



 [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: centrecivicnord@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

•
bte podeu adreçar-vos al Centre Cívic Nord.

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

 Organitzat: Equip d'Atenció Primària Granollers Nord Col·labora: Ajuntament

[+](#) [3]

Com anar-
hi?

Calendari

agost 2026 ^[4]
^[5]« ^[6]

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

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=2026-08>

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/2026-08>

[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2026-07>

[6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/cultura/xerrada-sobre-linsomni?mini=2026-09>

[7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-08-06> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-08-13> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-08-20> [10]

<https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-08-27>