



± [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

maig 2026 [4]

[5]« [6]

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

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

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=2026-05>

Enllaços

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

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

[3] <https://www.granollers.cat/diverdivendres> [4] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05>

[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/diverbenestar-taller-de-mindfulness-en-fam%C3%ADlia?mini=2026-04> [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/diverbenestar-taller-de-mindfulness-en-fam%C3%ADlia?mini=2026-06> [7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-02>

[8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-03>

[9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-07> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-08> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-09>
[12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-10> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-14> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-16>
[15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-17> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-20> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-21>
[18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-22> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-23> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-24>
[21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-26> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-27> [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-28>
[24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-29> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-30> [26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-05-31>