



30 gen. 2020 - 18:45h

"What's up!, com vas de salut mental?

Xerrada sobre salut mental i emocions en adolescents

Categoría: Xerrada

- **Biblioteca Roca Umbert** [2]

- Adreça: C/ d'Enric Prat de la Riba, 77
- Telèfon: 93 860 44 50
- a/e: b.granollers.ru@diba.cat

- Sala d'actes

Xerrada sobre salut mental i emocions en adolescents

Quin paper juguen les emocions en la nostra salut mental i com podem ajudar els nostres fills i filles a gestionar-les

La sessió s'adreça a famílies d'alumnat d'ESO (12-16 anys) i de darrer cicle de primària (10-12 anys)

Taller dinàmic i participatiu de 75 minuts de durada a càrrec de Gemma Cantoni, psicòloga i formadora d'Obertament [3]

Contingut:

-Què entenem per salut mental

-Salut mental i emocions. Prejudicis

-Com podem promoure des de casa una bona gestió de les emocions a casa

-Torn de dubtes

L'activitat es farà a la sala d'actes de la Biblioteca Roca Umbert, de 18.45 a 20 h

Places limitades. Pots fer la inscripció en línia en aquest enllaç [4].

Organitzen: Obertament, Probitas, Ajuntament de Granollers

Com anar- hi?

Calendari

Cercador d'actes

Per paraula

Per categoria

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

URL d'origen:<https://www.granollers.cat/agenda/ajuntament/whats?mini=2020-03>

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/agenda/xerrada_families.jpg

[2] <https://www.granollers.cat/adreces/culturals/biblioteca-roca-umbert> [3] <https://obertament.org/ca/que-es-obertament/qui-som> [4] <https://www.granollers.cat/salut-i-consum/inscripc%C3%AD-la-xerrada-whats-com-vas-de-salut-mental>