



± [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*
- a/e: *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

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

Com anar-hi?

Calendari

març 2026 ^[4]

^[5]« ^[6]

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

1 ^[7]

2 3 4 5 6 7 8
^[8] ^[9] ^[10] ^[11] ^[12] ^[13] ^[14]

9 10 11 12 13 14 15
^[15] ^[16] ^[17] ^[18] ^[19] ^[20] ^[21]

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

[16](#) [17](#) [18](#) [19](#) [20](#) [21](#) [22](#)
[22] [23] [24] [25] [26] [27] [28]

[23](#) [24](#) [25](#) [26](#) [27](#) [28](#) [29](#)
[29] [30] [31] [32] [33] [34] [35]

[30](#) [31](#)
[36]

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?mini=2026-03>

Enllaços

[1] 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/2026-03>
[5] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/educaci%C3%B3/mha-baixat-la-regla-i-ara-qu%C3%A8?mini=2026-02> [6] <https://www.granollers.cat/printpdf/agenda/educaci%C3%B3/mha-baixat-la-regla-i-ara-qu%C3%A8?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>