

• Inauguración

- 19 h **Montse Gatell. Presidenta Institut Català de les Dones / Montse Roura. Directora y creadora de “ella y el abanico”.**
Desfile de “Mujeres Reales”.
Proyección del documental “ Mujeres sin Pausa” de Paula Palacios.
-

• Conferencias - Mañana

- 10:00 h **¿Cómo conseguir un corazón sano y feliz?** Teresa Rius i Gelabert. Cardióloga. **Centro Médico Teknon.**
10:45 h **¿Qué me pausa? Habita tu cuerpo, dialoga con tu inconsciente.** Mercedes Aldany. **Terapeuta Psico-Corporal. Consulta en Ginebra.**
11:30 h **El tratamiento hormonal en la menopausia: ¿Ángeles o Demonios?.** Leila Onbargi. Ginecóloga. **Centro Médico Teknon.**
12:15 h **No te sofoques: Los Fitoestrógenos.** Cristina Rubio. Bióloga. **Drasanvi.**
13:00 h **La menopausia desde un enfoque global de la mujer.** Prof. Santiago Dexeus. Director de Somdex, Ginecología. **Fundación Somdex.**

• Talleres

- 14:00-15:00 h **Agujas sin hilo para la menopausia.** Margarita de Legórburu. Acupuntora.
14.00-15.00 h **Taller de Sanación Pránica: respira, medita. Disfrútate!** Marta Puig. Terapeuta e instructora de sanación pránica.
14.00-15.00 h **Cuidados médico-estéticos para la menopausia.** Imma Gonzalez. Médico Máster en Medicina estética.
15:00-16:00 h **El calcio, del plato al hueso.** Margarida Vilaró. Directora de “Las Recetas de ella y el abanico”.
15.00-16.00 h **Taller de Imagen personal.** Antonia Gambau. Asesora de imagen personal y directora de “Tu imagen ella y el abanico”.

• Conferencias - Tarde

- 16:00 h **Alteraciones del sueño en la mujer: buscando soluciones.** Francesc J. Segarra. Psicólogo. **Clínica del Sueño Estivill.**
16:45 h **Afrontando un nuevo cambio, combatiendo la sequedad.** Gemma Olivera Sánchez. Comadrona Assir de Granollers. **Grupo Italfarmaco.**
17:30 h **Menopausia: ¿No dejes escapar tu colágeno!** M.Teresa Figueras i Jové. Bióloga. Directora de Protein, SA. **Colnatur.**
18:15 h **Nutrición en la menopausia.** M. Pilar Ibern, Gavina. Alimentación y Salud. **Vegetalia.**
19:00 h **¡Uy, me duelen los huesos! ¿Qué hago?** Isabel Fernández Domínguez. Ginecóloga. **100% Natural.**
-

• Conferencias - Mañana

- 10:00 h **La pérdida del talento femenino a partir de los 50.** Anna Mercadé. Directora del Observatori Dona, Empresa i Economia. **Cambra de Comerç de Barcelona.**
10:45 h **S.O.S. ¿Qué pasa con mis ojos?** Maria f. de la Paz / Jaume Borrás. Médico especialista en ojo seco. Centro de Oftalmología Barraquer / Dtor. general Brudy Lab. **Brudy Lab.**
11:30 h **Tener ganas de tener ganas.** Elena Ruiz Domingo / Josep Allué Creus. Ginecóloga. Máster en patología mamaria /Profesor de la UAB. **DSO.**
12:15 h **Plantas medicinales para la mujer.** Llorenç Teixé. Herbolario y gerente. **El Manantial de la Salud.**
13:00 h **Pon en forma tu sexualidad.** Natalia Domínguez. Psicóloga y sexóloga. **Tena Lady.**

• Clausura

- 13:45 h **Francina Vila.** Regidora de Dona i Drets Civils. **Ajuntament de Barcelona.**
Anna Mercadé. Directora del Observatori Dona, Empresa i Economia. **Cambra de Comerç de Barcelona.**
Montse Roura. Directora y creadora de “ella y el abanico”.
Lucila Laske. Cantante de tangos, cerrará el Fòrum con el tema “ Yo soy así ” reivindicando a la mujer real.