai fatto. E ora? Come agirai d'ora in poi?

Esercizio 2.

Sii il cambiamento che vuoi vedere nel mondo:

Verifica delle Convinzioni

Ti è venuto in mente qualche pensiero leggendo questo manuale?

Qual è stato un punto che ti ha colpito particolarmente?

Qual è un ulteriore passo che farai per continuare il tuo percorso di apprendimento sulla prevenzione della Violenza di Genere?

Poi, metti in pratica le nuove consapevolezze nella tua vita quotidiana e diventa la versione migliore di te stesso.

Il mio impegno come Ambasciatore è:

.....



RISORSE E APPROFONDIMENTI



ManUp4Her



**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.
Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716

Risorse Aggiuntive

In questo capitolo verranno presentate risorse aggiuntive che ti aiuteranno ad approfondire la tua conoscenza sulle tematiche legate alla Violenza di Genere. Scansiona i codici QR e immergiti in questo percorso educativo!



ManUp4Her - Podcast sulla Violenza di Genere

Serie di podcast disponibile in 5 lingue, pensata come introduzione al fenomeno della Violenza di Genere.



Serie "Lui ha detto. Lei ha detto"

Serie di vlog che presenta interazioni tra uomini e donne, offrendo preziose riflessioni su come la Violenza di Genere si manifesta in diversi contesti, come può essere riconosciuta e prevenuta.



Portale sulla Violenza di Genere - Commissione Europea

Sito web con informazioni preziose sulla Violenza di Genere, comprese le sue diverse forme, casi di studio e link utili.



Elenco delle Linee di Assistenza

Contatti di autorità nazionali, regionali e locali, nonché di ONG in 46 paesi, incaricate di offrire supporto alle donne sopravvissute alla violenza.

Glossario

Ecco le definizioni di alcuni dei termini più importanti presenti in questo manuale e in altri materiali relativi alla Violenza di Genere:

- **Violenza di Genere (GBV):** Violenza diretta contro una persona a causa del suo genere. Può assumere molte forme, come la violenza sessuale, fisica, psicologica ed economica. (European Commission, s.d.)
- **Intervento dello Spettatore:** Il riconoscimento di una situazione potenzialmente dannosa e la decisione di intervenire attivamente in modo positivo. (Lehigh University, s.d.)
- **Violenza Domestica:** Comportamento aggressivo o violento all'interno della casa, che include tipicamente l'abuso da parte di un partner o coniuge. (European Institute for Gender Equality, s.d.)
- **Stalking:** L'atto di perseguitare ripetutamente una persona con comportamenti minacciosi, causando in essa timore per la propria sicurezza. (Istanbul Convention, 2011)
- **Molestia:** L'atto di mostrare intimidazione aggressiva o pressione. (Cambridge Dictionary, s.d.)
- **Consenso:** Il permesso o l'accordo affinché qualcosa venga fatto. (Cambridge Dictionary, s.d.)





Riferimenti

Algner, M., & Lorenz, T. (2022). *You're Prettier When You Smile: Construction and Validation of a Questionnaire to Assess Microaggressions Against Women in the Workplace*. *Frontiers in Psychology*, 13. ([LINK](#))

Berkowitz, A. D. (2004). *Working with Men to Prevent Violence Against Women : An Overview (Part One)*. SEMANTIC SCHOLAR. ([LINK](#))

Cambridge Dictionary. (n.d.). Consent. In *Cambridge Dictionary*. ([LINK](#))

Cambridge Dictionary. (n.d.). Harassment. In *Cambridge Dictionary*. ([LINK](#))

Chakraborty, P., Osrin, D., & Daruwalla, N. (2018). "We Learn How to Become Good Men": Working with Male Allies to Prevent Violence against Women and Girls in Urban Informal Settlements in Mumbai, India. *Men and Masculinities*, 23(3-4), 1097184X1880654. ([LINK](#))

Council of Europe. (2011). *Stalking*. Convention on Preventing and Combating Violence Against Women and Domestic Violence (Istanbul Convention). ([LINK](#))

Council of Europe. (2022). *What is gender-based violence? Gender Matters*; Council of Europe. ([LINK](#))

European Institute for Gender Equality. (2023, July 5). Forms of violence. European Institute for Gender Equality. ([LINK](#))

Femicide in the EU 2022| Statista. (2022). Statista. ([LINK](#))

Riferimenti

Gracia, E. (2004). Unreported cases of domestic violence against women: Towards an epidemiology of social silence, tolerance, and inhibition. *Journal of Epidemiology & Community Health*, 58(7), 536–537.

