

Dossier de premsa

¿Què és el “Fòrum Dona i Menopausa”?

L'única trobada divulgativa bianual a Espanya, de dones en l'etapa de la menopausa que comparteixen les seves inquietuds amb especialistes del camp de la salut, l'activitat física, l'estètica, la moda, la sexualitat o l'alimentació, els reptes del qual son:

- **Contribuir a ampliar la informació, comprensió i respecte envers la menopausa.**
- **Fomentar el diàleg entre els professionals i les dones.**
- **Reivindicar que la menopausa no és una malaltia sinó una etapa més en la vida de les dones.**
- **Involucrar als mitjans de comunicació.**
- **Estendre aquest Fòrum a altres ciutats i països.**

II Fòrum Dona i Menopausa i dia internacional de la Menopausa

El **II Fòrum Dona i Menopausa** es celebra coincidint amb el 18 d'octubre, **Dia Internacional de la Menopausa**, amb l'objectiu de difondre coneixements i augmentar la consciència social sobre aquest tema.

Durant aquest últim segle, l'esperança de vida de les dones s'ha duplicat, situant-se en una mitjana superior als 80 anys, ubicant l'aparició de la menopausa en un moment en el que la dona es troba en plena activitat personal i professional, d'aquí la importància de celebrar Jornades com el **II Fòrum Dona i Menopausa**, que dóna a conèixer a fons els canvis que es produeixen per a poder conciliar amb naturalitat la menopausa amb la vida personal, professional i familiar.

El **II Fòrum Dona i Menopausa** està organitzat per “**ella y el abanico**” i compta amb el suport de l'**Institut Català de les Dones** i la **Regidoria Dona i Drets Civils** de l'Ajuntament de Barcelona.

Desenvolupament de l'esdeveniment

En el **II Fòrum Dona i Menopausa**, es realitzaran tallers i conferències amb prestigiosos especialistes com el **Dr. Santiago Dexeus** o el **Dr. Estivill**. Tanmateix, a través de les conferències programades, els assistents podran resoldre dubtes, compartir experiències, conèixer la simptomatologia o les diferents opcions expertes, per atenuar alguns dels efectes de la menopausa.

Assumpta Serna, padrina d'“**ella y el abanico**” i distingida actriu, compartirà la seva experiència i conciliació de la menopausa amb la seva vida professional, per tots coneguda i **Carlos Olalla** actor i escriptor ens explicarà els tabús que existeixen encara entorn a la andropausa, en l'acte de clausura.

Sobre “ella y el abanico” (més info en www.ellayelabanico.com)

“ella y el abanico” va néixer l’any 2010 de la mà de la seva directora, **Montse Roura**, amb l’objectiu de contribuir a fer més fàcil el camí cap a una de les etapes més llargues en la vida de les dones: la **menopausa**, que encara existeixen tabús, dubtes i estereotips que l’envolten.

Des de llavors una **comunitat 2.0 de més de 9.000 dones i més de 600.000 visites registrades** en el seu portal, és el lloc de referència sobre la menopausa en els països de parla hispana i un lloc de trobada i intercanvi a la Xarxa per a dones.

“ella y el abanico” està dirigit a les dones entre 40 i 60 anys que desitgin conèixer tant l’abans, el durant i el després d’aquest procés vital i en ell pots trobar les novetats que es vagin produint amb articles i notícies sobre menopausa, osteoporosi, sexualitat, sòl pelvià, nutrició, bellesa, esport, teràpies naturals, salut emocional; cursos i tallers, llibres, vídeos, dirigides a les dones en la etapa de la menopausa.

Montse Roura, directora de “ella y el abanico”, i impulsora d’aquesta iniciativa, desenvolupa aquest projecte per positivament l’inici d’aquesta etapa, desmitificant els tabús que existeixen sobre ella. **“La meva experiència durant la menopausa em va impulsar a crear “ella y el abanico” i ajudar, sobre tot informar, a totes aquelles dones que arriben a aquesta etapa amb por.”**

“ella y el abanico” ha desenvolupat diferents accions:

