



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*
 - ale: *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

maig 2024 [5]

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]	<u>31</u> [38]		

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2024-05>

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/que-es-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/2024-05>
[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2024-04>
[7] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2024-06>
[8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-01> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-02> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-03>
[11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-04> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-05> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-06>
[14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-07> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-08> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-09>
[17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-10> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-11> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-12>
[20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-13> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-14> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-15>
[23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-16> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-17> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-18>
[26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-19> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-20> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-21>
[29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-22> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-23> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-24>
[32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-25> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-26> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-27>
[35] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-28> [36] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-29> [37] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-30>
[38] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2024-05-31>