



# IV JORNADES FEMINISTES DE SANT JUST DESVERN LES AUTOCURES

NOV '24

DIVENDRES 15

19h  
PRESENTACIÓ

19:30h **TEATRE**  
'MALES DONES' de La Melancòmica

21h **PISCOLABIS**

22h **DISBAUXA**  
BINGO MUSICAL FEMENÍ  
Amb DJ Shrek

DISSABTE 16

9:30h **ESMORZAR**

10h **ESPORT**  
ZUMBA PER A DONES  
Amb Raquel Rubiales  
*Es recomana portar roba d'esport.*

11h **ESPORT**  
ENTRENA COM UNA LLOBA  
Amb Fit Lovas, el gimnàs femení.  
Activitat física per redefinir el concepte  
de dona perfecta. Servei de canguratge.

12:10h **En bici sense edat**  
Sant Just Solidari ens explica aquest projecte.

12:30h **XERRADA**  
AUTOCURA EMOCIONAL  
EN LES DIFERENTS ETAPES  
DE LA VIDA

Amb Elma Roura, experta  
en desenvolupament personal.

12:30h **TALLER INFANTIL**  
COMPARTIM CÀRREGUES  
Amb l'equip de psicòlogues Emotional Seeds.  
Taller adreçat a infants de 4 a 8 anys.

17h **TALLER**  
ESPAI DE BENESTAR EMOCIONAL  
Amb Esther Noya, actriu i coach

18:15h **XERRADA**  
ELS TABÚS DE LA ENDOMETRIOSI  
Amb Lyona Alyona, il·lustradora i escriptora.  
Entrevistada per la Clara Narvió,  
periodista cultural i politòloga santjustenca.

19:45h **XERRADA**  
EDATISME  
Amb Anna Freixas, psicòloga. Entrevistada  
per la Núria García, periodista santjustenca.

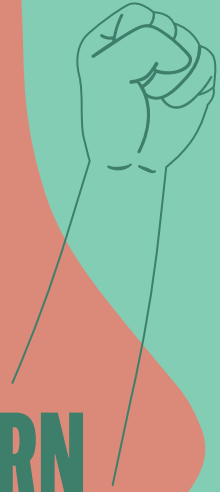
21h **PISCOLABIS**  
22h **MONÒLEG FEMINISTA**  
MALVADES  
Amb Cristina Guiv i Anna Eme.



Totes les activitats són gratuïtes  
📍 Casal de Joves  
🚗 E30, 157, 63, JM, L51 i T3



# IV JORNADES FEMINISTES DE SANT JUST DESVERN LES AUTOCURES



15 i 16  
DE NOVEMBRE  
2024

Tallers  
Cultura  
Xerrades  
Esport  
Comunitat  
Disbauxa



Lyona Alyona  
Clara Narvi3n  
Elma Roura  
La Melanc3mica  
Fit Lovas  
Sant Just Solidari  
Emotional Seeds  
Esther Noya  
Anna Freixas  
N3ria Garc3a  
Raquel Rubiales



Ajuntament de  
Sant Just Desvern

**SANT JUST DESVERN**



Casal de Joves

Naturalment  
Collserola