

Activitats: Salut

Clicant al títol de cada activitat hi trobareu una fitxa amb més informació

Drògues

- **L'any vinent què? Fent front a les noves situacions relacionades amb les drogues** ^[1] (Primària)
- **Parlem d'alcohol. Reflexions i orientacions per un consum responsable** ^[2] (ESO)
- **Parlem de cànnabis. Informacions per parlar, pensar i premsar** ^[3] (ESO)
- **Parlem de tabac. Consum, fum i d'altres perspectives** ^[4] (ESO)
- **Parlem de drogues. Idees sobre les que parlar i pensar** ^[5] (ESO i Postobligatòria)
- **Com parlar de drogues a casa. Orientacions per a famílies per prevenir l'ús problemàtic de drogues** ^[6] (Famílies)

Sexualitat

- **Què m'està passant?** ^[7] (ESO)
- **La regla, en parlem?** ^[8] (ESO)
- **Equitat menstrual** ^[8] (ESO)
- **Adolescència i sexualitat** ^[9] (ESO)
- **Gaudir sense riscos** ^[10] (ESO)
- **I tu, què en penses?. Mites sobre la sexualitat** ^[11] (ESO)
- **Exposició SEX o NO SEX** ^[12] (ESO)
- **La SIDA i la seva prevenció** ^[13] (ESO)
- **Adolescència identitats i diversitat sexual** ^[14] (ESO i PQPI)
- **Cercles concèntrics** ^[15] (ESO i Postobligatòria)
- **Les infeccions de transmissió sexual** ^[16] (ESO i Postobligatòria)
- **"No" és "No". Situacions de pressió amb les relacions de parella** ^[17] (ESO i Postobligatòria)
- **Què passa si dic que no?** ^[18] (ESO i Postobligatòria)
- **Taller de negociació en les relacions de parella** ^[19] (ESO i Postobligatòria)

Alimentació

- **Descobrim l'alimentació saludable** ^[20] (Primària)
- **Menja bé, tu hi guanyes** ^[21] (Primària)
- **Em responsabilitzo del meu dinar: serà saludable i segur!** ^[22] (Primària i ESO)
- **Begudes energètiques: són necessàries?** ^[23] (ESO)
- **La importància d'un bon esmorzar** ^[24] (ESO)
- **Sucres no, gràcies!** ^[25] (ESO)

- **Mites alimentaris i dietes miraculoses** ^[26] (ESO)
- **Saps com menges?. Pautes per a una alimentació saludable a l'adolescència** ^[27] (ESO)
- **Taller "Cuina sense pares"** ^[28] (ESO)
- **Tinc un cos i l'estimo** ^[29] (ESO)
- **És saludable una dieta vegetariana?** ^[30] (ESO i Postobligatòria)
- **AlimentaMENT** ^[31] (ESO i Postobligatòria)
- **Eines per acompanyar a les famílies en la prevenció dels TCA (Trastorns de la conducta alimentària)** ^[32] (Famílies)

Salut mental

- **El Gallo dormilón** ^[33](Primària)
- **Assertivitat per a infants** ^[34] (Primària)
- **Autoestima** ^[35](Primària) ^[36]
- **Consciència emocional** ^[37](Primària)
- **Empatia** ^[38](Primària)
- **Optimisme** ^[36](Primària)
- **Regulació emocional** ^[39](Primària)
- **Compto amb mi 3 (Gestió emocional)** ^[40](ESO)
- **Compto amb mi 4 (Gestió emocional)** ^[41] (ESO)
- **Assertivitat per a joves** ^[42] (ESO)
- **Què entenem per benestar emocional** ^[43] (Postobligatòria)
- **Autoconeixement. Què hi ha dins la meva motxilla?** ^[44] (ESO i Postobligatòria)
- **L'autoestima: el millor company de viatge** ^[45] (ESO i Postobligatòria)
- **Autoestima,autoconcepte i autoimatge** (^[46]Postobligatòria)
- **Estrès i ansietat** ^[47] (Postobligatòria)
- **Gestió del temps saludable** ^[48] (Postobligatòria)
- **Canviant el discurs: La salut mental com a estigma** ^[49](ESO i Postobligatòria)
- **What's Up! Com vas de salut mental?** ^[50] (ESO i Postobligatòria)

