



Dona informa't

Cicle de conferències
L'Urgell, tardor - 2012

Organitza:



CONSELL COMARCAL DE L'URGELL
C. d' Agoders, 16
25300 TÀRREGA
Tel. 973 50 07 07
www.urgell.cat

Col·laboren:



ASSOCIACIONS
DE DONES
de la Comarca de l'Urgell



CONSELL COMARCAL DE L'URGELL
SIAD
Servei d'Informació i
Atenció a les Dones



Federació
Catalana de
Voluntariat
Social



Ajuntament de Tàrraga



Ajuntament d'Agramunt



Ajuntament de Bellpuig
Taula de Participació de la Dona



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones

Fundació
CatalunyaCaixa

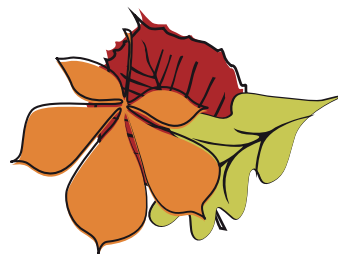


Us presentem la novena edició del cicle **Dona informa't** que una tardor més vol apropar-vos aquells temes i conferències, ben diverses totes, dedicades a les dones de la nostra comarca. Aquest col·lectiu es caracteritza per la seva vocació associativa, amb un total de 23 associacions de dones que s'han format als nostres pobles, totes elles ben actives i disposades a participar en activitats diverses, ja siguin organitzades per les mateixes associacions o bé proposades des d'altres àmbits com el Consell Comarcal, des d'on vetllem per mantenir el seu dinamisme.

Confiam que Agramunt, Bellpuig i Tàrraga acullin com cada any, amb una bona assistència a les xerrades, els ponents escollits amb la seguretat que aquests ens aportaran reflexions interessants.

Rosa M. Mora i Valls

Presidenta del Consell Comarcal de l'Urgell



Dimarts 6 de novembre a les 19 h - TÀRREGA

LA IMPORTÀNCIA DEL VOLUNTARIAT SOCIAL

A càrrec de La **Federació Catalana de Voluntariat Social**

Què significa ser voluntari? La importància del compromís responsable que implica l'acció voluntària i les habilitats socials necessàries (assertivitat, empatia, absència de perjudici, límits de l'acció voluntària). Presentació de la Federació Catalana de Voluntariat Social, delegació a Lleida

Lloc: sala d'actes del Consell Comarcal de l'Urgell

Dimecres 14 de novembre a les 19 h - AGRAMUNT

Dimarts 20 de novembre, a les 19 h - BELLPUIG

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE A LA CIUTAT DE LLEIDA HI HA UNA PRESÓ

A càrrec de **Pepita Pla, escriptora**

Presentació del seu llibre *A la ciutat de Lleida hi ha una presó*. Aquesta història ambientada a Lleida i basada en fets reals, parla del Josepet, un noi que veu truncada la seva vida per la guerra civil i la presó.

Lloc: Agramunt - al casal agramuntí, pl. Mercadal

Bellpuig, espai social Bellpuig, c. Ramon i Cajal, 25

Dijous 15 de novembre a les 19 h - TÀRREGA

EL ROL DE LA DONA AL LLARG DE LA HISTÒRIA

A càrrec de **Josep M. Solé i Sabaté, escriptor i historiador**

En aquesta xerrada es reflexionarà sobre el paper de la dona al llarg de la història i de la seva importància dins la societat, en els diferents àmbits: política, vida social, familiar, cultural...

Aquesta conferència està inclosa dins els actes de Commemoració del Dia Internacional contra la violència envers les Dones (25 de novembre)

Acte organitzat conjuntament entre el Consell Comarcal i l'Ajuntament de Tàrraga.

Lloc: sala d'actes del Consell Comarcal de l'Urgell

Dimecres 21 de novembre a les 19 h - AGRAMUNT

LA IMPORTÀNCIA DE CREAR I CUIDAR LA IMATGE DEL TEU NEGOCI

A càrrec de l'empresa **ACO, Assessoria d'Imatge Integral**, de Barcelona

S'exposaran els principals aspectes a l'hora d'escollir una imatge corporativa de l'empresa i la importància que té per al nostre negoci. Per què cal crear un valor de marca?

La imatge de les persones, el protocol, la higiene personal, les habilitats socials, l'atenció telefònica...

Lloc: casal agramuntí, pl. Mercadal

Dilluns 26 de novembre a les 18 h - TÀRREGA

QUÈ ÉS LA DIABETIS? SÍMPTOMES, DETECCIÓ I PREVENCIÓ

A càrrec de l'**Associació de Diabètics de Catalunya**, a Lleida

Xerrada sobre què és la diabetis. Quins són els principals símptomes i com es detecta. Prevenció i cura dels malalts. La importància de l'alimentació equilibrada i la salut física. Descripció de la tasca de l'Associació de Diabètics de Catalunya a Lleida.

Lloc: sala d'actes del Consell Comarcal de l'Urgell

Dilluns 3 de desembre a les 18.15 h - BELLPUIG

DONA I SALUT MENTAL: LES CRISIS VITALS

A càrrec de **Joan Pijuan, psicòleg clínic i psicoterapeuta**

Les dones experimenten situacions d'especial importància amb canvis i pèrdues que els afecten profundament. Poden ser experiències superables, font de malestar psicològic i, a vegades, trastorns mentals més o menys aguts. Cal donar valor a aquests moments vitals per fer prevenció i, si és necessari, demanar ajuda psicològica.

Lloc: espai social Bellpuig, c. Ramon i Cajal, 25