



 [1]

18 oct. 2022 - 18:00h

Benestar emocional. Educar en les emocions

Parlem en família

Categoria: Conferència

•

GRA. Equipament juvenil [2]

- Adreça: *Pl. Església, 8*
- Telèfon: *93 842 66 84*
- *ale: gra@grajove.cat*

Horari de l'equipament:

Dilluns a dijous de 16 a 20 h.

Dimarts a divendres de 9 a 13 h.

Dilluns matí i divendres tarda tancada l'Oficina Jove.

Adreçada a famílies amb infants, adolescents i joves

De 0 a 18 anys

DESCRIPCIÓ:

Les emocions formen part de la nostra forma de ser i sentir, però per gaudir d'una bona salut emocional és important entendre'ns a nosaltres mateixos i també als altres.

La xerrada parla de sentiments i emocions, un repte complex i alhora satisfactori que ens pot ajudar a gaudir del nostre benestar i el dels nostres fills i filles.

A càrrec de Montse Palet, psicòloga infantojuvenil, màster en Intervenció Infantojuvenil i en Teràpia Familiar Sistèmica, postgrau en Atenció Precoç. Cofundadora del centre de psicologia Espai Cognitoos

OBJECTIUS:

- Entendre la importància de treballar l'educació emocional.
- Desenvolupar les competències emocionals.
- Promoure estratègies per fomentar el benestar emocional.

CONTINGUT I METODOLOGIA:

Xerrada dinàmica que fomentarà la participació dels assistents i tindrà una presentació amb suport visual.

INSCRIPCIÓ:

Del 28 de setembre al 14 d'octubre de 2022

Inscriuiu-vos aquí: [Cicle de salut mental – xerrada octubre](#) ^[3]

*Durant el període d'inscripció rebreu un correu de confirmació d'assistència o bé que esteu en llista d'espera.

* Les places són limitades.

Com anar-hi?

Calendari

juliol 2025 ^[4]
[5]« [6]

dl.	dt.	dc.	dj.	dv.	ds.	dg.
<u>1</u>	<u>2</u> ^[8]	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	
^[7]		^[9]	^[10]	^[11]	^[12]	

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

<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>
[13]	[14]	[15]	[16]	[17]	[18]	[19]
<u>14</u>	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>
[20]	[21]	[22]	[23]	[24]	[25]	[26]
<u>21</u>	<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u>	<u>27</u>
[27]	[28]	[29]	[30]	[31]	[32]	[33]
<u>28</u>	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u>			
[34]		[35]	[36]			

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/educaci%C3%B3/benestar-emocional-educar-en-les-emocions?mini=2025-07>

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/parlemenfamilia_0.jpg
[2] <https://www.granollers.cat/adreces/juvenils/gra-equipament-juvenil>
[3] <https://forms.gle/U4vUYzrr5MsrMBDh8> [4] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07>
[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/educaci%C3%B3/benestar-emocional-educar-en-les-emocions?mini=2025-06> [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/educaci%C3%B3/benestar-emocional-educar-en-les-emocions?mini=2025-08> [7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-01>
[8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-02> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-03> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-04>
[11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-05> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-06> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-07>
[14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-08> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-09> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-10>
[17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-11> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-12> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-13>
[20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-14> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-15> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-16>
[23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-17> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-18> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-19>
[26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-20> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-21> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-22>
[29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-23> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-24> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-25>
[32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-26> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-27> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-28>
[35] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-30> [36] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2025-07-31>