



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

juny 2026 ^[5]

[6]« [7]

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

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen: <https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2026-06>

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/2026-06> [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2026-05> [7] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/ajuntament/whats?mini=2026-07> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-03> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-04> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-05> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-06> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-11> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-17> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-18> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-19> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-20> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-25> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-26>