

# Recursos sobre Salut mental i Joves

En la nostra societat tenim molta informació sobre recomanacions i consells que ens permeten tenir cura de la nostra salut física. En canvi, no hi ha gaire informació relacionada amb el nostre benestar emocional que és igual d'important per gaudir de la vida i ser feliços. El programa comunitari "Espai Jove" vol millorar els coneixements de la població respecte salut mental.

- [http://www.espaijove.net/continguts/FITXES\\_ADOLESCENTS\\_CAT.pdf](http://www.espaijove.net/continguts/FITXES_ADOLESCENTS_CAT.pdf)
- Més info: [espaijove.net](http://www.espaijove.net)

---

## Eines i recursos sobre BULLYING

```
[et_pb_section][et_pb_row][et_pb_column type="2_3"][et_pb_text admin_label="Títol" background_layout="light" text_orientation="left" use_border_color="off" border_color="#ffffff" border_style="solid"]
```

## Recursos i jornades sobre l'assetjament escolar

```
[/et_pb_text][et_pb_text admin_label="Descripció" background_layout="light" text_orientation="left" use_border_color="off" border_color="#ffffff" border_style="solid"]
```

Aquí hi trobaràs els materials que van utilitzar les persones que van prendre part en la *3a Jornada Tècnica de Salut Jove. BULLYING. Eines i recursos per a professionals que treballen amb joves.*

Les persones que hi van intervenir són les següents:

- *Una mirada a l'assetjament entre joves.* M. Carme Boqué Torremorrell
- [Asociación No al Acoso Escolar](#). Javier Pérez i Carmen Cabestany
- [Rompe el silencio](#). Carla Herrero
- [Tutoria Entre Iguales](#). IES Front Marítim, Barcelona. Salvador Rovira i Andrés González
- [H20. Col·lectiu gai, lesbiana, bisexual i transsexual del Camp de Tarragona](#). Claudia Vinyals

Així mateix, també trobaràs una breu descripció de cadascun d'ells i un document amb recursos relacionats amb la temàtica tractada.

```
[/et_pb_text][et_pb_cta admin_label="Link"
button_url="http://www.tarragonajove.org/Informaci_i_orientaci
/Jornada_Bullying/" use_background_color="off"
background_color="#2EA3F2" background_layout="light"
text_orientation="left" button_text="Enllaç al web"
url_new_window="off" use_border_color="off"
border_color="#ffffff" border_style="solid"
custom_button="off" button_letter_spacing="0"
button_use_icon="default" button_icon_placement="right"
button_on_hover="on" button_letter_spacing_hover="0"
/][et_pb_column type="1_3"][et_pb_image
admin_label="Image"
src="http://salut.pallarssobira.cat/wp-content/uploads/2015/06
/Captura-de-pantalla-2015-06-23-a-les-11.04.59.png"
show_in_lightbox="off" url_new_window="off" animation="left"
sticky="off" align="left" force_fullwidth="off"
always_center_on_mobile="on" use_border_color="off"
```

```
border_color="#ffffff" border_style="solid" /][et_pb_accordion
admin_label="documents" use_border_color="off"
border_color="#ffffff"
border_style="solid"][et_pb_accordion_item title="Llistat de
recursos presentats a les jornades"]
```

- [bulling8 \(pdf\)](#)
- [bulling7 \(pdf\)](#)
- [bulling6 \(pdf\)](#)
- [bulling5 \(pdf\)](#)
- [bulling4 \(pdf\)](#)
- [bulling3 \(pdf\)](#)
- [bulling2 \(pdf\)](#)
- [bulling1 \(pdf\)](#)

```
[/et_pb_accordion_item][/et_pb_accordion][/et_pb_column][et_p
b_row][/et_pb_section]
```

---

# Adaptación saludable de los adolescentes

```
[et_pb_section][et_pb_row][et_pb_column type="2_3"][et_pb_text
admin_label="Títol" background_layout="light"
text_orientation="left"]
```

## PROYECTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL PARA ADOLESCENTES Y PADRES DE ADOLESCENTES

```
[/et_pb_text][et_pb_text admin_label="Descripció"
background_layout="light" text_orientation="left" /][et_pb_cta
admin_label="Link"
button_url="http://salut.pallarssobira.cat/?p=411"
use_background_color="off" background_color="#2EA3F2"
background_layout="light" text_orientation="left"
button_text="Enllaç al pdf" /][et_pb_column][et_pb_column
type="1_3"][et_pb_image admin_label="Webscreen"
src="http://salut.pallarssobira.cat/wp-content/uploads/2014/09
/Captura-de-pantalla-2014-09-07-a-les-16.56.38.png"
show_in_lightbox="off"
url="http://www.infermeravirtual.com/cat" url_new_window="off"
animation="fade_in" sticky="off"
/][et_pb_column][et_pb_row][et_pb_section]
```

---

## **Educación emocional – propuestas para tutorías**

```
[et_pb_section][et_pb_row][et_pb_column type="2_3"][et_pb_text
admin_label="Títol" background_layout="light"
text_orientation="left"]
```

### **Educación emocional – propuestas para tutorías**

```
[/et_pb_text][et_pb_text admin_label="Descripció"
background_layout="light" text_orientation="left"]
```

Conscientes del esfuerzo del profesorado en conseguir una

educación integradora que contemple no sólo el área intelectual, sino también la socio-afectiva, ponemos a su disposición esta publicación que ofrece un marco general sobre las dimensiones emocionales y afectivas, y proporciona orientaciones para su programación en la tutoría.

```
[/et_pb_text][et_pb_cta                admin_label="Link"
button_url="salut.pallarssobira.cat/?p=417"
use_background_color="off"            background_color="#2EA3F2"
background_layout="light"            text_orientation="left"
button_text="Enllaç al pdf"  /][et_pb_column][et_pb_column
type="1_3" ][et_pb_image                admin_label="Webscreen"
src="http://salut.pallarssobira.cat/wp-content/uploads/2014/09
/Captura-de-pantalla-2014-09-07-a-les-16.56.50.png"
show_in_lightbox="off"  url="salut.pallarssobira.cat/?p=417"
url_new_window="off"  animation="fade_in"  sticky="off"
/][et_pb_column][et_pb_row][et_pb_section]
```