Karpf, A. (2020, March 8). We all benefit from a more gender-equal society. Even men. *The Guardian*. ([LINK](#))

Lehigh University. (n.d.). *What is Bystander Intervention*. Student Affairs. Lehigh University. ([LINK](#))

Malgesini , G., Cesarini Sforza , L., & Babović, M. (2019). Gender-based Violence and Poverty in Europe | Briefing #2. In EAPN. ([LINK](#))

Pichat, S. (2022, November 28). The role of men in achieving gender equality | United Nations Development Programme. UNDP. ([LINK](#))

Statista Research Department. (2024). Gender based violence in Europe – Statistics & Facts. In Statista. ([LINK](#))

Sue, D. W. (2010). Microaggressions, marginality, and oppression: An introduction. In D. W. Sue (Ed.), *Microaggressions and marginality: Manifestation, dynamics, and impact* (pp. 3–22). John Wiley & Sons, Inc.

UN Women. (2024a, September 23). How men and boys can push for gender equality | UN Women – Headquarters. UN Women – Headquarters. ([LINK](#))

UN Women. (2024b, November 25). Facts and figures: Ending violence against women. UN Women – Headquarters. ([LINK](#))

World Health Organisation. (2024, March 25). Violence against Women. World Health Organization. ([LINK](#))

PARTNER DI PROGETTO



EJBM
European Youth
Education Centre
Magdeburg



Jugend- & Kulturprojekt e.V.



**UNIVERSITÀ
DI TORINO**

KAINOTOMIA



SOCIAL MEDIA



[manup4her.project](https://www.instagram.com/manup4her.project)

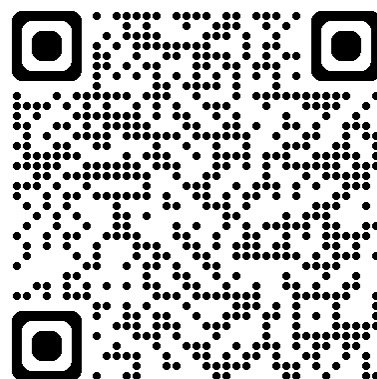


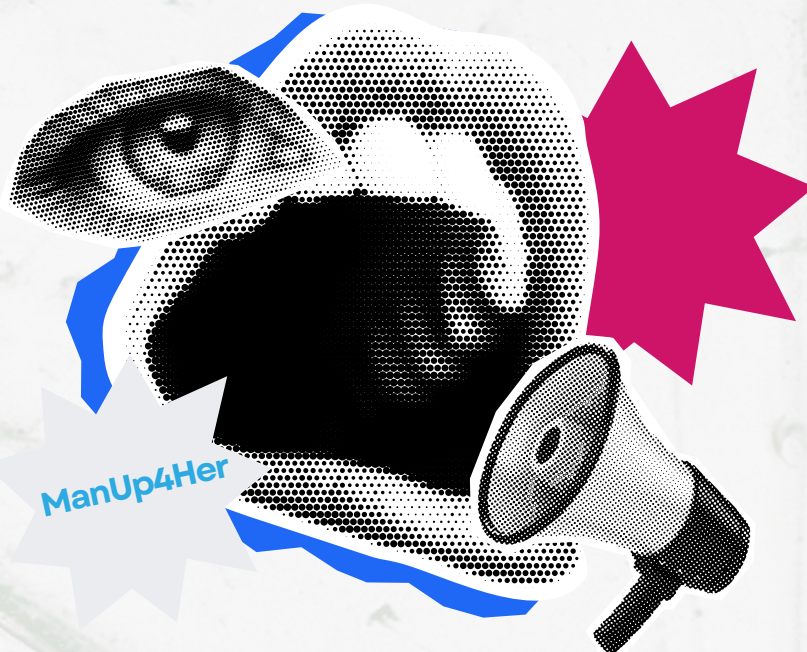
[ManUp4Her](https://www.facebook.com/ManUp4Her)



manup4her-project.eu

**Visita il nostro sito web
per saperne di più!**





**Cofinanziato
dall'Unione europea**

Finanziato dall'Unione Europea. Le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelle dell'autore(i) e non riflettono necessariamente quelle dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per esse.
Numero del progetto: 2023-1-DE02-KA220-ADU-000153716