



**FITFORTHE
FUTURE**

Intervista - Asociacion para Mujeres en el Deporte Profesional

WP 2

Attività 1 (Intervista alle leader)

Sviluppato dalla Camera di Commercio Italiana | Giugno 2025



PROJECT NUMBER: 2024-1-FR01-KA220-VET-000244092



**Co-funded by
the European Union**

Metadati dell'intervista

Data dell'intervista:	23/06/2025
Nome dell'intervistatore:	Nicole Bergamin
Consenso per la raccolta dei dati	
Osservazioni aggiuntive sull'intervista	

Conosci la leader

Nome:	Mar Mas
Età:	58
Genere:	Femmina
Ruolo e posizione attuali:	Presidente dell'"Asociacion para mujeres en el Deporte Profesional"
Anni di esperienza lavorativa:	40 anni
Anni in ruoli di leadership:	Dal 1992
Organizzazione:	Asociacion para mujeres en el Deporte Profesional
Settore di attività:	ONG
Paese / Città:	Spagna
Dimensioni dell'organizzazione:	☐ Micro ☒ Piccola ☐ Media ☐ Grande

Contenuto principale dell'Intervista

Sezione dell'Intervista	Contenuto	Frase da ricordare
Il cammino verso la leadership Momenti chiave, sfide, valori	Dopo aver lavorato come professionista della comunicazione con esperienza nei media pubblici e privati in Spagna, ha fondato una casa di produzione dedicata ai documentari incentrati sulle donne. La sua partecipazione alla prima revisione della Conferenza di Pechino a New York, collaborando con i caucus femminili di tutto il mondo, ha segnato una svolta che l'ha spinta a impegnarsi attivamente nella lotta per i diritti delle donne in ambito politico e nelle organizzazioni non governative. È stata ispirata da molte donne in diversi ambiti. Ammira i modelli di leadership femminile, che sono più collaborativi e inclusivi. Crede fermamente nel progresso della società senza lasciare indietro nessuno, da una prospettiva femminista e collettiva. Crede inoltre con convinzione che la leadership significhi dare potere alle donne, valorizzarle nella gestione e nella guida affinché esse stesse diventino leader. Delegare è l'unico modo per dare loro il potere di crescere. È necessario avere molte più donne in posizioni decisionali e le donne devono essere quelle che si aiutano reciprocamente, che si sostengono a vicenda. Delegare, imparare a sviluppare fiducia e, soprattutto, crescere negli stessi valori. Delegare è come passare il testimone, poiché è necessario che sempre più donne inizino ad assumere tali ruoli, inizino a cambiare, a partecipare alle decisioni e a volerlo fare.	“Il lavoro svolto dalle donne e dal femminismo è molto più collaborativo, un impegno in cui non si vuole lasciare indietro nessuno, e dobbiamo avanzare come società e come umanità, tutti all'unisono.” “Abbiamo bisogno che molte più donne siano coinvolte nelle decisioni, e dobbiamo essere noi stesse a sostenerci e a spingerci avanti.”
Il suo approccio alla leadership Inclusione, processo decisionale, visione	La crescita personale e collettiva è possibile soltanto quando le persone, specialmente le donne, si sentono coinvolte, valorizzate e in un ambiente sicuro in cui le loro idee contano, perché la diversità di prospettive è essenziale per costruire una società più giusta ed equa. Ella osserva che il mondo sta attraversando molteplici crisi che mettono in evidenza l'urgente necessità di un nuovo modello di leadership. Le donne, che sostengono la vita quotidiana e	“Se non sei coinvolta, se non ti senti abbastanza sicura per proporre idee, crescere o sviluppare progetti, se non percepisci di trovarti in un ambiente sicuro dove le tue opinioni sono valorizzate, che siano positive o meno, non potrai mai crescere. Quando qualcuno propone un'idea sbagliata,



	sviluppano soluzioni pratiche, devono essere al centro del processo decisionale. Ritiene inoltre che sia giunto il momento per le nuove generazioni di organizzarsi, parlare delle proprie paure e aspirazioni e far sentire la propria voce. Questo è l'unico modo per trasformare un sistema profondamente diseguale e costruire un futuro più umano e sostenibile per tutti. Quando le donne diventano consapevoli del proprio potere, denunciano situazioni di discriminazione e iniziano a prendere decisioni, si genera un cambiamento reale. È necessario organizzarci in reti per costruire comunità, imprese e spazi che generino valore sociale e servano il bene comune. Alzare la voce e lavorare insieme è essenziale per raggiungere una società in cui le donne possano svilupparsi pienamente, senza discriminazioni e con orgoglio per ciò che possiamo costruire insieme. La sostenibilità sociale non può essere compresa senza giustizia sociale e di genere. Lo sport femminile rappresenta un'opportunità chiave per rompere con il modello patriarcale dominante, dimostrando che le donne possono essere campionesse e leader, ma per farlo devono avere a disposizione le risorse necessarie. Cambiare questo sistema è urgente e necessario per raggiungere la vera uguaglianza.	non esiste mai un'idea sbagliata; è sempre una nuova idea su cui costruire e, forse, un punto di vista diverso che va preso in considerazione.” “Sto vedendo cambiamenti in donne che stanno facendo le cose in modo molto diverso, [...]. C'è una profonda voglia che il mondo sia diverso e cessi di essere questo ambiente ostile che si sta trasformando in un disastro.”
Guidare il Cambiamento Strategie per risultati sostenibili e positivi	Ciò che la aiuta a prendere decisioni nei momenti difficili è essere circondata da donne che, basandosi sulla propria esperienza e competenza, la consigliano, le offrono opinioni e le mostrano altri percorsi. Favorisce la collaborazione e la responsabilità nel suo team attraverso la delega, offrendo alle persone la possibilità di lavorare, accogliendo tutti coloro che desiderano collaborare e supportandoli nella creazione di gruppi e nello sviluppo di progetti. L'uguaglianza e l'inclusione nello sport restano molto limitate, specialmente per le donne; pertanto, nonostante i progressi già conseguiti, resta ancora molto da fare. La vera inclusione si fonda sull'apertura e sull'ascolto costante, poiché ogni giorno emergono nuove sfide.	«Ritengo che abbiamo ancora bisogno di tutti per continuare a spingere questa società affinché si comprenda la necessità di operare in modo diverso, includendo tutti.»