- 🌐 **Barcelona-Abril de 2010- I Saló de la Menopausa**, el qual va aconseguir els seus objectius de reivindicar la menopausa com una etapa més de la vida de les dones i contribuir a que el tema sigui abordat públicament de manera oberta, amplia i ben informada. Els professionals de la salut que van presentar ponències, van abordar temes tan variats com els efectes de l’alimentació, els canvis en la sexualitat, les alteracions emocionals, la incontinència urinària, els dolors articulars i els avantatges i desavantatges de la teràpia hormonal substitutiva.
- 🌐 **Buenos Aires - Agost de 2012. I Fórum Mujer y Menopausia**, de caràcter internacional, va comptar amb diverses conferències i tallers sobre salut, nutrició, bellesa i benestar en la menopausa.
- 🌐 **Barcelona - Octubre de 2012. I Fòrum Dona i Menopausa**, que amb el lema “**Tot el que necessites saber sobre la menopausa**”, va constar de tres dies de conferències i tallers amb la menopausa com a tema central amb un enfocament molt ampli, que comprenia des de la medicina tradicional a les teràpies alternatives. Va comptar amb la participació de més de 20 experts en diferents àrees del camp de la salut i les teràpies alternatives, destacant la participació de la cardiòloga **Teresa Rius**, de la clínica Teknon, el **Dr. Santiago Dexeus** o la **Dra. Maria de la Paz**, de l’ **Instituto Barraquer**.
- 🌐 **Madrid-Abril de 2014. Taula rodona “Menopausia/Andropausia ¿Y ahora qué?”** amb la participació de ponents com **Carmen Plaza**, directora de l’**Instituto de la Mujer de Madrid**, **Assumpta Serna**, actriu i padrina d’ “ella y el abanico”, **Carlos Olalla**, el **Dr. Santiago Palacios**, **Director de l’Instituto Palacios de Salud y Medicina de la Mujer**, **Rosario Castaño**, psicòloga clínica i sexòloga i **Montse Roura**, directora d’ “ella y el abanico”.

CONFERÈNCIES I TALLERS

Durant els 3 dies (**16,17 i 18 d'Octubre**) que tindrà lloc el **II Fòrum Dona i Menopausa** s'oferiran les següents:

CONFERÈNCIES

TÍTOL	Professional	Gentilesa de:
¿Què podem fer per millorar la sequedat vaginal?	Mireia Grossmann	Cumlaude Lab
Abordem naturalment els símptomes de la menopausa	Dra. Inma González	Pileje
La menopausa , etapa de la vida gens pejorativa.	Dr. Santiago Dexeus	Fundació Somdex
Podem controlar els fogots durant el somni.	Dr. Eduardo Estivill	Clínica del son Estivill
Plantes naturals indispensables en la menopausa	Llorenç Teixé	El Manantial de la Salud
Dubtes més freqüents sobre la llet, ¿mite o realitat?	Dra. Joima Panisello	Instituto Puleva de nutrición
La aromàteràpia millora el benestar de la dona: Menopausa i Menstruació una visió alquímica	Idili Lizcano	ALQVIMIA
Embeleix amb naturalitat i seguretat	Dra. Nuria Escoda	Centre de Medicina Estètica Dra. Escoda
Sòl pèlvic: Nous aliats i realitats	Dr. Carlos Balmori	Intimina
La importància de la nutrició i els complementos alimentosos per a la salut del cor	Dra. Elena Ruiz	Cien por cien Natural

Pendiente Confirmar

TALLERS

TÍTOL	Professional	Gentilesa de:
6 Consells per Sentir-te guapa	Urbà González	Clinica GO & FER
Autoconsciència i apoderament	Betlem Estrany	Regidoria de Dona i Drets Civils
Vesteix-te com una deessa	Montse Teixidó	
Les boles xines, saps utilitzar-les?	Adeline Aranega	Kitsch
Respira, relaxa't y gaudeix.	Marta Puig	Mundo Pránico
Per confirmar		

INAUGURACIÓ

	Montse Gatell	Presidenta Institut Català de les Dones.
	Montse Roura	Directora i creadora d'ella y el abanico.
	Margarida Vilaró	Directora de "Las Recetas de ella y el abanico".
Desfilada de 10 dones reals, reivindicant la bellesa natural de la dona madura		

CLAUSURA

	Francina Vila	Regidora de Dona i Drets Civils Ajuntament de Barcelona
	Assumpta Serna	Actriu i padrina d' ella y el abanico
	Carlos Olalla	Actor i escritor
	Montse Roura	Directora i creadora d' ella y el abanico

DADES DE L'ESDEVENIMENT

Nom: II Fòrum Dona i Menopausa

Dates: 16, 17 i 18 d'Octubre 2014.

Localització: Auditori Casa del Mar

C/Albareda, 1 - Barcelona

Accessos: L3 Paral·lel - Bus : 57,157, 64, 36

Informació i coordinació:

Cristina Campos: info@ellayelabanico.com

Elena Vallet : forum@ellayelabanico.com

Directora de premsa:

Marisa Oliver: m.oliver@sensorycommunication.com



PATROCINADORS



100%
natural

Manantial de Salud
FITOTERAPIA TRADICIONAL

cumlaude

lab : tecnología
del bienestar



ARMAND BASI

ALQVIMIA

PiLeje

LA MICRONUTRICIÓN

— INTIMINA™
by LELO

dra | escoda
CENTRO DE MEDICINA ESTÉTICA

COL-LABORADORS


Salud Total Médicos
y medicinas


La nueva mirada hacia el interior femenino
www.v-introversion.com

 FUNDACIÓN SOMDEX

 estivill clínica del son


CLÍNICA GO&FER


first team
fundación formación cinematográfica




Plusesmas.com
La web que te ayuda a reinventar la vida