



AJUNTAMENT DE
Vilanova i la Geltrú



Conferència "El meu cos a partir dels 50"

Dijous 26 de maig de 2011

A les 19h a la Biblioteca del Museu Víctor Balaguer

Xerrada per commemorar el Dia Internacional de la Salut de les Dones, a càrrec d'Esperança Aguilà, infermera, promotora de salut i agent d'igualtat del Programa Dones, Salut i Qualitat de Vida, i presidenta del CAPS, que ens parlarà de:

- Ens agrada el nostre cos? La nostra història de vida i les petjades al nostre cos: com descobrir-les i com recuperar la nostra pròpia imatge sense agredir al nostre cos.
- Dones i bellesa: Estar guapes perquè i per qui? Parlem dels estereotips que ens fan mal i mirem de transformar-los en positius.
- La imatge de les dones als medis de comunicació, imatges positives i negatives
- Morbiditat de les dones per sobre dels 50, de què i com emmalaltim?
- Medicalització del cos: transformació de processos naturals en malalties: abús dels psicofàrmacs, excés de cirurgia, dietes miracle.
- Recursos d'autocura: La importància dels grups de dones, escoltar els missatges del cos i aprendre a canviar coses que ens fan mal, La salut per "disfrutar", a la recerca de la pròpia sexualitat i la pròpia imatge i identitat.