



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

maig 2026 ^[5]
[6]« [7]

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

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2026-05>

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/2026-05> [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2026-04> [7] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2026-06> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-02> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-03> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-04> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-07> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-08> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-09> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-10> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-14> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-16> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-17> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-20> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-21> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-22> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-23> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-24> [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-25> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-26> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-27> [26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-28> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-29> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-30> [29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-31>