



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

novembre
2025 ^[5]
 [6]« [7]

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]

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-11>

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/2025-11>
[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-10>
[7] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2025-12>
[8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-01> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-02> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-03>
[11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-04> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-05> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-06>
[14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-07> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-08> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-09>
[17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-10> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-11> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-12>
[20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-13> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-14> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-15>
[23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-16> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-17> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-18>
[26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-19> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-20> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-21>
[29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-22> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-23> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-24>
[32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-25> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-26> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-27>
[35] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-28> [36] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-29> [37] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-11-30>