



Biblioteca Sofia Barat

ELS DIMARTS D'INTEGRAL



Biblioteca
Sofia Barat

PROGRAMACIÓ
2025-2026

Amb la
col·laboració:



Els dimarts d'Integral

La Biblioteca, en col·laboració amb els professionals d'*Integral Cooperativa de Salut*, us ofereix un cicle de xerrades sobre la salut amb l'objectiu d'aprendre a conèixer-nos millor i saber com prevenir determinades malalties.

Dimarts 28 d'octubre, a les 18.30 h.

El Mètode Tomatis® i el seu impacte en la vida quotidiana.

A càrrec de Marta Muñoz, terapeuta Tomatis Nivell 4.

Dimarts 25 de novembre, a les 18.30 h.

El rol a la infantesa. Com influeix en les relacions d'adult? Una mirada sistèmica.

A càrrec de Rosa Chacón, terapeuta familiar sistèmica.

Dimarts 16 de desembre, a les 18.30 h.

NADAL: festes en família i en pau, és possible?

A càrrec de M. Dolors Pallarès, psicòloga

Dimarts 27 de gener, a les 18.30 h.

Esteatosis i inflamació hepàtica no vírica tractades des de la medicina integrativa.

A càrrec d'Eulàlia Torrellas, metgessa de medicina integrativa i quàntica, i homeòpata.

Dimarts 24 de febrer, a les 18.30 h.

Cuida la salut del teu sistema cardiovascular.

A càrrec de Marta Rico, psicòloga, kinesióloga i titulada en Naturopatia.

Dimarts 24 de març, a les 18.30 h.

Salut de la dona: equilibra la teva salut amb l'acupuntura.

A càrrec de Nerea Huarte-Mendicoa, fisioterapeuta acupuntora especialitzada en salut de la dona i sòl pelvià.

Dimarts 28 d'abril, a les 18.30 h.

Teràpies Esenies i Egípcies, el treball subtil de les energies.

A càrrec d'Aurea Gómez, terapeuta manual.

Dimarts 26 de maig, a les 18.30 h.

Hàbits visuals saludables. Ergonomia i postura.

A càrrec de Montse Augé Serra, optometrista especialista en teràpia visual.

Dimarts 30 de juny, a les 18.30 h.

Per què no se'm treu el dolor? Les disfuncions miofascials en el dolor.

A càrrec de Víctor Argüelles, osteòpata fisioterapeuta