



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

agost 2024 ^[5]

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

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen: <https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2024-08>

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