



Associazione
Donne in Cammino



con il patrocinio della Società Italiana
Psiconeuroendocrino-
Immunologia



CON IL PATROCINIO
DELLA CATTEDRA DI GINECOLOGIA
E OSTETRICA DELL'UNIVERSITA'
MAGNA GRAECIA DI CATANZARO
PROF. FULVIO ZULLO

2° SEMINARIO SULLA SALUTE DELLA DONNA
SECONDO UN'OTTICA DI GENERE

IL CORPO CI PARLA: ASCOLTIAMOLO

Docente: dott.ssa Paola Marina Risi
Ginecologa - Vicepresidente S.I.P.N.E.I. - ROMA

SALA CONVEGNI I.T.A.S. "B.CHIMIRRI"
Via Romeo,25 CATANZARO



VENERDÌ 6 MAGGIO ORE 15/20

Seminario di formazione
riservato a tutti gli operatori
socio-sanitari iscritti

SABATO 7 MAGGIO ORE 10/12

Seminario di in/formazione riservato agli
alunni dell'I.T.A.S. "B. Chimirri"
di Catanzaro

NOTE ORGANIZZATIVE - ISCRIZIONE E COSTI

La quota di partecipazione ha il costo di € 50 (come contributo a sostegno dei progetti educativi di prevenzione della salute e della violenza di genere della Associazione Donne in Cammino).

La prenotazione è obbligatoria e deve pervenire entro e non oltre il 29/04/2011 chiamando ai numeri

320/4353021 Donatella Ponterio – Catanzaro;

334/3540927 Pina Maida – Lamezia Terme - e-mail: info@donneincammino.it

Per aggiornamenti delle informazioni consultare il sito web dell'associazione: www.donneincammino.it

Ai partecipanti verrà rilasciato un attestato.

L'Associazione Donne in Cammino sin dal 2008 si occupa di educazione alla salute delle Donne secondo un'ottica integrata. Pienamente convinta, che non si può evitare di analizzare i problemi legati alla salute senza tener conto del genere sessuale e della persona, PROMUOVE seminari educativi al fine di diffondere questo nuovo modo di guardare alla salute.

Il seminario proposto secondo la visione della PNEI è anche un LABORATORIO di allenamento alla Consapevolezza del Corpo, all'Apprendimento del linguaggio con cui il Corpo e la Mente ci inviano messaggi importanti, alla Conoscenza reciproca tra esseri umani e alla Creazione di legami che stanno alla base del metodo di prevenzione proposto dall'Associazione Donne In Cammino.

La cura di sé, del proprio benessere si trasmette naturalmente anche alle persone che educiamo, come genitori, insegnanti, maestri e gli stessi amici. Il benessere è una scelta necessaria, dato che il corpo e la mente sono lo strumento della nostra creatività e dei nostri progetti di amore.

Temi trattati:

Il corpo e la medicina integrata:

-Nutrizione: il cibo per la mente, per la crescita e per guarire;

-Attività fisica: muoversi per ottenere e mantenere l'equilibrio del corpo e della mente;

-Sonno: il riposo che rigenera;

-La medicina di genere: le differenze nella risposta allo stress delle donne e degli uomini e l'interconnessione dei sistemi psico-biologici secondo la visione della PNEI.

La mente ed i pensieri negativi:

-Affettività, sessualità e salute: i bisogni e le relazioni affettive dell'uomo e della donna;

-Il sistema di pensiero: l'influenza dei pensieri negativi, delle credenze e dei sensi di colpa nei processi di guarigione;

-La forza della mente: l'utilizzo di tecniche di meditazione mindfulness per il mantenimento della salute (con esperienze pratiche in sede).

IL SEMINARIO E' RIVOLTO A:

Figure professionali della Sanità che desiderano ampliare le conoscenze sulla salute delle donne secondo una prospettiva di genere ed olistica (ostetriche, infermiere, psicologi e medici). Insegnanti che vogliono approfondire i principi della prevenzione della salute per l'educazione delle giovani generazioni. Persone che per la loro vocazione alla cura, all'educazione o per le loro funzioni professionali siano interessate (volontari, genitori, assistenti familiari, studenti e care-givers).

DOCENTI:

Paola Marina Risi Medico, Ginecologa e vicepresidente della Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia – SIPNEI
ROMA

Donatella Ponterio Psicologa, Esperta di Psicologia Femminile e Salute Materno-infantile.
Fondatrice del Gruppo Donne in Cammino
CATANZARO