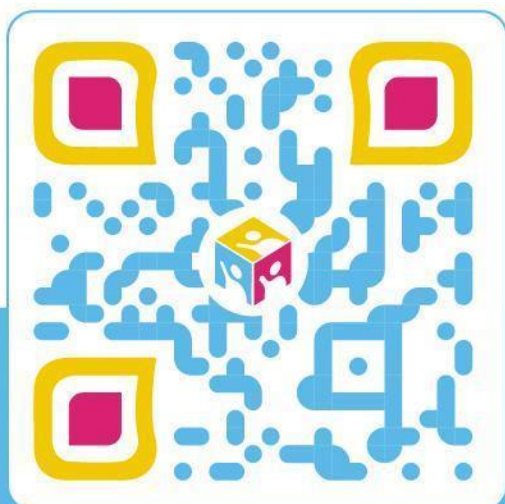


	L'uguaglianza sarà possibile soltanto se continueremo a lavorare collettivamente per trasformare questo sistema e costruire una società in cui ciascuno abbia un proprio posto.	
Bias & Belonging Strumenti, pratiche, consapevolezza	Il dialogo, la legislazione e un ampio ventaglio di competenze e prospettive rappresentano strumenti fondamentali per sensibilizzare, ridurre i pregiudizi e promuovere l'inclusione. La diversità di competenze e prospettive è essenziale per valutare idee differenti che consentano lo sviluppo di soluzioni più inclusive. Per creare uno spazio aperto a voci e prospettive differenti, è fondamentale promuovere la pace, i diritti umani e lo sviluppo sostenibile. Nell'Associazione non è importante solo portare a termine il lavoro, ma trovare uno spazio dove le donne possano sviluppare progetti e idee, creare reti, costruire comunità e condividere esperienze.	«La verità è che qui nessuno fa realmente lavoro. Le cose cambiano perché le persone lo vogliono, perché ne sono entusiaste, perché ne hanno bisogno, perché sono d'accordo.»
Condividere ciò che funziona Ispirazione, esempi, strumenti trasferibili	Per promuovere l'inclusione e la rappresentanza di persone diverse, è fondamentale avere diversità all'interno dell'organizzazione: più sono le prospettive differenti, più si riceverà qualcosa che, come individuo, non si potrebbe mai sviluppare dal proprio punto di vista. Ispirazione e buone pratiche per costruire ambienti inclusivi e privi di pregiudizi provengono sia dall'esperienza personale sia dall'impegno etico e politico. La fonte di ispirazione sono le donne che, da ogni angolo del mondo, guidano con impegno, giustizia e costruzione sociale. Donne che, anche nell'anonimato, continuano senza arrendersi, dimostrando che il vero successo non consiste nell'accumulare ricchezza, ma nel costruire una società più equa e solidale. Lo sport è anche fonte di ispirazione perché il suo scopo è costruire la nostra versione migliore, e questo è ciò che ciascuno di noi, non solo gli atleti, dovrebbe perseguire. La società attuale, guidata da persone che stanno distruggendo il mondo, ci ispira a lottare per costruire una realtà diversa, basata sul benessere collettivo, l'uguaglianza, la giustizia e l'umanità.	“Più diversità c'è all'interno di un'organizzazione, maggiori saranno le prospettive differenti che si potranno avere — prospettive che, come individuo, non saresti mai in grado di sviluppare dal tuo solo punto di vista”. “Non desidero essere ricca. Voglio che tutti coloro che mi circondano abbiano le cose essenziali, il minimo, la possibilità di svilupparsi”. “Dobbiamo essere molto chiari su chi vogliamo essere in questa breve vita che abbiamo, perché io ho già 58 anni e ho vissuto una lunga vita; preferisco trovarmi su un pianeta dove le persone mi guardano con affetto e rispetto come pari, e non con odio e con il desiderio di sottrarre ciò che possiedo. Preferisco dividerlo piuttosto che farmelo rubare



FITFORTHE
FUTURE

Scan for more



fit4thefuture.eu



Co-funded by
the European Union



Funded by the European Union. The views and opinions expressed are those of the author(s) and do not necessarily reflect those of the European Union or of Agence Erasmus+ France / Education Formation. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for this.