



[+](#) [1]

19 oct. 2023 - 09:30h

Crea la teva dieta digital Internet

Adreçat a emprenedors

Categoria: Formació

•

Can Muntanyola. Centre de Serveis a les Empreses [2]

- Adreça: *Camí del Mig, 22*
- Telèfon: 93 861 47 83
- ale: *empresagm@granollers.cat*

Cada vegada són més les empreses i professionals que tenen com a prioritat cercar el benestar dels seus treballadors per millorar la productivitat i rendiment d'equips i projectes.

Un dels factors per a millorar el benestar és, precisament, el dret a la desconexió digital que va ser aprovat amb la Llei de Desconnexió digital 10/2021

Ara bé, què passa en el cas dels professionals independents, persones autònomes o els emprenedors?

Com podem desconnectar de pantalles, ordinadors i dispositius tecnològics?

Mesura el teu nivell d'estrès digital, i vine el proper dimecres 19 a crear la teva pròpia dieta digital

Més informació ^[3]

Com anar-hi?

Calendari

febrer 2026

							[4]							
			[5]«					»[6]						
dl.	dt.	dc.	dj.	dv.	ds.	dg.								
							<u>1</u>	[7]						
<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>	<u>8</u>								
[8]	[9]	[10]	[11]	[12]	[13]	[14]								
<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>	<u>15</u>								
[15]	[16]	[17]	[18]	[19]	[20]	[21]								
<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>21</u>	<u>22</u>								
[22]	[23]	[24]	[25]	[26]	[27]	[28]								
<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u>	<u>27</u>	<u>28</u>									
[29]	[30]	[31]	[32]	[33]	[34]									

Cercador d'actes

Per paraula _____

Per categoria _____

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/crea-la-teva-dieta-digital-internet>

Enllaços

- [1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/doc_accio6557.jpg
[2] <https://www.granollers.cat/adreces/promocio-economica/can-muntanyola-centre-serveis-les-empreses>
[3] <https://canmuntanyola.cat/programa-activitats.html> [4] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02>
[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/crea-la-teva-dieta-digital-internet?mini=2026-01>

[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/crea-la-teva-dieta-digital-internet?mini=2026-03>
[7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-01> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-02> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-03> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-04> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-05> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-06> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-07> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-08> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-09> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-10> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-11> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-12> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-13> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-14> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-15> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-16> [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-17> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-18> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-19> [26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-20> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-21> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-22> [29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-23> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-24> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-25> [32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-26> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-27> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-28>