UN WEEKEND ESTIVO PER L'EMPOWERMENT FEMMINILE

Soroptimist Milano Net Lead è il primo E-Club del Soroptimist Unione Italiana. Oltre 30 giovani donne under 35 impegnate in differenti ambiti professionali che lavorano assieme per la leadership femminile, l'empowerment e l'educazione.
Dopo il grande successo della prima edizione, il 19 e 20 luglio 2025, la Città di Bassano del Grappa ospiterà anche la seconda edizione del SummHer Camp, un progetto educativo residenziale per 20 ragazze dai 18 ai 23 anni.
SummHer camp è un programma di crescita per giovani ragazze con l'obiettivo di aiutarle a diventare giovani donne sicure di sé, intraprendenti e consapevoli delle proprie potenzialità.
SummHer Camp è un'attività esperienziale in cui mettersi in gioco in un ambiente sicuro, dove abbattere gli stereotipi di genere, contribuendo a promuovere una società sana ed emotivamente sviluppata.

A SummHer camp:
- Espanderai i tuoi orizzonti
- Esplorerai il tuo potenziale interiore
- Farai tante nuove conoscenze
- Ti divertirai un sacco (parola delle partecipanti della prima edizione)!

PROGRAMMA

GIORNO 1

ATTIVITÀ DI EMPOWERMENT sul rapporto tra *corpo e sport*. Attraverso modalità interattive e partecipate, sarà affrontato il tema degli stereotipi di genere nello sport. Formazione a cura di professionista sociologa esperta sul tema genere e sport.
ATTIVITÀ DI CONSAPEVOLEZZA sull'immagine corporea. Formazione su tematiche di *body positivity*. Obiettivo: fornire conoscenze sul cambiamento e la trasformazione del corpo femminile, sulla sua bellezza e diversità abbattendo gli stereotipi 'da social media', promuovendo una relazione sana con sé stesse e gli altri.
ATTIVITÀ DI TEAM BUILDING: attraverso l'esperienza del *teatro*. Utilizzando strumenti e tecniche derivanti dalla pratica teatrale e dallo studio della comunicazione efficace, sarà un' occasione nella quale le partecipanti potranno mettersi in gioco in prima persona, sperimentando quanto il superamento dei propri blocchi e l'incontro con l'altro e con il rischio possano essere piacevoli, utili e liberatori.

GIORNO 2

ATTIVITÀ DI EMPOWERMENT: Un'esperienza di connessione profonda con sé stesse, attraverso il movimento, il respiro e il silenzio del *Kundalini Yoga*.
Un'occasione preziosa per riscoprire la propria voce, la propria luce e il proprio valore, in armonia con il ciclo della vita e della natura.
ATTIVITÀ DI CONSAPEVOLEZZA su *affettività, sessualità e dintorni*. Formazione a cura di una ostetrica e formatrice esperta. Un laboratorio per conoscersi nel profondo ed entrare in connessione con il proprio corpo.
ATTIVITÀ DI TEAM BUILDING: sul tema *Sostenibilità* e *Innovazione* attraverso un workshop pratico e concreto, finalizzato a comprendere l'impatto quotidiano delle nostre azioni sull'ambiente.
Grazie alla metodologia del *Design Thinking* si svilupperanno soluzioni ad alto impatto, capaci di integrare sostenibilità - ambientale, sociale ed economica - e innovazione, ispirandosi ai 17 Obiettivi di Sviluppo Sostenibile dell'Agenda 2030 delle Nazioni Unite.

ISCRIZIONI APERTE FINO AL 15 LUGLIO



ECLUB SOROPTIMIST MILANO NET LEAD

SUMM(H)ER CAMP EDIZIONE 2025



SUMM(H)ER CAMP: un weekend estivo residenziale di empowerment femminile con l'obiettivo di combattere le barriere di genere, educare all'affettività, alla consapevolezza, e all'autostima

Quando: 19 - 20 Luglio 2025

Età: 18 - 23 anni

Luogo: Villa Angaran San Giuseppe, Bassano del Grappa

Il camp è un progetto di valorizzazione sociale di Soroptimist Net Lead senza costi per le partecipanti*
Consulta il programma e iscriviti al **QR CODE**!**

Hai domande? Ecco i nostri contatti!
Soroptimist Net Lead (Instagram | Facebook | LinkedIn)
+39 347 452 8789 | +39 320 620 9410
info.soroptimistnetlead@gmail.com

*è previsto un piccolo contributo di 22€ a conferma della partecipazione
**posti limitati

Credi nel nostro progetto di empowerment femminile?
SUPPORTACI ALL'IBAN:
IT33D0623014000000043754701