

## DOMANDE E RISPOSTE SU "CON CURA"

### A chi è rivolto il progetto?

Il progetto "Con Cura" è rivolto a donne di ogni età e provenienza che sentono il bisogno di un **cambiamento** e vogliono conoscere e/o approfondire i temi legati alla salute di genere, all'economia solidale e alle relazioni non violente per creare insieme una **rete** di confronto, supporto e cooperazione.

### Quali sono gli obiettivi?

Il progetto "Con Cura" si propone di fornire strumenti culturali e indicare buone pratiche volte a promuovere consapevolezza e **fiducia** nelle possibilità di ognuna di ottenere cambiamenti negli standard di vita, contrastare la violenza di genere e la marginalità sociale, creare una rete di **confronto** e supporto sui temi della salute delle donne di ogni età.

### Perché il progetto "Con Cura"?

L'attuale crisi economica e ambientale, legata alla pandemia, ha messo in evidenza i punti di debolezza e le fragilità strutturali delle nostre società fondate su un modello individualista, rendendo urgente un discorso articolato intorno alla cura: dall'educazione alla salute, all'ambiente, alla costruzione di un nuovo tessuto delle **relazioni sociali**. E' necessario ripensare la cura come un valore fondante della società che riguarda l'intera collettività, un **bene comune** che va condiviso.

### Come partecipare a "Con Cura"?

Tutti i percorsi offerti all'interno del progetto "Con Cura" sono **gratuiti**. Per info e iscrizione a incontri e laboratori è necessario iscriversi inviando una mail a [info@armoniedonnebologna.it](mailto:info@armoniedonnebologna.it) specificando nome, cognome e numero di telefono.

Per gli incontri on-line sarà fornito un link zoom.

Gli incontri in presenza si terranno all'interno della sede di Armonie nel rispetto delle normative anti-Covid vigenti.

**SI RINGRAZIANO TUTTE E TUTTI COLORO CHE HANNO PARTECIPATO A QUESTO PROGETTO**

## ASSOCIAZIONE ARMONIE APS

Armonie è un'associazione di donne nata nel 1994 che si occupa di sviluppare azioni per la tutela della salute psicofisica delle donne. Luogo di divulgazione di una cultura rispettosa delle differenze con progetti educativi, di condivisione di buone pratiche volte al benessere delle donne, nonché sede di ricerca attorno agli studi matriarcali.

Armonie sostiene progetti come la sartoria sociale, corsi di italiano per donne straniere, doposcuola, costituendosi nel territorio come punto di riferimento per le donne e le famiglie in condizione di vulnerabilità anche attraverso il servizio gratuito di ascolto e consulenza Voci di donne per promuovere inclusione e autodeterminazione. Se vuoi prenderti cura di noi e dei progetti che portiamo avanti ti puoi tesserare!

Scrivi a [info@armoniedonnebologna.it](mailto:info@armoniedonnebologna.it)

Via Emilia Levante 138, Bologna

TEL 051 548151

[armoniedonnebologna.it](http://armoniedonnebologna.it)

✉ [info@armoniedonnebologna.it](mailto:info@armoniedonnebologna.it)

Facebook Instagram [@armoniebologna](https://www.instagram.com/armoniebologna)

🚗 27 A-B-C, 19-19C, 94



## PRATICHE - RETI - RELAZIONI PER UNA COMUNITÀ DI CURA

"Dare centralità alla cura universale e attivarsi per renderla senso comune è un passo necessario per coltivare politiche di cura, vite piene e un mondo sostenibile"  
The care collective

con il contributo



## LA CURA DEL FUTURO

### Economia e pratiche di cambiamento

La Cura dell'ambiente e il confronto su pratiche economiche non patriarcali e non capitalistiche sono il tema di questi laboratori on line. Solo un cambiamento radicale dell'attuale sistema politico-economico potrà assicurare un futuro all'insegna del rispetto dell'ambiente e delle persone che abitano il pianeta. Ogni incontro offrirà la possibilità concreta alle donne di scambiare riferimenti e contatti reciproci creando una rete che potrà approfondire i temi trattati e creare dei gruppi di lavoro fra le partecipanti.

### Gli incontri si svolgeranno on-line

mercoledì 22 settembre 2021 dalle 20.30 alle 22.30

#### LIBERA IL MERCATO!

Gruppi d'acquisto solidali, Camilla Emporio di Comunità, Campi Aperti: Mercati contadini di prossimità, Arvaia: l'agricoltura sostenuta dalla comunità. Le esperienze offerte dal nostro territorio.

mercoledì 13 ottobre 2021 dalle 20.30 alle 22.30

#### SAPER FARE!

Buone pratiche di Autoproduzione

mercoledì 3 novembre 2021 dalle 20.30 alle 22.30

#### LE RADICI MATERNE DELL'ECONOMIA DEL DONO

L'Economia del dono: gli insegnamenti di Genevieve Vaughan

mercoledì 24 novembre 2021 dalle 20.30 alle 22.30

#### RISPARMIO A TUTTO TONDO

Gruppi Risparmio fra donne - Risparmiare con il riuso e il riciclo

mercoledì 15 dicembre 2021 dalle 20.30 alle 22.30

#### LEI ECONOMIA

Oltre il Patriarcato e il Capitalismo: le altre forme di economia promosse dalle donne.

**Daria Casali** - Mi chiamo Daria e sono una donna che cambia. Il mio cambiamento è iniziato a ventiquattro anni, quando sono diventata ecologista, ho spento la televisione e mi sono iscritta a un gruppo d'acquisto solidale, che ora è diventato Camilla, il primo emporio di comunità in Italia, di cui sono molto fiera e grata di essere socia! Sono una donna pacifista, in transizione e in decrescita, femminista e strega che da svariati anni frequenta cerchi di donne e studia, con tanto impegno e passione, metodi di comunicazione empatica e non violenta.

