



## ESPais DE DEBAT PUNT D'IGUALTAT 2011

Durant l'any 2011 s'han realitzat 15 espais de debat en els quals s'han tractat les temàtiques següents:

<p><b>ESPai DE DEBAT</b></p> <p><b>Temps de crisi?</b> Eines i recursos per gestionar l'economia domèstica de forma eficaç</p> <p>A càrrec de Dolors Cano i Garcia, tècnica de Promoció Econòmica del Consell Comarcal del Baix Empordà</p> <p><b>Dilluns 21 de febrer a les 15'15h</b> PUNT D'IGUALTAT Passatge Pompeu Fabra, 2 - Santa Cristina d'Aro</p> <p>Entrada gratuïta i oberta a tothom <b>US HI ESPEREM!!!!</b></p>	<p><b>ESPai DE DEBAT</b></p> <p>Com canviaria la teva vida si creguessis completament en tu mateix/a?</p> <p><b>L'AUTOESTIMA</b></p> <p>A càrrec de Silvia Congost Provencal, psicòloga terapeuta</p> <p><b>Dimecres 6 d'abril a les 20h</b> PUNT D'IGUALTAT Passatge Pompeu Fabra, 2 (972 83 73 91) Santa Cristina d'Aro</p> <p>Entrada gratuïta i oberta a tothom <b>US HI ESPEREM!!!!</b></p>	<p><b>ESPai DE DEBAT</b></p> <p><b>Viure un càncer des d'una actitud positiva</b></p> <p>Amb M. Rosa Dachs Peitivi, autora del llibre <i>Eclipsi, una manera de viure el càncer</i> un relat sobre l'experiència de superar un càncer de mama des d'una òptica real i optimista.</p> <p><b>Dimecres 15 de juny a les 20h</b> al Punt d'igualtat de l'Ajuntament de Santa Cristina d'Aro</p> <p>Entrada gratuïta i oberta a tothom <b>US HI ESPEREM!!!!</b></p>	<p><b>ESPai DE DEBAT</b></p> <p>Què és l'autoestima i quina relació té amb les nostres emocions? Per què a vegades ens inconsciem que ens diguem coses positives? Com podem fer valer els nostres sentiments, drets i opinions? Com podem afrontar efectivament "converses difícils"? Com podem millorar la nostra afectivitat i practicar l'egoisme sa?</p> <p><b>AFFECTIVITAT I AUTOESTIMA: Practica l'egoisme sa</b></p> <p>Títol de debat a càrrec de Laura Cano i Pascual, psicòloga i psicoterapeuta del Centre de Psicoteràpia Ireu</p> <p><b>Dimecres 19 d'octubre a les 20 h al</b> PUNT D'IGUALTAT Passatge Pompeu Fabra, 2 - Santa Cristina d'Aro</p> <p>Entrada gratuïta i oberta a tothom <b>US HI ESPEREM!!!!</b></p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

- **Com gestionar positivament l'ansietat** a càrrec de Núria Perez (psicòloga)
- **Temps de crisi? Eines i recursos per gestionar l'economia domèstica de forma eficaç** a càrrec de Dolors Cano tècnica de l'Àrea de Promoció Econòmica del Consell Comarcal del Baix Empordà.
- **Alimentació i salut infantil** a càrrec de José Herrero, infermer.
- **Fisioteràpia respiratòria** a càrrec de Carles Nadal, fisioterapeuta i osteòpata.
- **L'autoestima** a càrrec de Silvia Congost, psicòloga i psicoterapeuta.
- **M'han fet àvia i avi, i ara què?** a càrrec de Carme Riu, educadora i terapeuta familiar sistèmica
- **La fibromiàlgia** a càrrec Héctor Savatier, metge del CAP de Palamós i Irene López, fisioterapeuta.
- **Viure un càncer des d'una actitud positiva** a càrrec de M. Rosa Dachs Peitivi.
- **Dijous Innovadors: Ser autònom/a** a càrrec de Daniel Viader.
- **Afectivitat i autoestima: Practica l'egoisme sa** a càrrec de Laura Cano, psicòloga i psicoterapeuta.
- **Una personeta més a la família** del Programa Creïxer amb tu de la Generalitat de Catalunya.
- **Vols ser parelles Lingüística?** a càrrec de Susanna Parals del Consorci de Normalització Lingüística.

**PUNT D'IGUALTAT**

Passatge Pompeu Fabra, 2 – 17246 Santa Cristina d'Aro. Tel. 972 83 73 91

[igualtat@santacristina.net](mailto:igualtat@santacristina.net) – [www.santacristina.net/ajuntament/igualtat](http://www.santacristina.net/ajuntament/igualtat)



- **Mira què fan ara! Què ens diu la televisió més enllà del que veiem?** a càrrec de Joan Tisminetzky del programa *Aprendre amb tu* de la Generalitat de Catalunya
- **Aprendre a gestionar positivament l'agressivitat dels nostres fill/es** a càrrec de Laura Cano, psicòloga i psicoterapeuta.
- **Relacions de parella amb dependència emocional** a càrrec de Silvia Congost, psicòloga i psicoterapeuta.



**NOMBRE DE PERSONES PARTICIPANTS ESPAIS DE DEBAT 2010**

	Dones		Homes		Total
	SCA	FORA	SCA	FORA	
<b>15 espais de debat</b>	<b>100</b>	<b>96</b>	<b>27</b>	<b>11</b>	<b>234</b>