

IL CAMMINO DELLE DONNE

Marirosa GIOIA

Presidente Delegazione
AIF Basilicata

Responsabile Nazionale Gruppo
Parità di Genere

Un Ricordo







LE ORIGINI

LE DONNE E I VIAGGI A PIEDI VIAGGI RELIGIOSI

-.

Associazione Italiana Formatori

Donne in Cammino

Numerosi viaggi e pellegrinaggi documentati

Il Medio Evo è ricco di viaggi di donne soprattutto verso Roma e Gerusalemme

Spesso dovevano confrontarsi con limitazioni economiche, aspettative familiari e giudizi sociali



EGERIA

IV-V secolo d.C.



QUALI I VANTAGGI PER LE DONNE?

Riappropriazione del tempo e dello spazio

Camminare può diventare un modo per sottrarsi temporaneamente alla pressione dei ruoli quotidiani

Associazione Italiana Formatori

Il Cammino delle Donne

VANTAGGI

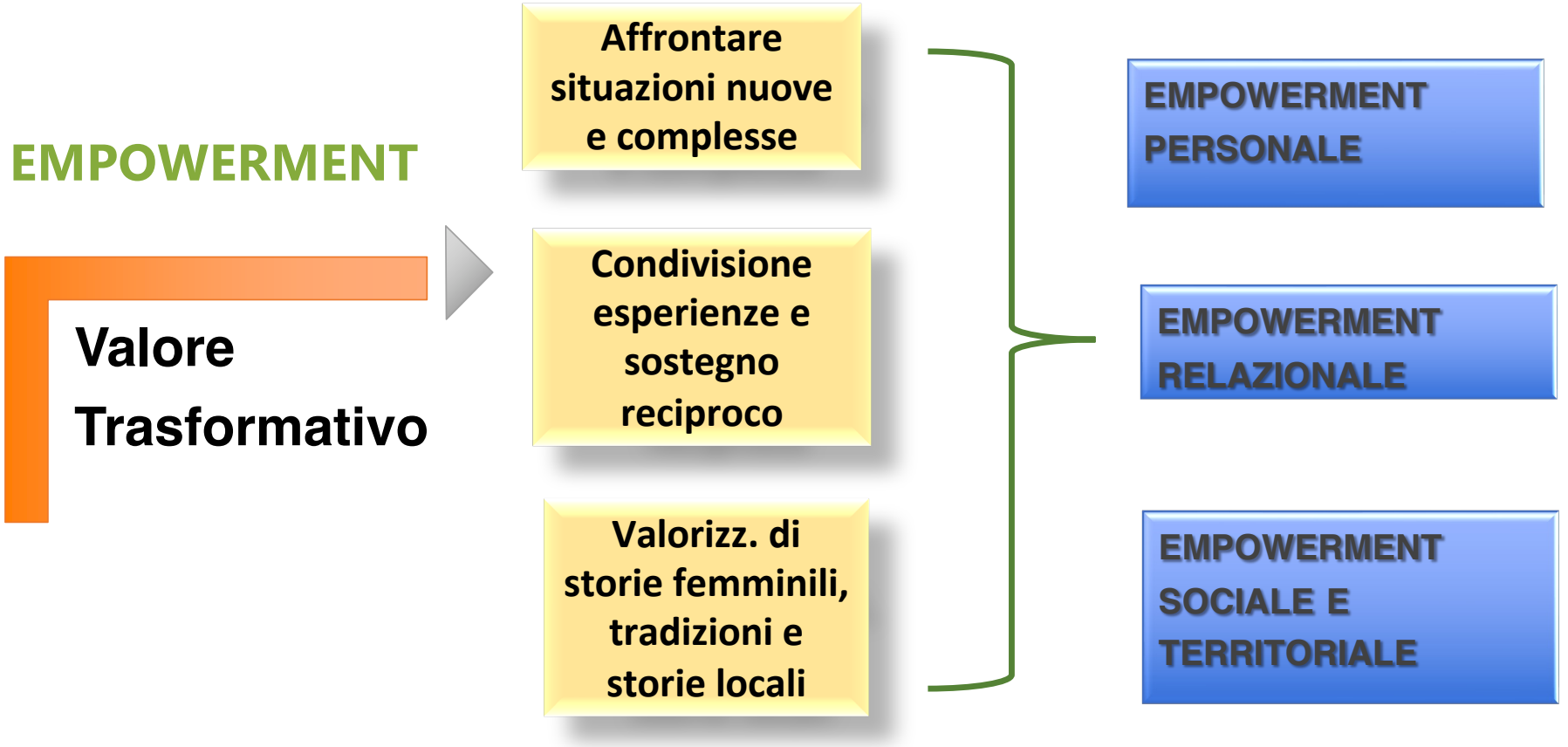
PRINCIPALI

- **Benessere psicologico**
- **Autostima**
- **Autoefficacia**
- **Relazione e Solidarietà**

camminare può diventare un'esperienza attraverso cui le donne riconoscono le proprie capacità, conquistano maggiore autonomia e rafforzano la fiducia in sé stesse.

Associazione Italiana Formatori
Delegazione Basilicata

Il Cammino delle Donne





CONFRONTO DI GENERE

Quali condizioni sociali, culturali e materiali influenzano il modo in cui donne e uomini vivono il cammino?

Associazione Italiana Formatori

Il Cammino delle Donne

Tempo disponibile	**Le responsabilità di cura possono rendere più difficile organizzare un viaggio.**
Sicurezza	**La paura di molestie e aggressioni può influenzare percorsi, orari, soste e pernottamenti.**
Libertà di movimento	**La scelta di camminare da sole può incontrare timore di disapprovazione sociale.**
Corpo e prestazione	**Le capacità fisiche variano da persona a persona; gli stereotipi possono però influenzare la percezione delle proprie possibilità.**
Significato personale	**Può diventare una scelta di autonomia e riappropriazione del tempo, ma anche un'esperienza di piacere, spiritualità o avventura.**



RETI E ASSOCIAZIONI

Associazione Italiana Formatori

Il Cammino delle Donne

Gruppi

Cammini delle Donne

La Via Delle DEE La Via delle Dee: in cammino da Bologna a Firenze - Destinazione Umana

Rete Nazionale Donne in Cammino Rete Nazionale Donne in Cammino: eventi 2026-2027 e programma | cheventi.it

Cammino Minerario di Santa Barbara in Sardegna – LEG'S GO WOMEN Faq | Cammino Minerario di Santa Barbara

Donne in Cammino con Gargano Sacro

Il Cammino delle Donne







Associazione Italiana Formatori
Delegazione Basilicata



PASSO DOPO PASSO LE DONNE RISCOPRONO SÉ STESSE, CONQUISTANO LIBERTÀ E APRONO NUOVE STRADE PER LA COMUNITÀ

Grazie e Buon Lavoro

AIF
Associazione Italiana Formatori