

SHARING MEDIA®

Quotidiano Digitale | Reg. Trib. di Roma nro. 106/2021 del 09/06/2021 | Dir. Resp.: Viola Lala
Editore: SHARING MEDIA SRL - ROC 36886 - REA RM-1640967 - P. IVA IT-16193971005

Testata periodica telematica internazionale di attualità, politica, cultura ed economia

ISP: BT Italia S.p.A. - Via Tucidide 56 - 20134 Milano - Aut. DGSCER/1/FP/68284



Il Media Network Sharing Media Srl

Le testate giornalistiche del network Sharing Media sono registrate presso la Sezione per la Stampa e l'Informazione del Tribunale di Roma ed in quanto tali permettono di usufruire dell'incentivo statale sugli investimenti pubblicitari. La società è iscritta al ROC - Registro degli Operatori della Comunicazione al Nro. 36886.



La percezione del sé

di Redazione

Sono i media i più influenti, includendo naturalmente i new media e i social media, nella percezione del sé.

Chi influisce di più sulla percezione del sé degli italiani? Al primo posto troviamo i **media con il 68%** (+20%), seguono poi gli **amici (39% , +10%)**, il **partner (26%, -10%)** e la **famiglia (31%, +10%)**. «L'importante è osservare che l'autostima non è mai esclusivamente basata su fattori esterni: **la vera autostima proviene invece dalla capacità di apprezzarsi e rispettarsi indipendentemente dall'opinione degli altri**» dicono gli esperti.

CAPODANNO LAST MINUTE

A PAG. 3 LE PROMOZIONI VAMONOS VACANZE

Marrakech, Pila, Toscana, Barcellona, Istanbul, Crociera sul Nilo & Il Cairo



Start Up Innovativa

Fondata a Roma a maggio 2021, Sharing Media Srl si è costituita come startup innovativa, specializzandosi nell'edizione di libri a marchio editoriale "Edizioni Sharing Media Srl", già registrato presso l'Agenzia ISBN, nell'edizione di testate periodiche online ed offline e nello sviluppo e prototipazione di un innovativo servizio di ottimizzazione delle inserzioni pubblicitarie. «Vogliamo produrre libri che risvegliano le coscienze, per questo l'attività libraria per noi è molto importante», sostiene Viola Lala, amministratrice unica di Sharing Media e direttrice responsabile dell'omonimo Quotidiano "Sharing Media". Il piano d'impresa di Sharing Media prevede un'alta sensibilità allo sviluppo sostenibile e l'adozione di modelli di business orientati all'innovazione sociale.

«Il 95% degli italiani ritiene l'apparenza estetica un elemento importante nella propria vita, il 64% dichiara di piacersi guardandosi allo specchio ed il 49% di trovarsi in ordine per tutte le circostanze. Il 12% dichiara di non essere a suo agio nel suo corpo (+5% rispetto al 2023)» sintetizzano i responsabili di **Vamonos**.

«La percezione del proprio corpo è un'esperienza soggettiva, che però dipende da molteplici fattori che interagiscono, perché **tendiamo ad essere influenzati dalle opinioni degli altri** e dalle immagini iper-realtistiche **veicolate dai media**» puntualizzano gli esperti.

«Nel quotidiano, sono molti i gesti grandi e piccoli che si compiono nel perseguire l'accettazione del proprio corpo: **per l'92% la cura di sé è importante** (era il 88% nell'analoga indagine del 2023) e la maggior parte di noi è impegnato a condurre uno stile di vita sano **mangiando bene (68% contro il 63% del 2023), facendo sport ed allenandosi con costanza (57% contro il 47% del 2023), oppure dormendo adeguatamente (48% contro il 38% del 2023)**. Mentre per sentirsi comodi con se stessi, il **71% si concede viaggi frequenti (+17%)** ed il **52% ricorre ad attività wellness (+7%)**» osservano gli analisti di **Vamonos**.

Ma se per qualcuno la sensazione di libertà nel proprio corpo è costante, per altri può **dipendere dalle circostanze**, dal livello di **stress** o dal grado di **affezione verso gli altri**, perché nel **viaggio interiore** verso la propria autostima può influire, anche pesantemente, **il giudizio degli altri**.

Solo il 16% degli italiani si dichiara infatti **sicuro di sé** a prescindere dagli altri, con il 26% che dichiara comunque di **non subirne l'influenza**. La maggior parte, il 73%, reputa invece il giudizio degli altri **importante solo in alcune circostanze**, contrariamente ad un **23% che ci presta una costante attenzione** (era il 7% nel 2023), curando il loro aspetto anche per le più piccole attività quotidiane.

SHARING MEDIA®

Image licensed to SHARING MEDIA® by ICP

CAPODANNO GRANDI VIAGGI

LE PROMOZIONI VAMONOS VACANZE

Marrakech, Pila sulla neve, Capodanno in Toscana,
Barcellona, Istanbul, Crociera sul Nilo & Il Cairo



I viaggi più belli di Capodanno

— 3 —

[Spazio Pubblicitario Vamonos Viaggi Eventi SRL]

Se sei stanco di trascorrere Capodanno in famiglia tra cenoni e veglioni spesso anche noiosi, è arrivato il momento di pensare alle soluzioni alternative. Sul portale [Vamonos](#), tour operator specializzato in [viaggi di gruppo](#), c'è l'imbarazzo della scelta



*«Ciò che rimane più importante è il **desiderio esperienziale**: i nostri viaggiatori ci scelgono perché vogliono rendere il loro Capodanno **un'esperienza indimenticabile**»* mettono in evidenza gli esperti di [Vamonos](#).

