

[Inici](#) > [Versió PDF](#) > El programa 'Dona, salut i gènere' impulsat pel Consell Comarcal del Segrià oferirà a Albatàrrec quatre jornades sobre empoderament femení

OCT.
18
2021

EL PROGRAMA 'DONA, SALUT I GÈNERE' IMPULSAT PEL CONSELL COMARCAL DEL SEGRÀ OFERIRÀ A ALBATÀRREC QUATRE JORNADES SOBRE EMPODERAMENT FEMENÍ

PROGRAMA DONA, SALUT I GÈNERE

UN TASTET D'EMPODERAMENT FEMENÍ

"La finalitat d'aquest programa és promoure la salut i el benestar de les dones, afavorint l'empoderament femení a través del creixement personal, proporcionant recomanacions quotidianes adreçades a la millora del benestar i gestió emocional"

DIA 19/10/2021 AUTOESTIMA (AUTOCONEXEMENT, AUTOCURA, AUTOCONFIANÇA...)

DIA 26/10/2021 GESTIÓ EMOCIONAL (POTENCIAR EMOCIONS POSITIVES...)

DIA 02/11/21 HABILITATS SOCIALS (APRENDRE A DIR NO, GESTIÓ DE CONFLICTES...)

DIA 9/11/21 RISOTERÀPIA (AUGMENT DE LA VITALITAT I FOMENT DE L'EXTRAVERSIÓ...)

A CÀRREC DE TÀCTICA 360°

HORARI: 18:00 A 19:30

LLOC: AJUNTAMENT D'ALBATÀRREC (2n PIS)

INSCRIPCIONS: siadsegria.cat o rrodriguez.lleida.ics@gencat.cat o bé contactant amb la Treballadora Social del Consulti d' Albatàrrec al telèfon 973 720111

ORGANITZA: SIAD SEGRÀ I EAP LLEIDA RURAL SUD

   

Organitzades pel SIAD Segrià i l'EAP de

Salut Lleida Rural Sud, començaran aquest dimarts i s'allargaran fins al 9 de novembre

Organitzades pel SIAD Segrià i l'EAP de Salut Lleida Rural Sud, començaran aquest dimarts i s'allargaran fins al 9 de novembre

El programa 'Dona, salut i gènere' que organitza el SIAD Segrià (Servei d'Atenció a les Dones del Consell Comarcal del Segrià) conjuntament amb professionals de l'EAP de Salut de Lleida Rural Sud i en col·laboració de l'Ajuntament d'Albatàrrec oferirà durant els mesos d'octubre i novembre un seguit de sessions sota el títol 'Un tastet d'empoderament femení'.

La finalitat d'aquest programa és promoure la salut i el benestar de les dones, afavorint l'empoderament femení a través del creixement personal, proporcionant recomanacions quotidianes adreçades a la millora del benestar i de la gestió emocional.

El programa es desenvoluparà en quatre jornades a l'Ajuntament d'Albatàrrec, sempre de 18.00 a 19.30 hores i a càrrec de Tàctica 3600. La primera tindrà lloc el dimarts 19 d'octubre sobre 'Autoestima (autoconeixement, autocura, autoconfiança...). La segona, el dimarts 26, tractarà sobre 'Gestió emocional (potenciar emocions positives...). La tercera arribarà una setmana més tard (2 de novembre) i girarà al voltant del tema 'Habilitats socials (aprendre a dir no, gestió de conflictes...). Les sessions acabaran el dijous 9 de novembre amb 'Risoteràpia (augment de la vitalitat i foment de l'extraversió...).

Les inscripcions es poden fer als correus electrònics siad@segria.cat o rrodriguez.lleida.ics@gencat.cat o bé contactant amb la Treballadora Social del Consultori d'Albatàrrec al telèfon 973 720 111.

Adjunt:

 [Programa 'Dona, salut i gènere'](#)

< Enrera

URL d'origen:

<http://segria.cat/arees/noticies/el-programa-dona-salut-i-genere-impulsat-pel-consell-comcarcal-del-segria-oferira>