Pantalles

- **"Estàs empantallat?"** ^[51] (Primària)
- **Propera parada, les pantalles. Orientacions per els primers usos de les pantalles** ^[52](Primària)
- **Mals rotllos a les xarxes. Gestionant els conflictes en l'entorn digital** ^[53] (ESO)
- **Navegant per les xarxes. Orientacions per un ús responsable** ^[54] (ESO)
- **On està el límit? Reflexions al voltant de la privacitat a les xarxes** ^[55] (ESO)
- **La vida a través d'una pantalla. Claus per un ús segur i respectuós** ^[56] (ESO i Postobligatòria)
- **#Follow? Eines per acompanyar l'ús de les pantalles des del centre educatiu** ^[57] (Professorat)
- **#Like?. Eines per acompanyar l'ús de les pantalles des de casa** ^[58] (Famílies)
- **#Refresh? Eines per acompanyar en els primers contactes amb les pantalles des de casa** ^[59] (Famílies)
- **Mes activitats relacionades amb pantalles a l'apartat "Tecnologies de la Informació, Comunicació i Relació"** ^[60]

Prevenció

- **Cuida't les dents** ^[61] (Primària)
- **Taller d'autoprotecció bàsic** ^[62] (Primària)
- **Taller d'autoprotecció i SVB** ^[63] (ESO)

Altres

- **Aprèn, participa i dóna** ^[64] (Tots els nivells)
- **Qui mou els mes diners?** ^[65] (ESO i Postobligatòria)

// S'ha separat la Galeria d'imatges corresponent al uploader d'imatges propi del content type,
 // dels "nodes reference" als continguts de "Galeria d'imatges" pre-existents. ?> // Uploader
 d'imatges ?> // "Nodes reference" a les Galeries d'imatges ?>

Enllaços Relacionats

- **RECURSOS SALUT** ^[66]
- **GUIA D'ACTIVITATS I RECURSOS** ^[67]

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/guia-activitats-recursos/activitats-salut>

Enllaços

[1] <http://granollers.cat/resposta-educativa/l%E2%80%99any-vinent-qu%C3%A8-fent-front-les-noves-situacions-relacionades-amb-les-drogues> [2] <http://granollers.cat/resposta-educativa/parlem-d%E2%80%99alcohol-reflexions-i-orientacions-un-consum-responsable> [3] <http://granollers.cat/resposta-educativa/parlem-de-c%C3%A0nnabis-informacions-parlar-pensar-i-premsar> [4] <http://granollers.cat/resposta-educativa/parlem-de-tabac-consum-fum-i-daltres-perspectives> [5] <http://granollers.cat/resposta-educativa/parlem-dedrogues> [6] <https://granollers.cat/resposta-educativa/com-parlar-de-drogues-casa-orientacions-fam%C3%ADlies-prevenir-l%C3%BAs-problem%C3%A0tic-de> [7] <https://granollers.cat/resposta-educativa/qu%C3%A8-mest%C3%A0-passant> [8] <https://granollers.cat/resposta-educativa/la-regla-en-parlem> [9] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/adolescencia-i-sexualitat> [10] <https://granollers.cat/resposta-educativa/gaudir-sense-riscos> [11] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/i-tu-qu%C3%A8-en-penses-mites-sobre-la-sexualitat> [12] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/exposicio-sex-o-no-sex> [13] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/sida-i-seva-prevencio> [14] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/adolescencia-identitats-i-diversitat-sexual> [15] <http://granollers.cat/resposta-educativa/cercles-conc%C3%A8ntrics> [16] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/les-infeccions-transmissio-sexual> [17] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/no-%C3%A9s-no> [18] <http://granollers.cat/resposta-educativa/qu%C3%A8-passa-si-dic-que-no> [19] <https://www.granollers.cat/guia-activitats-recursos/taller-negociacio-i-habilitats> [20] <http://granollers.cat/resposta-educativa/descobrim-l'alimentaci%C3%B3-saludable> [21] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/menja-be-tu-hi-guanyes> [22] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/em-responsabilitzo-del-meu-dinar-ser%C3%A0-saludable-i-segur> [23] <http://granollers.cat/resposta-educativa/begudes-refrescants-isot%C3%B2nics-i-energ%C3%A8tiques-s%C3%B3n-necess%C3%A0ries> [24] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/clone-pautes-una-alimentaci%C3%B3-saludable-l%E2%80%99adolesc%C3%A8ncia> [25] <https://granollers.cat/resposta-educativa/sucres-no-gr%C3%A0cies> [26] <http://granollers.cat/resposta-educativa/mites-alimentaris-i-dietes-miraculoses> [27] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/pautes-una-alimentaci%C3%B3-saludable-l%E2%80%99adolesc%C3%A8ncia> [28] <http://granollers.cat/resposta-educativa/taller-cuina-sense-pares> [29] <http://granollers.cat/resposta-educativa/tinc-un-cos-i-lestimo> [30] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/no-tho-empassis> [31] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/no-tho-empassis-0> [32] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/eines-acompanyar-les-fam%C3%ADlies-en-la-prevenci%C3%B3-del-tca-trastorns-d-ela-conducta> [33] <https://granollers.cat/resposta-educativa/el-gallo-dormil%C3%B3n> [34] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/assertivitat2> [35] <http://granollers.cat/resposta-educativa/autoestima> [36] <http://granollers.cat/resposta-educativa/optimisme> [37] <http://granollers.cat/resposta-educativa/consci%C3%A8ncia-emocional> [38] <http://granollers.cat/resposta-educativa/empatia> [39] <http://granollers.cat/resposta-educativa/regulaci%C3%B3-emocional>

