



 [1]

10 oct. 2024 - 18:30h

Taller d'higiene del son

Adreçat a persones a partir de 65 anys que presenten problemes per conciliar o mantenir el son

Categoria: Xerrada

-

Centre Cívic Nord [2]

- Adreça: C. Lledoner, 6
- Telèfon: 93 840 60 69
- a/e: centrecivcnord@granollers.cat

A càrrec de Sonia Sánchez, referent de benestar emocional i comunitària de l'equip d'Atenció primària Granollers Nord.

Organitza : ICS

```
if (count($node->field_imatges['und']) > 1) { ?>
```

Galeria de fotos

```
} ?>
```



+ [1]

Iut Mental - OCTUBRE de 2024

giene del son

partir de 65 anys que presenten problemes per conciliar

octubre de 2024, de les 18.30 a les 20 hores

Nord – Carrer Lledoner, 6 | Granollers

Si no podeu adreçar-vos al Centre Cívic Nord,

podem aplicar eines i estratègies per millorar la qualitat de vida, referent de benestar emocional i comunitària.

Institut Català de Salut
Departament de Salut
Estratègia de Salut

Organitzat per: Equip d'Atenció Primària Granollers Nord

Col·labora:

Ajuntament

+ [3]

Com anar-hi?

Calendari

agost 2025 [4]

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

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2025-08>

Enllaços

[1] <https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/insomni.jpg>
[2] <https://www.granollers.cat/adreces/socials/centre-civic-nord>
[3] https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/20241010_pantalladadmsm_peraj_2logos.jpg
[4] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08>
[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2025-07>
[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2025-09>
[7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-01> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-02> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-07> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-09> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-14> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-16> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-21> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-22> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-23> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-24> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-25> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-26> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-27> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-28> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-29> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-30> [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-08-31>