



± [1]

21 nov. 2025 - 17:30h

DiverBenestar: taller de mindfulness en família

DiverDivendres

Categoria: Taller familiar

•

Centre Cívic Can Bassa [2]

- Adreça: *Pl. Joan Oliver, 1*
- Telèfon: *93 870 62 03*
- *ale: centrecivicanbassa@granollers.cat*

Fitxa del centre [2]

El mindfulness és una disciplina mil·lenària i serveix per regular les emocions i sentiments. Practicarem el mindfulness en família per ajudar a millorar l'atenció, treballar l'empatia i la paciència, enfortir els llaços efectius i millorar l'harmonia en la llar. Una tarda de benestar per petits i grans.

A càrrec de M^a Carmen Morales

Taller dirigit a famílies amb infants a partir de 6 anys.

Activitat gratuïta amb inscripció familiar (1 adult + 1 o 2 infants), des del 7 de novembre fins a exhaurir places, a través de www.granollers.cat/diverdivendres [3] o presencialment a qualsevol dels cinc centres cívics de la ciutat.

Com anar-hi?

Calendari

febrer 2026

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

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/cultura/diverbenestar-taller-de-mindfulness-en-fam%C3%ADlia>

Enllaços

[1] <https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/diverbenestar.jpg>

[2] <https://www.granollers.cat/adreces/culturals/centre-civic-can-bassa>

[3] <https://www.granollers.cat/diverdivendres> [4] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02>

[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/diverbenestar-taller-de-mindfulness-en-fam%C3%ADlia?mini=2026-01>

[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/diverbenestar-taller-de-mindfulness-en-fam%C3%ADlia?mini=2026-03> [7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-01>
[8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-02> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-03> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-04>
[11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-05> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-06> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-07>
[14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-08> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-09> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-10>
[17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-11> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-12> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-13>
[20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-14> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-15> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-16>
[23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-17> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-18> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-19>
[26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-20> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-21> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-22>
[29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-23> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-24> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-25>
[32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-26> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-27> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-02-28>