## UN ALTRO GENERE DI CURA

### Incontri e laboratori sulla Medicina e la Salute in una prospettiva di genere

Le differenze biologiche, psicologiche, socio-economiche e culturali tra uomo e donna hanno un impatto sullo stato di salute e di malattia delle persone. Scopriamo insieme percorsi e trattamenti adeguati alla fisiologia della Donna.

### Gli incontri si svolgeranno in presenza e on-line

sabato 30 ottobre 2021 dalle 18.00 alle 20.00

#### LE DIFFERENZE DI GENERE E LA SALUTE DELLA DONNA

con Paduanello, Mercuri, Nascetti

giovedì 11 novembre 2021 dalle 18.00 alle 20.00

#### DAL DOLORE MESTRUALE ALL'ENDOMETRIOSI (I°)

L'importanza della diagnosi precoce con Montanari, Nascetti

sabato 20 novembre 2021 dalle 18.00 alle 20.00

#### DAL DOLORE MESTRUALE ALL'ENDOMETRIOSI (II°)

L'alimentazione come cura con Mercuri

giovedì 25 novembre 2021 dalle 18.00 alle 20.00

#### DAL DOLORE MESTRUALE ALL'ENDOMETRIOSI (III°)

Vissuti e consapevolezza con Paduanello

sabato 4 dicembre 2021 dalle 18.00 alle 20.00

#### DALLA MENOPAUSA IN POI UNA NUOVA ETA'

con Paduanello, Mercuri, Nascetti

**Daniela Nascetti** - Medico Chirurgo Specialista in Ostetricia e Ginecologia. Esercita la professione con una particolare attenzione agli aspetti olistici e all'armonia generale della persona. Nella sua pratica medica affianca la Medicina non convenzionale alla Medicina ufficiale, e negli ultimi anni si occupa principalmente di menopausa.

**Concetta Paduanello** - Psicologa e Psicoterapeuta svolge terapie familiari, di coppia ed individuali nell'ottica sistemica. Oltre all'attività clinica, si occupa da tempo di benessere psicologico delle donne, promuovendo consapevolezza e acquisizione di competenze sui temi della salute, del benessere e dell'autodeterminazione

**Federica Mercuri** - Dietista MSc Scienze dell'Alimentazione. Nella pratica clinica si occupa principalmente di Disturbi della Nutrizione e dell'Alimentazione nell'adolescenza ed età adulta, combatte la grassofobia e lo stigma sanitario del peso attraverso percorsi nutrizionali inclusivi non prescrittivi.

**Giulia Montanari** - Ginecologa presso i Consultori Familiari della Ausl di Bologna. Dal 2006 si occupa della patologia endometriosica sia dal punto di vista scientifico che clinico-assistenziale. Ha contribuito alla creazione dell'ambulatorio di endometriosi e dolore pelvico cronico presso il Consultorio Roncati di Bologna.

## LA CURA SIAMO NOI

### Vivere relazioni non violente, una pratica quotidiana

Cura e violenza, che rapporto intercorre? Quali stereotipi ruotano attorno al lavoro di cura? Il lavoro riproduttivo può fermarsi?

**4 incontri laboratoriali e 2 incontri sulla Legislazione** per cercare di decostruire gli stereotipi di genere e riconoscere la violenza nelle relazioni.

### INCONTRI LABORATORIALI (in presenza presso Armonie)

Martedì 5 ottobre dalle 18.00 alle 20.00

#### HO CURA DI ME STESSA

Sono in grado di prendermi cura degli altri, ponendo in ultima istanza me stessa?

Martedì 12 ottobre dalle 18.00 alle 20.00

#### DI CHI MI PRENDO CURA E COME?

Il paradosso del lavoro necessario non riconosciuto

Martedì 19 ottobre dalle 18.00 alle 20.00

#### MI SENTO RICONOSCIUTA?

Cura e violenza: riconoscere i modelli patriarcali nelle relazioni

Martedì 26 ottobre dalle 18.00 alle 20.00

#### INTERDIPENDENZA

All you need is care. Tutte le persone hanno bisogno di cura

### INCONTRI LEGISLATIVI (on-line)

Martedì 2 novembre dalle 18.00 alle 20.00

#### IL DIRITTO A PRENDERSI CURA DI SE'

Il diritto a una vita libera dalla violenza

Martedì 9 novembre dalle 18.00 alle 20.00

#### CHI SI CURA DELLE DONNE STRANIERE?

Informativa sugli strumenti legali di protezione per le donne straniere

**Fulvia Lionetti** è ricercatrice e attivista femminista, laureata in Lettere e Filosofia presso il Dams Spettacolo di Bologna, attrice e regista di teatro, ha lavorato nel settore infanzia, collaborato con Centri Antiviolenza, conduce da anni laboratori di teatro per donne in un'ottica di prevenzione alla violenza di genere.

**Francesca Corrado** è laureata in Filosofia e in Studi di genere a Parigi con una tesi sulla Maternità surrogata e sulle politiche procreative. Coordinatrice e animatrice di proposte pedagogiche di educazione al genere rivolte ad adolescenti, adulti, donne in corso di alfabetizzazione, detenuti/e.

**Barbara Spinelli** è avvocatessa del Foro di Bologna ed attivista femminista per i diritti umani. Fa parte della Commissione di studio sui diritti umani dell'Ordine di Bologna e della Commissione Relazioni nel Mediterraneo del Consiglio Nazionale Forense. Scrive e conduce formazioni in materia di femminicidio, matrimoni forzati, tratta di esseri umani, diritti umani.