

E mi fecero donna
di capelli lunghi
occhi, naso e bocca di donna.
Con curve , pieghe e dolci avvallamenti

di donna.

Delicatamente
vennero tessuti i miei nervi
ed equilibrato con cura
il numero dei miei ormoni.

Tutto quanto fu creato,

le mille e una cosa

che mi fanno donna,

tutti i giorni, per le quali

mi alzo orgogliosa

ogni mattino

e benedico il mio sesso

(G.Belli, Nicaragua)

Informazioni

Associazione SA DI BUONO
Cristina tel 035/565099
e-mail: sadibuono@alice.it
www.associazionesadibuono.com

Comune di Dalmine - Ufficio Cultura
tel. 035 564952



La piccola Accademia
del tempo libero



Giovedì 18 - 25 Novembre

2 dicembre 2010

ore 20,30

Presso la Sala Civica

Viale Betelli, 21

Dalmine

INGRESSO LIBERO

GIOVEDI' 18 novembre

Relatrice: Paola Frisoli

“Come cambia il corpo in menopausa”

Come cambia il corpo in menopausa. Quali gli indicatori della sua trasformazione. Come conoscere e interagire con i segnali dei suoi nuovi equilibri.

GIOVEDI' 25 novembre

Relatrice: Paola Frisoli

“Menopausa e sessualità”

Riflettiamo insieme sulle potenzialità di questa fase della vita e sulle emozioni che genera: alcune nuove, altre conosciute.

Lo stereotipo sessuale legato all'invecchiamento, nella nostra cultura non è positivo. I mezzi di comunicazione e la propaganda farmaceutica contribuiscono a dipingere un'immagine che richiama la fine di una funzione piuttosto che un'opportunità per rinnovare il proprio modo di sentire e vivere la sessualità

GIOVEDI' 2 dicembre

Relatrice: dr.ssa Elisabetta Palazzi

“Salute e alimentazione”

Possiamo fare molto per favorire lo stato di benessere in menopausa. Ricerchiamo quali possono essere i cambiamenti vantaggiosi del nostro stile di vita: movimento, alimentazione, relazioni e molto altro.

CONDUTTRICI

Paola Frisoli

Ostetrica coordinatrice del Consultorio San Donato di Osio Sotto, si occupa da molto tempo di gruppi sulla salute della donna nelle varie età della vita e di promozione della salute.

Elisabetta Palazzi

Dr.ssa neurofarmacologa esperta di percorsi di educazione alimentare nelle scuole.
