



± [1]

23 nov. 2021 - 18:00h

M'ha baixat la regla! I ara què?

Parlem en família. Infància i adolescència

Categoria: Formació

•

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.

INFÀNCIA (DE 6 A 11 ANYS) I ADOLESCÈNCIA (+12 ANYS)

«Dones cícliques més enllà de la menstruació»

Xerrada presencial

Objectius

- Ser conscient del que significa el cicle menstrual no només a nivell hormonal.
- Identificar els canvis que es produeixen durant el cicle.
- Proporcionar pautes de com ens hem de cuidar.
- Donar una visió global del que significa la menstruació i facilitar que se'n pugui parlar a casa amb naturalitat.

Contingut i metodologia

- Què vol dir ser cícliques
- Fases del cicle menstrual i característiques
- Materials clàssics per a la menstruació
- Materials respectuosos amb el nostre cos i amb el medi ambient

A càrrec de Nuria Risques, llevadora de l'ASSIR Granollers. Salut Pública de l'Ajuntament de Granollers

Període d'inscripció: del 8 al 22 de novembre de 2021

Inscribiu-vos aquí: <https://forms.gle/jbdjULMUYgh4wZcz5> [3]

Com anar-hi?

Calendari

gener 2026

$[4]$
 $[5] \ll$ $[6]$
 dl. dt. dc. dj. dv. ds. dg.
 $\frac{1}{[7]} \frac{2}{[8]} \frac{3}{[9]} \frac{4}{[10]}$
 $\frac{5}{[11]} 6 7 \frac{8}{[12]} \frac{9}{[13]} \frac{10}{[14]} \frac{11}{[15]}$

dl.	dt.	dc.	dj.	dv.	ds.	dg.
12	13	14	15	16	17	18
[16]	[17]	[18]	[19]	[20]	[21]	[22]
19	20	21	22	23	24	25
[23]	[24]	[25]	[26]	[27]	[28]	[29]
26	27	28	29	30	31	
[30]	[31]	[32]	[33]	[34]	[35]	

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

Cerca

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/educaci%C3%B3/mha-baixat-la-regla-i-ara-qu%C3%A8>

Enllaços

- [1] [https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/parlem en familia - 800x800 - publicacio_instagram.jpg](https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/parlem_en_familia_-_800x800_-_publicacio_instagram.jpg) [2] <https://www.granollers.cat/adreces/juvenils/gra-equipament-juvenil> [3] <https://forms.gle/jbdjULMUygh4wZcz5> [4] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01> [5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/educaci%C3%B3/mha-baixat-la-regla-i-ara-qu%C3%A8?mini=2025-12> [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/educaci%C3%B3/mha-baixat-la-regla-i-ara-qu%C3%A8?mini=2026-02> [7] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-01> [8] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-02> [9] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-03> [10] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-04> [11] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-05> [12] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-08> [13] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-09> [14] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-10> [15] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-11> [16] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-12> [17] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-13> [18] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-14> [19] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-15> [20] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-16> [21] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-17> [22] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-18> [23] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-19> [24] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-20> [25] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-21> [26] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-22> [27] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-23> [28] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-24> [29] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-25> [30] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-26> [31] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-27> [32] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-28> [33] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-29> [34] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-30> [35] <https://www.granollers.cat/agenda/data/2026-01-31>