



*Ladies' Cup*



## "Storie di Vela:

### *Sport, Benessere ed Empowerment"*

**Lega Navale di Napoli**

20 giugno 2024 ore 19

In occasione della **Ladies' Cup**, la competizione di vela d'altura che, dal lontano 1995, è destinata ad equipaggi tutti al femminile, organizzata dalla Lega Navale di Napoli e dal Comando Logistico della Marina Militare, con la collaborazione della Associazione dei Circoli Nautici della Campania.

L'Ass. AMA Campania e la Lega Navale Italiana – Sez. di Napoli e il Centro Studi Tradizioni Nautiche vi invitano al pre-evento:

“Storie di Vela: Sport, Benessere ed Empowerment”.

Negli ultimi anni, lo sport è emerso non solo come un mezzo di intrattenimento e competizione, ma come una potente piattaforma di cambiamento sociale. Le donne, in particolare, hanno sfruttato il potenziale dello sport per superare barriere, guadagnare fiducia e promuovere l'uguaglianza di genere. Attraverso attività fisiche e competizioni, hanno trovato forza, solidarietà e una voce sempre più forte nella società.

Abbiamo riunito esperte, atlete, docenti, testimoni e imprenditrici che condivideranno le loro esperienze, ricerche e strategie innovative per promuovere il benessere fisico e mentale delle donne attraverso lo sport, lo studio, l'auto-determinazione e l'inclusione. Discuteremo di come le pratiche sportive possano contribuire a migliorare la salute psicofisica, sviluppare competenze di leadership, team building e resilienza.

I temi che tratteremo includono:

- Salute e benessere attraverso l'attività fisica: Esploreremo come lo sport possa migliorare la qualità della vita, favorire il benessere psicofisico e aiutare a sviluppare competenze utili al proprio senso di auto efficacia.
- Il ruolo dello sport nell'empowerment femminile: ascolteremo storie ispiratrici di atlete ed esperte del settore.
- Iniziative e programmi di inclusione: Conosceremo progetti e programmi che promuovono l'empowerment femminile a livello internazionale;
- Sfide e opportunità: Discuteremo le difficoltà ancora presenti per molte donne, madri, imprenditrici e la necessità di maggiore supporto e infrastrutture per abbattere le barriere ancora esistenti per ridurre certi gender gap.



Ladies' Cup



Avremo il piacere di ascoltare:

- Simona Uttieri, Psicologa e Psicoterapeuta, Coordinatrice Gdl OPRC Psicologia dello Sport e dell'Esercizio Fisico;
- Daniela Terracciano, Docente Università Federico II, Coordinatrice AWE Italy;
- Alessandra Brandi, CEO di Nifty Naples, la prima gioielleria Phygital che trasforma le sfide delle donne, madri, caregiver in opportunità di inclusione lavorativa #tarantellafriendly®. agenzia di comunicazione di valore e un laboratorio creativo che, attraverso l'arte manifatturiera, le nuove tecnologie e la comunicazione di valore, si prefigge di divenire un manifesto sociale e ambientale poiché, attraverso gli abiti/messaggio, nati dal dono di storie personali, indaga tali tematiche rendendole un linguaggio tangibile
- Luana Cotena, CEO di Alare di Luana Cotena, agenzia di comunicazione di valore e un laboratorio creativo che, attraverso l'arte manifatturiera, le nuove tecnologie e la comunicazione di valore, si prefigge di divenire un manifesto sociale e ambientale poiché, attraverso gli abiti/messaggio, nati dal dono di storie personali, indaga tali tematiche rendendole un linguaggio tangibile.
- Titti Limatola, Istruttrice Base, Socia LNI Napoli, Equipaggio Vela Therapy

Moderata:

Maria Maddalena Ascione, Ass. AMA Campania

Vi invitiamo a partecipare attivamente, a porre domande, a condividere le vostre esperienze e a sfruttare questa opportunità per costruire una rete solida di professionisti, imprenditrici/tori e appassionati nel mondo dello sport che lavorano per un futuro più equo e solidale.

Buon Vento!

---

Organizzatori:

Ass. AMA Campania

Lega Navale di Napoli

Patrocínio:

Ordine degli Psicologi della Campania