# Programació Igualtat - Grup explorant la menopausa: Una transformació amb benestar i consciència

## Red adscrita CAT

## Temas

Mujeres, Personas mayores, Salud mental/Bienestar emocional, Salud sexual y reproductiva.

## Descripción

Grup explorant la menopausa: Una transformació amb benestar i consciència

Espai per explorar i comprendre millor la perimenopausa i la menopausa. Treballarem a través de la corporalitat, compartirem i resoldrem dubtes per viure aquesta etapa amb consciència i benestar.

6 sessions: 1, 15 i 29 d'octubre, 12 i 26 de novembre i 10 de desembre, de 18 a 20h.

Escoles de Palou (Passeig Francesc Fàbregas, 43)

A càrrec de Ruth Matito , fisioterapeuta i sexòloga

## Población

Población Adulta (Mayores de 14 años) - Mujeres ()

## Persona de contacto

Mariona Martín i Laia Papiol (938 426 714) (cird@granollers.cat)

## Fecha de última actualización de la actividad

12/11/2026

## Situación actual de la actividad

Activa

## Gratuita

Sí

## Localización

Paseo Francesc Fàbregas 43 08401 Granollers Granollers Barcelona Cataluña España




## Página web del proyecto

http://granollers.cat/igualtat

## Imagen de la Actividad

# Programació CIRD

## Setembre-Desembre 2026

Organitza:

Ajuntament de Granollers