



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 2025 ^[5]

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

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen: <https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-08>

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