

L'Ajuntament de Girona reprèn el Grup d'Habilitats per a la Vida destinat als adolescents de la ciutat

L'equipament del Centre Jove de Salut de Girona acollirà, a partir del 21 d'octubre de 2026, unes trobades quinzenals gratuïtes centrades en la prevenció dels malestars emocionals durant l'adolescència

L'Ajuntament de Girona reprendrà aquest octubre, a través del Centre Jove de Salut, el Grup d'Habilitats per a la Vida, una iniciativa adreçada a adolescents de fins a 17 anys per treballar el benestar emocional i adquirir eines per afrontar situacions del dia a dia. Les sessions abordaran qüestions com l'autoestima, la comunicació, les habilitats socials, la gestió de les emocions, la resolució de conflictes i l'assertivitat. El programa es planteja com un espai segur i participatiu on els joves puguin compartir experiències, expressar preocupacions i relacionar-se amb altres adolescents. La regidora de Ciutat que Cuida i de Serveis Ambientals i Benestar Animal, Gemma Martínez, ha destacat que l'objectiu és «impulsar espais de suport, acompanyament i aprenentatge que ajudin els adolescents a adquirir eines per gestionar els malestars i les emocions pròpies d'una etapa tan important de la vida». També ha remarcat el valor del format grupal, ja que «permet compartir, escoltar-se i aprendre també dels altres». Les trobades es faran en grups reduïts i amb una metodologia dinàmica que combinarà activitats pràctiques amb espais de conversa i reflexió. La voluntat és que els participants puguin conèixer-se millor i incorporar recursos personals i socials que els siguin útils tant durant l'adolescència com més endavant. El grup començarà el 21 d'octubre de 2026 i es reunirà els dimecres, de manera quinzenal, de 17 a 18.30 h, al Centre Jove de Salut. L'activitat és gratuïta i està oberta a adolescents de fins a 17 anys que tinguin alguna vinculació amb Girona, ja sigui perquè hi viuen, hi estudien o hi treballen. Les persones interessades s'hi poden inscriure contactant directament amb l'equipament. Amb aquesta proposta, el Centre Jove de Salut manté la seva oferta de recursos orientats a la prevenció dels malestars emocionals i a la promoció del desenvolupament personal durant l'adolescència.

Font del document:

<https://www.diaridegirona.cat/girona/2026/09/24/l-ajuntament-girona-repren-grup-134627218.html>