



Salut mental = benestar emocional

Com podem afavorir una bona salut mental en els adolescents?

Dijous 28 d'octubre de 2021, a les 9 del vespre

amb **Joaquim Puntí**, psicòleg clínic, psicopedagog i psicoterapeuta, coordinador de l'Hospital de Dia de Salut Mental d'adolescents del Parc Taulí de Sabadell

Presencial: Escola Can Puig

En línia i més informació: educacio.banyoles.cat

Aquest curs acompanyarem cada activitat amb un relat per introduir el tema que tractarem. Així comença el relat d'aquesta activitat:

“Apaga el mòbil i deixa la mirada perduda.

- *Tot bé Júlia? – li faig des de la cuina.*
- *La Maria, que no em deixa respirar, m'ofega (...)*”

Pots llegir el relat de l'Eduquem en Família sencer en aquest enllaç:

<https://educacio.banyoles.cat/inici/id/8457/el-relat-de-leduquem-alter-ego>

Esperem que t'agradi.



Quina por! Parlem de les seves i de les nostres pors.

Tots tenim pors que podem acompanyar, infants, joves i adults.
Parlem-ne!

amb M^a Helena Tolosa, psicopedagoga, assessora educativa i familiar i artista

Dijous 26 de maig de 2022, a 2/4 de 9 del vespre

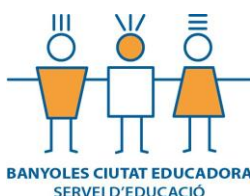
Lloc: Escola Pla de l'Ametller

Aquest curs acompanyem cada activitat amb un relat per introduir el tema que tractarem. Aquí en teniu un fragment:

“(...) I quan finalment arriben a casa, ell tanca la porta sabent que son tots a dins, respira alleugerit i pensa que potser demà no hi haurà cap monstre per afrontar(...)”

[Llegeix el relat sencer](#) de l'Eduquem en Família i més informació:
[al web del Servei d'Educació](#)

les AMPA
de Banyoles





Com acompanyar les emocions dels nostres fills.

Què em genera la seva frustració?

amb *Míriam Tirado*, consultora de criança conscient

Dimecres 16 de febrer de 2022, a 2/4 de 8 del vespre

Lloc: **Escola Can Puig**

Només presencial, amb aforament limitat i **inscripció prèvia**.

Aquest curs acompanyem cada activitat amb un relat per introduir el tema que tractarem. Aquí en teniu un fragment:

*“Les nou i deu i ara hi ha tempesta dins de casa.
Avui arribaran tard a l'escola i ja no importarà si plou o fa sol. L'Arnau calçarà
les botes cofoi i la mare es preguntarà, un cop més, la importància de la
baralla estèril que els ha portat al límit a tots.”*

[Inscriu-te prèviament a la xerrada des d'aquest formulari](#)

Llegeix el relat sencer de l'Eduquem en Família i més informació:

<https://educacio.banyoles.cat/>

Esperem que t'agradi.

les AMPA
de Banyoles

