

**16 mayo**

**Taller: CRIANZA RESPETUOSA**

¿Te preocupa la comunicación con los **más pequeños** de la casa?

¿Quieres crear un entorno de afecto, de apego seguro en el que crezcan con una autoestima adecuada?

¿Te gustaría detectar sus talentos, pasiones y que puedan sentirse realizados desde pequeños?

**Lugar: Centro de Interpretación de la Cultura Mediterránea.**

**C/ Río Júcar , 11 -El Ejido**

**Horario de 10 a 12h aprox**

*(gratuito hasta completar aforo)*

**28 mayo. Proyección Documental:**

**“Fanny Medina, la doctora”**

*documental sobre la primera mujer andaluza que ejerció la medicina.*

con la presencia de su directora Nuria Vargas.

**Lugar : Sala B Teatro Auditorio.**

**Hora: 20h**

*(gratuito hasta completar aforo)*



**III Semana Salud & Mujer**

28 mayo. Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres

**Talleres dirigidos a las Asociaciones de Mujeres del Municipio**  
*“Cuando las mujeres participan socialmente, toda la comunidad se beneficia. Las mujeres tejen la sociedad global”*

5 de mayo de 10 a 12h Mujeres Almerimar AMA :Mindfulness ,  
Meditación y ramo de Flores.

22 mayo de 19.00 a 20h Mujeres Las Norias : Mujer y Felicidad.

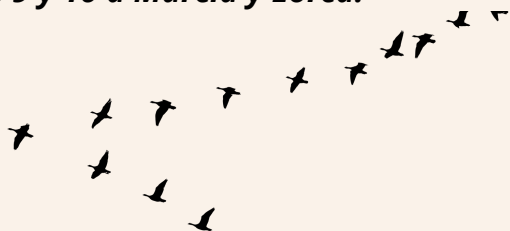
26 de mayo 16 a 18 h Mujeres La Aldeilla - Alimentación Consciente.  
Adios Ansiedad y Hambre Emocional

27 de mayo de 19 a 20.30h Mujeres Malerva- Balerma : Mujer y  
Felicidad.

29 de mayo de 10 a 12h Rosa Chacel (Sto Domingo) Introducción a la  
Inteligencia Emocional . Empatía y Comprensión.

29 de mayo de 16 a 18 h La Inmaculada de Pampanico: Gestión del  
tiempo . Productividad disfrutona

**Viaje de Convivencia con las Asociaciones de Mujeres**  
**los días 9 y 10 a Murcia y Lorca.**



**Charlas en los IES del Municipio:**  
**¿ESTÉTICA O SALUD?**  
**del 12 al 23 mayo**



*La violencia estética es una imposición de estándares de belleza arbitrarios. Los medios de comunicación, las redes sociales y plataformas digitales afectan en su (auto)percepción de la apariencia física y el éxito social*

**Taller “Resiliencia y Voluntad. Rompiendo el ciclo de la Depresión .**



**Días 9, 16, 23 y 30 mayo de 19h a 21h**

**Lugar : Centro Asociativo.**

Para promover la salud social es necesario abordar los factores sociales y estructurales que influyen en la salud de las personas. Esto implica políticas y acciones que promuevan la igualdad de oportunidades, el acceso equitativo a servicios de salud, la reducción de las brechas socioeconómicas y la creación de entornos saludables y seguros

**Talleres Psicoeducativos para Mujeres Migrantes**



Mantener una vida saludable y cuidar la salud durante el proceso migratorio es difícil para todas las personas migrantes pero de una forma más acusada con las mujeres.

**Días 12,19 y 26 mayo.**

**Horario mañana.**

**Lugar: San Agustín.**



**Taller: Sal de tu Mente. Entra en tu vida.**

**Días 14, 21 y 28 mayo de 10.30 a 12.30 h**

**Lugar : Instalaciones Pabellón Deportes El Ejido.**

Mindfulness es una herramienta de autoconocimiento que permite observar qué pensamos, qué sentimos y cómo nos relacionamos.