



± [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

abril 2026 [4]

[5]«

»[6]

dl. dt. dc. dj. dv. ds. dg.

		1	2	3	4	5
		[7]	[8]	[9]	[10]	
6	7	8	9	10	11	12
		[11]	[12]	[13]	[14]	[15]
13	14	15	16	17	18	19
		[16]	[17]	[18]	[19]	[20]
20	21	22	23	24	25	26
		[21]	[22]	[23]	[24]	[25]
27	28	29	30			
		[29]	[30]	[31]	[32]	

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?mini=2026-04>

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/2026-04>

[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/diverbenestar-taller-de-mindfulness-en-fam%C3%ADlia?mini=2026-03> [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/diverbenestar-taller-de-mindfulness-en-fam%C3%ADlia?mini=2026-05>

[7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-02> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-03> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-04> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-05> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-08> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-09> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-10> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-11> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-12> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-13> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-15> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-16> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-17> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-18> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-19> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-20> [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-21> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-22> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-23> [26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-24> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-25> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-26> [29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-27> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-28> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-29> [32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-04-30>