

# Espai Parlem-ne (Espai Jove de Llançà)

Red adscrita  CAT

---

## Temas

Juventud, Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional.

---

## Descripción

L'**Espai Parlem-ne** és un espai específic que es desenvolupa dins l'Espai Jove de Llançà, orientat a la promoció de la salut emocional i el benestar dels i les joves. Està dinamitzat per una professional de joventut i psicòloga, i ofereix un entorn proper i de confiança.

El recurs combina activitats i dinàmiques grupals amb acompanyament individual personalitzat, adreçat a joves que necessiten un espai d'escolta, orientació o suport emocional. Aquest acompanyament permet atendre inquietuds personals, moments de malestar o dificultats emocionals, sempre des d'una mirada preventiva, educativa i de suport, i amb possibilitat de derivació a altres recursos especialitzats del territori quan cal.

A través del diàleg, la reflexió i el treball emocional, l'Espai Parlem-ne aborda temes com les emocions, les relacions, l'autoestima, els límits, la sexualitat, la gestió del malestar i la salut mental, adaptant-se a les necessitats de cada jove.

Es considera un actiu de salut perquè afavoreix l'expressió emocional, reforça l'autoconeixement i la resiliència, millora les habilitats personals i socials i contribueix a la detecció precoç de situacions de risc, promovent el benestar emocional i la cura de la salut mental juvenil.

---

## Contacto

Carla Cortés - dinamitzadora juvenil i psicòloga - 653190054 - joventut@llanca.cat

---

## Fecha de última actualización del recurso

29/01/2026

---

## Situación actual del recurso

Activa

---

## Localización

[illegible]

<https://www.llanca.cat/espai-jove/>  
<https://www.instagram.com/joventutllanca/>  
<https://www.instagram.com/joventutllanca/>

2 de 4



