



30 gen. 2020 - 18:45h

"What's up!, com vas de salut mental?"

Xerrada sobre salut mental i emocions en adolescents

Categoria: Xerrada

- **Biblioteca Roca Umbert** ^[2]
 - Adreça: *C/ d'Enric Prat de la Riba, 77*
 - Telèfon: *93 860 44 50*
 - a/e: *b.granollers.ru@diba.cat*
- Sala d'actes

Xerrada sobre salut mental i emocions en adolescents

Quin paper juguen les emocions en la nostra salut mental i com podem ajudar els nostres fills i filles a gestionar-les

La sessió s'adreça a famílies d'alumnat d'ESO (12-16 anys) i de darrer cicle de primària (10-12 anys)

Taller dinàmic i participatiu de 75 minuts de durada a càrrec de Gemma Cantoni, psicòloga i formadora d'Obertament ^[3]

Contingut:

- Què entenem per salut mental
- Salut mental i emocions. Prejudicis
- Com podem promoure des de casa una bona gestió de les emocions a casa
- Torn de dubtes

L'activitat es farà a la sala d'actes de la Biblioteca Roca Umbert, de 18.45 a 20 h

Places limitades. Pots fer la inscripció en línia en aquest enllaç [4].

Organitzen: Obertament, Probitas, Ajuntament de Granollers

Com anar-hi?

Calendari

novembre
2025 [5]
 [6]« [7]

dl.	dt.	dc.	dj.	dv.	ds.	dg.
					<u>1</u> [8]	<u>2</u> [9]
<u>3</u> [10]	<u>4</u> [11]	<u>5</u> [12]	<u>6</u> [13]	<u>7</u> [14]	<u>8</u> [15]	<u>9</u> [16]
<u>10</u> [17]	<u>11</u> [18]	<u>12</u> [19]	<u>13</u> [20]	<u>14</u> [21]	<u>15</u> [22]	<u>16</u> [23]
<u>17</u> [24]	<u>18</u> [25]	<u>19</u> [26]	<u>20</u> [27]	<u>21</u> [28]	<u>22</u> [29]	<u>23</u> [30]
<u>24</u> [31]	<u>25</u> [32]	<u>26</u> [33]	<u>27</u> [34]	<u>28</u> [35]	<u>29</u> [36]	<u>30</u> [37]

Cercador d'actes

Per paraula _____

Per categoria _____

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen: <https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats>

Enllaços

- [1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/xerrada_families.jpg
- [2] <https://www.granollers.cat/adreces/culturals/biblioteca-roca-umbert>
- [3] <https://obertament.org/ca/ques-obertament/qui-som>
- [4] <https://www.granollers.cat/salut-i-consum/inscripci%C3%B3-la-xerrada-whats-com-vas-de-salut-mental>
- [5] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11>
- [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-10>
- [7] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-12>
- [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-01>
- [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-02>
- [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-03>
- [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-04>
- [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-05>
- [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-06>
- [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-07>
- [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-08>
- [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-09>
- [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-10>
- [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-11>
- [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-12>
- [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-13>
- [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-14>
- [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-15>
- [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-16>
- [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-17>
- [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-18>
- [26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-19>
- [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-20>
- [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-21>
- [29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-22>
- [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-23>
- [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-24>
- [32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-25>
- [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-26>
- [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-27>
- [35] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-28>
- [36] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-29>
- [37] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-30>