



[±](#) [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,

plicarem com aplicar eines i estratègies per millorar la qualitat de vida i el benestar emocional i comunitari.

Institut Català de Salut
Departament de Salut
Estratègia de Salut

Organitzador: Equip d'Atenció Primària Granollers Nord

Col·labora:

Ajuntament

+ [3]

Com anar-hi?

Calendari

març 2026 [4]

[5]« [6]

dl.	dt.	dc.	dj.	dv.	ds.	dg.
						<u>1</u> [7]
<u>2</u> [8]	<u>3</u> [9]	<u>4</u> [10]	<u>5</u> [11]	<u>6</u> [12]	<u>7</u> [13]	<u>8</u> [14]
<u>9</u> [15]	<u>10</u> [16]	<u>11</u> [17]	<u>12</u> [18]	<u>13</u> [19]	<u>14</u> [20]	<u>15</u> [21]
<u>16</u> [22]	<u>17</u> [23]	<u>18</u> [24]	<u>19</u> [25]	<u>20</u> [26]	<u>21</u> [27]	<u>22</u> [28]
<u>23</u> [29]	<u>24</u> [30]	<u>25</u> [31]	<u>26</u> [32]	<u>27</u> [33]	<u>28</u> [34]	<u>29</u> [35]
<u>30</u> [36]	<u>31</u>					

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=2026-03>

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/2026-03>
[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2026-02>
[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2026-04>
[7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-01> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-02> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-03> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-04> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-05> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-06> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-07> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-08> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-09> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-10> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-11> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-12> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-13> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-14> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-15> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-16> [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-17> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-18> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-19> [26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-20> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-21> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-22> [29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-23> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-24> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-25> [32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-26> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-27> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-28> [35] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-29> [36] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-03-30>