

DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL

“Som comunitat, som salut mental: bones pràctiques comunitàries”

Manresa, 10 d'octubre de 2022



**Mapa de recursos de
Salut Mental a Manresa**



Col·labora:

Ràdio Manresa
95.8 FM - 1539 OM

SEU

tar·nja

Organitza:

TAULA

SALUT
MENTAL
MANRESA

Objectius:

- Visualitzar la salut mental i el seu impacte en les persones, les famílies i la comunitat.
- Oferir visibilitat a les activitats realitzades a Manresa vinculades a la salut mental comunitària.

ACTE COMMEMORATIU DEL DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL

Relator: Marcos Benítez Martín - Lloc: Plaça Sant Domènec a les 12 h*

- Lectura del Manifest elaborat per la Taula de Salut mental.
- Mostra d'activitats realitzades per persones vinculades a la salut mental.
- Acte institucional.

**En cas de pluja es realitzarà a l'Església de Sant Josep Obrer (Mutuam). Carrer de l'Era de l'Huguet 6-8. Manresa.*

ACTES PARAL·LELS

Salut mental i art

- **Del 17 d'octubre al 18 de novembre.** Espai Jove Joan Amades.
"El banquet" Exposició de ceràmica realitzada durant les activitats d'Estiu Jove 2022.
- **Del 11 d'octubre al 31 d'octubre.** L'Englantina de Manresa (Born, 1).
Exposició d'aquarel·les realitzades pels alumnes del taller organitzat per Salut Mental Bages.

Salut mental i lectura (inscripció prèvia)

- **Del 3 a l'11 d'octubre**, en horari habitual de la Biblioteca del Casino.
Racó de Salut mental.
- **Dimarts 4 d'octubre a les 19 h.** Biblioteca Ateneu de les Bases.
Club de lectura de novel·la.
- **Dimecres 5 d'octubre a les 19 h.** Biblioteca Ateneu de les Bases.
Club de lectura de FILOSOFIA.
- **Dijous 6 d'octubre a les 16 h.** Biblioteca del Casino.
Club de Lletres i música, Amb la participació de membres de la Taula de salut mental.
- **Dissabte 8 d'octubre a les 11.15 h.** Biblioteca del Casino.
Club de lectura infantil de 9 a 10 anys.

- **Dijous 13 d'octubre a les 18 h.** Biblioteca del Casino.
Els meus primers contes, per a infants de 1 a 3 anys acompanyats d'una persona adulta.
- **Dijous 13 d'octubre a les 19 h.** Biblioteca del Casino.
Club de novel·la dels dijous
- **Dijous 20 d'octubre a les 18 h.** Biblioteca de l'Ateneu de les Bases.
Club de lectura de novel·la
- **Dissabte 22 d'octubre a les 11.15 h.** Biblioteca del Casino.
Club de lectura infantil d'11 a 12 anys

Per a més informació podeu consultar el Blog de Biblioteques de Manresa.

Salut mental i benestar emocional (inscripció prèvia)

- **Dimarts 11 d'octubre a les 16 h.** Mutuam.
Taller de risoteràpia, obert a tothom.
- **Dijous 13 d'octubre a les 16 h.** Mutuam.
Sessió de ioga i relaxació, obert a tothom.

Inscripció prèvia a 93 873 24 12 o manresa@mutuam.com, plaçes limitades.

Salut mental i coneixement

- **Dimecres 19 d'octubre a les 10:00 h**
Sala d'Actes del Centre Cultural El Casino.
Taula rodona "Societat i malestar", amb Josep Franch Barba,
Jordi Giménez-Salinas Botella, Mercè Jubells Castelló i
Jaume Sanahuja Juncadella.



Pots participar a la taula rodona, responent a dues preguntes mitjançant el codi QR:

- **Divendres 28 d'octubre a les 18.30 h.** Auditori Plana de l'Om.
Pel·lícula i debat "A propósito de Schmidt". Entrades gratuïtes a la pàgina web del Kursaal.

Es projectaran vídeos de Salut mental "Veus com la teva" elaborats per Activa't per a la salut mental, en diferents espais de la ciutat.

Difusió de càpsules de Salut mental al Programa Hora L Catalunya Central (Ràdio Manresa) amb Eli Pagán els dilluns de 12 a 13 h Freqüència 95,8 FM.