

Societat | Redacció | Actualitzat el 06/09/2017 a les 12:21

## El SIAD engega el projecte Dona Activa organitzant nous tallers

*Es tracta d'una oferta de taller dirigides a millorar el benestar de les dones*

El Servei d'Informació i Atenció a les Dones Montserrat Roig presenta la programació de setembre de les activitats del Programa Dona Activa. Una oferta de taller dirigides a millorar el benestar de les dones.

L'objectiu del programa Dona Activa és fer del SIAD un centre de trobada i de relació per a les dones de la ciutat, així com donar un respir a l'activitat quotidiana d'aquestes i de millora del seu benestar personal.

Les propostes d'enguany són les següents:

- Taller d'autoconeixement i benestar emocional: Dimecres de 9.30 a 11.30 h. Del 20 de setembre al 18 d'octubre.
- Taller *Dona, aprèn a gestionar amb èxit els teus recursos personals*. Dijous de 15.30 a 18.30 h. Del 21 de setembre al 21 de desembre.
- Sessions de Keep Calm. Dimecres de 9.30 a 10.30h. Cada 15 dies. Del 13 de setembre al 20 de desembre. Adreçat a usuàries del servei

Per inscripcions i informació cal trucar al telèfon 93 875 23 10 o bé enviant un correu electrònic [siad@ajmanresa.cat](mailto:siad@ajmanresa.cat) (<mailto:siad@ajmanresa.cat>).