

Vibora

Sábado 31 de mayo - Mañana

AUDITORIUM

- 10.00h Propósito de vida, **Xuan Lan**
- 11.00h Educación sexual, **Laura Ferrer, Montse Iserte**
- 12.00h De niña herida a mujer salvaje, **Gaspar Hernández, Sara Sarmiento, Júlia Pascual**
- 13.00h Nutrición y emociones, **Edgar Barrionuevo**
- 14.00h Cuerpo, mente y tiempo: el envejecimiento y la menopausia en la psicología de la mujer, **Dra. Rosa Molina**

ÁGORA

- 10.30h Cuenta contigo, **Patricia Ramirez**
- 11.30h Somos de leche, **Alba Padró**
- 12.30h Parir como en casa, **Dra. Carmina Comas y Chiara Capece**
- 13.30h Alimentación hormonal, **Marta León**

Sábado 31 mayo - Tarde

AUDITORIUM

- 16.00h Vivir con plenitud, **Gaspar Hernández**
- 17.00h Cuida tus hormonas desde primera menstruación, **Marta León**
- 18.00h Transforma tu salud, **Xevi Verdaguer y Mercedes Mila**
- 19.00h Detox emocional, **Silvia Olmedo**
- 20.00h TBC

ÁGORA

- 16.30h TBC
- 17.30h TBC
- 18.30h Deseo, **Nayara Malnero**
- 19.30h TBC

Vibora

Domingo 1 junio - Mañana

AUDITORIUM

- 10.00h Relaciones nutritivas, **Francesc Miralles, Rafael Santandreu**
- 11.00h Menopausia, una nueva etapa, **Marta Marcé, Dra. Lola Martín de Barberá**
- 12.00h Anti dietas, **Gabriela Uriarte**
- 13.00h Tu sexo es tuyo, **Sylvia de Béjar**
- 14.00h TBC

ÁGORA

- 10.30h Cuidados piel y cabello en menopausia, **Dra. Ana Maria Molina**
- 11.30h El movimiento como fuente de energía, **Carla Kira**
- 12.30h Bienestar y descanso, **Jana Fernández**
- 13.30h Nacer con respeto, **Laia Casadevall**

Domingo 1 junio - Tarde

AUDITORIUM

- 16.00h Salud y calidad de vida de las mujeres, **Dra. Miriam Al Adib**
- 17.00h Això no és Suècia, **Elisenda Pascual, Aina Clotet**
- 18.00h Desearte, **Laura Cámara**
- 19.00h Slow life, **Rafael Santandreu**

ÁGORA

- 16.30h TBC
- 17.30h Sexualidad, **Elena Crespi**
- 18.30h Nutrición femenina, **Carla Zaplana**
- 19.30h TBC

Vibra+ talleres

Sábado 31 mayo

	Sala A1 - Vibra+	Sala A2 - Vibra+	Sala A3 - Vibra+
10.30h	Respira, entrena, medita Magalí Dalix	Relaciones de pareja Montse Iserte	Tratamiento del Cansancio en la Menopausia Edgar Barrionuevo
11.00h			
11.30h	Espalda sana Xuan Lan	Deseo sexual Nayara Malnero	Alimentando la compasión Marta García
12.00h			
12.30h	Danza útera Nuria Peguera	Menarquía, menstruación y calidad sexual Laura Ferrer	Alquimia natural para una piel radiante Carmen Roldán
13.00h			
13.30h	Descanso y networking	Descanso y networking	Descanso y networking
16.30h	Respira, entrena, medita Magalí Dalix	Relaciones de pareja Montse Iserte	Tratamiento del Cansancio en la Menopausia Edgar Barrionuevo
17.00h			
17.30h	Recuperar la sabiduría del cuerpo Carla Kira	Lactancia de la A a la Z Alba Padró	Alimentando la compasión Marta García
18.00h			
18.30h	Danza útera Nuria Peguera	Menarquía, menstruación y calidad sexual Laura Ferrer	Alquimia natural para una piel radiante Carmen Roldán
19.00h			

Domingo 1 junio

	Sala A1 - Vibra+	Sala A2 - Vibra+	Sala A3 - Vibra+
10.30h	Entrenamiento y salud para la mujer Fit Lovas	Creatividad cíclica Paloma Alma	DesVergüénzate Omar Rueda
11.00h			
11.30h	Tantra, intimidad y relaciones plenas Premamaui	Maternidad consciente y libre, ¿es posible? Laia Casadevall	Ikigai Francesc Miralles
12.00h			
12.30h		Disfruta tu Menopausia y Perimenopausia Marta Marcé	
13.00h			
13.30h	Descanso y networking	Descanso y networking	Descanso y networking
16.30h	Entrenamiento y salud para la mujer Fit Lovas	Disfruta tu Menopausia y Perimenopausia Marta Marcé	DesVergüénzate Omar Rueda
17.00h			
17.30h	Tantra, intimidad y relaciones plenas Premamaui	Maternidad consciente y libre, ¿es posible? Laia Casadevall	Ikigai Francesc Miralles
18.00h			
18.30h		Creatividad cíclica Paloma Alma	
19.00h			

*Estos talleres son exclusivos para la entrada Vibra+. Su acceso será bajo reserva previa en el Área del Visitante.