



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

febrer 2025

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

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-02>

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/2025-02>
[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-01>
[7] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-03>
[8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-01> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-02> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-03>
[11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-04> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-05> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-06>
[14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-07> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-08> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-09>
[17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-10> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-11> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-12>
[20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-13> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-14> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-15>
[23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-16> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-17> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-18>
[26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-19> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-20> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-21>
[29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-22> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-23> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-24>
[32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-25> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-26> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-27>
[35] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-02-28>