

MIÉRCOLES, 20 NOVIEMBRE DE 2024
A LAS 17H. EN EL CENTRO DE LA MUJER DE CONSUEGRA

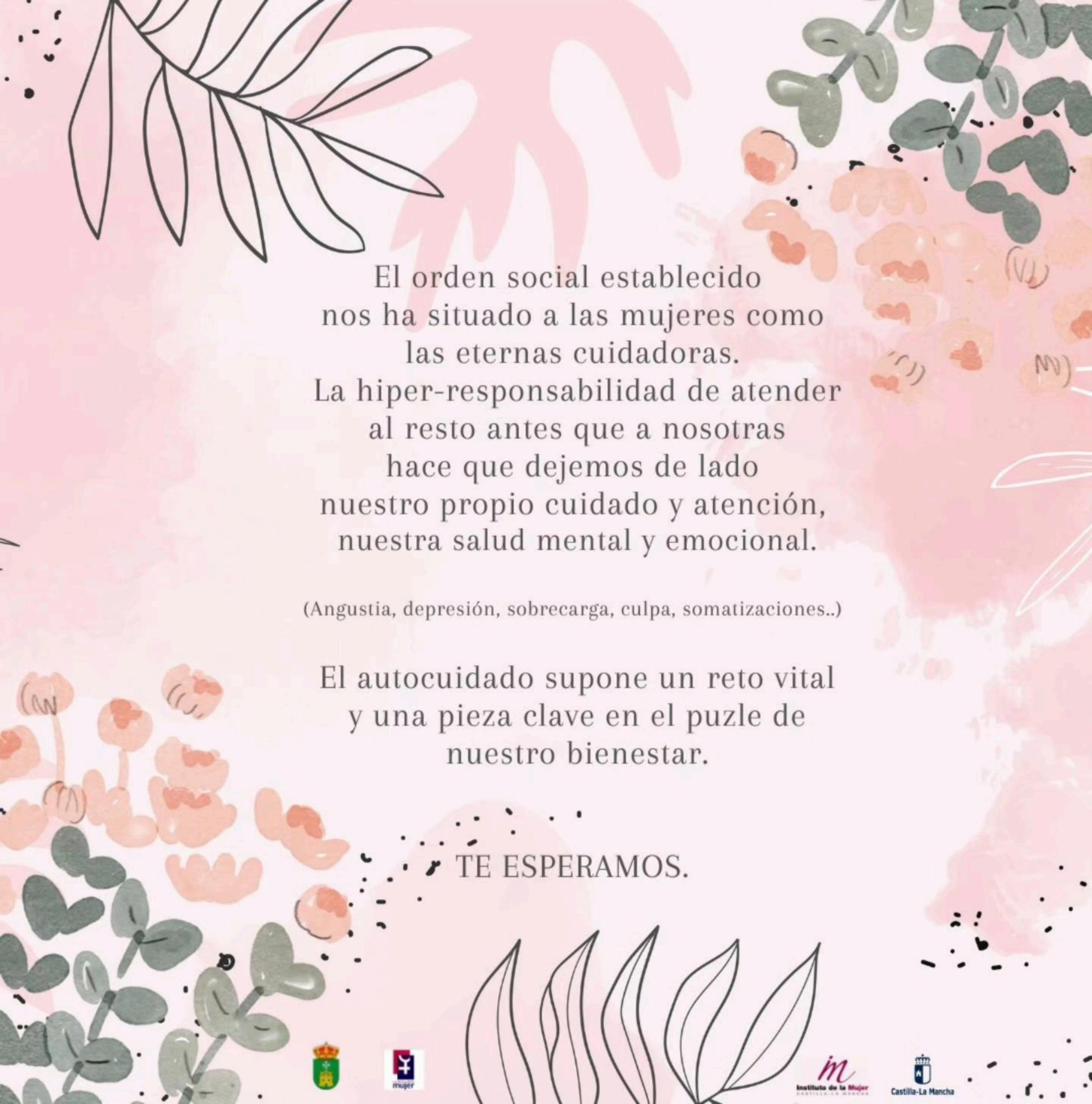
MALESTARES DE GÉNERO EN LA SALUD DE LAS MUJERES

"Esas cosas 'normales' que nos hacen polvo"

*CHARLA TEÓRICO - PRÁCTICA impartida por Jennifer Medina Miralles,
Enfermera y Formadora especializada en género.*

Entrada libre. Actividad gratuita.





El orden social establecido
nos ha situado a las mujeres como
las eternas cuidadoras.
La hiper-responsabilidad de atender
al resto antes que a nosotras
hace que dejemos de lado
nuestro propio cuidado y atención,
nuestra salud mental y emocional.

(Angustia, depresión, sobrecarga, culpa, somatizaciones..)

El autocuidado supone un reto vital
y una pieza clave en el puzle de
nuestro bienestar.

TE ESPERAMOS.

