



 [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

pte podeu adreçar-vos al Centre Cívic Nord.

plicarem com aplicar eines i estratègies per millorar la qu
ánchez, referent de benestar emocional i comunitària.

Institut Català de Salut
Mental i Psicologia
Especialització Nord

Organisme Equip d'Atenció i Prevenció Granollers Nord

Col·labora:

Ajuntament

+ [3]

Com anar-
hi?

Calendari

juny 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]	7
<u>8</u> [13]	9	<u>10</u> [14]	<u>11</u> [15]	12	13	14
<u>15</u> [16]	16	<u>17</u> [17]	<u>18</u> [18]	<u>19</u> [19]	<u>20</u> [20]	21
22	23	24	<u>25</u> [21]	<u>26</u> [22]	<u>27</u> [23]	28
29	30					

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=2026-06>

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/2026-06>
[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2026-05>
[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2026-07>
[7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-01> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-03> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-04> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-05> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-06> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-08> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-10> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-11> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-15> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-17> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-18> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-19> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-20> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-25> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-26> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-06-27>