Le opzioni di viaggio ormai sono numerosissime, occorre solo pensare un po' in anticipo come organizzarsi al meglio. Volete trascorrere il Capodanno **al caldo** brindando in costume da bagno sulla spiaggia? Oppure preferite **la neve**? *«La prima cosa è avere le idee chiare: se **rimanere in Italia**, andare **in Europa** o scegliere mete più lontane»* dicono i responsabili di [Vamonos-Vacanze.it](#).

Le proposte di viaggi di gruppo e *“la vetrina delle offerte”* vengono costantemente aggiornate sul portale [Vamonos-Vacanze.it](#), c'è solo l'imbarazzo della scelta. Ed ecco in evidenza alcuni dei *“viaggi imperdibili”* del tour operator specializzato in [viaggi di gruppo](#).



Image licensed to SHARING MEDIA® by ICP

**1) CAPODANNO IN TOUR DEL MAROCCO DEL SUD:
MARRAKECH, AVVENTURE NEL DESERTO E KASBAH.
Partenza il 29 dicembre 2024 per 7 notti (2.599 euro).**

Il Marocco del Sud è una meta che combina cultura, avventura e paesaggi da sogno. Iniziate a Marrakech, la "Città Rossa", esplorando i suoi souk, i giardini Majorelle e la vivace piazza Jemaa el-Fna, che si anima di spettacoli e tradizioni la notte di Capodanno.

Da qui, partite per un tour nel deserto: attraversate il passo di Tizi n'Tichka, visitate le affascinanti kasbah come quella di Ait Ben Haddou e trascorrete una notte magica in un accampamento sotto le stelle nelle dune di Erg Chebbi. Una cena tradizionale berbera e musica dal vivo renderanno l'esperienza unica.



Image licensed to SHARING MEDIA® by ICP

2) CAPODANNO SULLA NEVE A PILA.

Partenza il 29 dicembre 2024 per 7 notti (1.399 euro).

Per gli amanti degli sport invernali, Pila, in Valle d'Aosta, è la meta perfetta. Con piste curate, panorami mozzafiato sul Monte Bianco e un'atmosfera accogliente, offre il giusto mix di avventura e relax. La notte di Capodanno, scegliete tra una cena in rifugio raggiungibile con le ciaspole o un brindisi al chiarore della luna in uno chalet esclusivo.

3) SPLENDIDI RESORT IN ESCLUSIVA IN TOSCANA.

Partenza il 29 dicembre 2024 per 3 notti (499 euro).

La Toscana è sinonimo di eleganza e buon vivere, e trascorrere il Capodanno in uno dei suoi resort esclusivi è un regalo speciale per se stessi. Immersi nelle colline del Chianti o nelle vicinanze di Siena, questi resort offrono pacchetti di lusso che includono cenoni gourmet con piatti della tradizione toscana, degustazioni di vini pregiati e trattamenti spa rigeneranti.



4) BARCELLONA, TRA ARTE, CULTURA E MOVIDA.

Partenza il 30 dicembre 2024 per 3 notti (899 euro).

Barcellona è una città che non delude mai, soprattutto a Capodanno. Concludete l'anno visitando le opere di Gaudì, come la Sagrada Família e il Park Güell, e passeggiando lungo le vivaci Ramblas. La sera, piazze come Plaça d'Espanya si animano con spettacoli di luci e musica.

Non mancate ai tradizionali festeggiamenti di mezzanotte, che prevedono il rito di mangiare 12 chicchi d'uva al ritmo dei rintocchi dell'orologio. Dopo la mezzanotte, locali e discoteche come il Pacha e il Razzmatazz vi accoglieranno per ballare fino all'alba.

5) ISTANBUL, TRA PASSATO E PRESENTE.

Partenza il 30 dicembre 2024 per 3 notti (999 euro).

Istanbul è una città sospesa tra Oriente e Occidente, perfetta per chi cerca un Capodanno ricco di fascino e cultura. Durante il giorno, esplorate la Moschea Blu, Santa Sofia e il Gran Bazar.

La sera, optate per una crociera sul Bosforo: ammirerete i fuochi d'artificio che illuminano i ponti e i palazzi ottomani, gustando una cena raffinata.



6) CROCIERA SUL NILO ED IL CAIRO.

Partenza il 30 dicembre 2024 per 7 notti (2.899 euro con partenza da Bergamo oppure 2.849 euro con partenza da Roma).

Un Capodanno in Egitto è un tuffo nella storia e nella bellezza senza tempo. Iniziate al Cairo, visitando le Piramidi di Giza, la Sfinge e il Museo Egizio. La sera, cenate in un ristorante con vista sul Nilo o partecipate a un evento in stile faraonico.

Proseguite con una crociera sul Nilo, che vi porterà a scoprire Luxor, Assuan e i loro antichi templi. A bordo, il Capodanno è celebrato con cene eleganti, musica tradizionale e spettacoli che vi faranno sentire parte di un'epoca lontana.

*«L'avventura e le emozioni sono **il valore che aggiungiamo noi** con i nostri Group Leader, tenendo conto delle esigenze di ciascuno e senza mai essere invadenti»* commentano gli ideatori della piattaforma [**Vamonos**](#).

Queste le destinazioni che offrono esperienze indimenticabili per iniziare l'anno con il piede giusto.

Che scegliate le atmosfere esotiche del Marocco, il candore delle Alpi, il fascino mediterraneo di Barcellona o il mistero dell'Egitto, ogni viaggio sarà un ricordo prezioso per aprire il nuovo anno con stile.



vamonos

vacanze amicizie esperienze emozioni