

Asociación "Nova Dona i Salut"

Red adscrita red PACAP  type unknown

Temas

Mujeres, Salud mental/Bienestar emocional, Formación.

Descripción

Los objetivos de esta actividad son los siguientes: facilitar que la mujer se vea como un ser en evolución, que pasa sus etapas satisfactoriamente; aprender a vivir de forma natural y positiva con nuestros cuerpos, disfrutando plenamente, e intercambiar en grupo alternativas posibles para mejorar el nivel de salud. Las actividades que se realizan son las siguientes: terapia de grupo sobre la problemática detectada en esta etapa para conocer todos los cambios físicos y emocionales del proceso de envejecimiento natural; lectura de pensamiento positivo; automasaje y masaje compartido para el autoconocimiento y mejora de la salud; ejercicios de respiración con musicoterapia; cinefórum, etc. El funcionamiento del programa ha dado lugar a una Asociación ("Nova Dona y Salut"), actualmente con 250 asociadas, que realiza un protocolo adaptado de las anteriores actividades, además de otras actividades lúdicas y festivas. Para su realización se utiliza un local propio, así como el aula y el gimnasio del centro de salud. La asociación dispone asimismo de biblioteca. Existe una programación anual con objetivos, actividades y posterior memoria. Dentro del programa de la mujer se planifican objetivos anuales evaluables, que se insertan en la memoria del centro de salud. La actividad está abierta a otros centros de salud, grupos de mujeres, asociaciones. Se tutela la formación de las monitoras de la asociación por parte de las matronas. Se observan grandes beneficios a nivel físico, psíquico y de relación, lo cual redundará en la mejora de su salud. En la actualidad, a petición del ayuntamiento y de asociaciones de vecinos, esta actividad se ha ampliado a otras zonas y barrios de Valencia. La asociación ha crecido en número, ha adquirido locales propios y ha participado en diversas jornadas y congresos. Los objetivos para el año 2000 incluyen la realización de otro taller ocupacional, charlas bimensuales y actividades lúdicas.

Población

Población General - Cualquiera (Mujeres)

Persona de contacto

Xaro Garcés Pérez (963805409) (omegaxaro@hotmail.com)

Entidad participante/colaboradora/promotora

Centro de Salud Padre Jofré

Fecha de última actualización de la actividad

23/07/2015

Situación actual de la actividad

Histórica

Localización

Calle Beato Nicolas Factor 1 46007 Valencia Valencia Valencia/València Comunidad Valenciana España



Fecha de la Actividad

De 01/01/2015 a 01/02/2015

Imagen de la Actividad

