



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

setembre

2024 ^[5]

[6]«

»[7]

dl. dt. dc. dj. dv. ds. dg.

1 ^[8]

2 ^[9] 3 ^[10] 4 5 ^[11] 6 ^[12] 7 ^[13] 8 ^[14]

9 ^[15] 10 ^[16] 11 ^[17] 12 ^[18] 13 ^[19] 14 ^[20] 15 ^[21]

16 ^[22] 17 ^[23] 18 ^[24] 19 ^[25] 20 ^[26] 21 ^[27] 22 ^[28]

23 ^[29] 24 ^[30] 25 ^[31] 26 ^[32] 27 ^[33] 28 ^[34] 29 ^[35]

30 ^[36]

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2024-09>

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