[40] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/compto-amb-mi-3-gesti%C3%B3-emocional>
[41] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/compto-amb-mi-4-gesti%C3%B3-emocional>
[42] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/assertivitat> [43] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/qu%C3%A8-entenem-benestar-emocional> [44] <http://granollers.cat/resposta-educativa/autoconeixement-qu%C3%A8-hi-ha-dins-de-la-meva-motxilla> [45] <http://granollers.cat/resposta-educativa/lautoestima-el-millor-company-de-viatge> [46] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/autoestima-autoconcepte-i-autoimatge> [47] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/estr%C3%A8s-i-ansietat> [48] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/gesti%C3%B3-del-temps-saludable> [49] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/canviant-el-discurs-la-salut-mental-sense-estigma> [50] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/whats-com-vas-de-salut-mental>
[51] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/estas-empantallat> [52] <https://granollers.cat/resposta-educativa/propera-parada-les-pantalles> [53] <http://granollers.cat/resposta-educativa/mals-rotllos-les-xarxes-gestionant-els-conflictes-en-lentorn-digital> [54] <http://granollers.cat/resposta-educativa/navegant-les-xarxes-orientacions-un-%C3%BAs-responsable> [55] <http://granollers.cat/resposta-educativa/est%C3%A0-el-l%C3%ADmit-reflexions-al-voltant-de-la-privacitat-les-xarxes>
[56] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/la-vida-trav%C3%A9s-duna-pantalla-claus-un-%C3%BAs-segur-i-responsable> [57] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/follow-eines-acompanyar-l%C3%BAs-de-les-pantalles-des-del-centre-educatiu> [58] <https://granollers.cat/resposta-educativa/eines-acompanyar-l%C3%BAs-de-les-pantalles-des-de-casa>
[59] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/refresh-eines-acompanyar-en-els-primers-contactes-amb-les-pantalles-des-de-casa> [60] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/activitats-tecnologies-informacio-comunicacio-i-relacio> [61] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/cuidat-les-dents>
[62] <http://granollers.cat/resposta-educativa/taller-dautoprotecci%C3%B3-b%C3%A0sic-l'alumnat-de-cicle-superior-de-prim%C3%A0ria> [63] <http://granollers.cat/resposta-educativa/taller-d%E2%80%99autoprotecci%C3%B3-i-suport-vital-b%C3%A0sic> [64] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/apren-participa-i-dona> [65] <https://www.granollers.cat/resposta-educativa/qui-mou-els-meus-diners> [66] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos/recursos-salut> [67] <http://granollers.cat/guia-activitats-recursos>