

Organitza :



Col·labora:



Cofinançat per:



Inscripcions obertes a:

<https://saludyfamilia.es/event/trobada-de-convivencia/>



TROBADA DE CONVIVÈNCIA I DEBAT INTERCULTURAL

ESTILS DE VIDA SALUDABLES

EN DONES DE TOTES LES CULTURES

**Divendres, 9 d' octubre 2026
Via Laietana, 40 – Entresol primera
Barcelona**

Divendres, 9 d'octubre 2026

La Xarxa Multicultural de Dones promou un cicle 2026 de TROBADES DE DEBAT I REFLEXIÓ EN CLAU INTERCULTURAL que obre perspectives de pensament i d'acció partint de la reflexió sobre tres preguntes imprescindibles per a la salut democràtica de l'espai públic multicultural: Quina relació hi ha entre el racisme i el masclisme?, avançar en igualtat efectiva entre dones i homes contribueix a sostenir la convivència intercultural?, i quins nous marcs emocionals i biològics necessitem les dones de qualsevol origen cultural per evolucionar en un món de grans adversitats col·lectives?

Aquesta tercera Trobada titulada ESTILS DE VIDA SALUDABLE explora les inquietuds comunes i les alternatives a l'abast de totes les dones per tal de tenir cura i regenerar la seva salut, argumenta la necessitat de disposar d'un temps imprescindible per a desenvolupar estils de vida saludables en alimentació, activitat física i hores de son i presenta una perspectiva de salut integral com a motor de la vida i de les relacions humanes.

El cicle va dirigit a un públic multicultural i especialment a dones joves i adultes de tots els orígens.

10:30: Inscripcions i entrega de documentació

11:00: Benvinguda i presentació

Dra. Elvira Méndez . Directora de
l'Associació Salut i Família

11:10: Ponència: **Estils de vida saludables**

Sra. Àngela Rourera. Infermera i professora,
col·laboradora de la Universitat Abad
Oliva

12:00: Debat

