


## **PARLEM-NE - Cicle de Salut mental**

Visibilització, empatia i inclusió són els tres eixos per encetar el cicle de salut mental per prioritzar el benestar emocional en commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental.

### **EXPOSICIÓ - CREATIVITAT, EXPRESSIÓ PLÀSTICA I SALUT MENTAL**

 Del 3 al 21 d'octubre


L'art com a motor de benestar emocional queda reflectit en aquesta sèrie d'obres realitzades per persones amb algun diagnòstic o trastorns de salut mental, Premi Xarxart en commemoració del 20è aniversari de la Fundació Congrés Català de Salut Mental (2000-2020). A càrrec de la Fundació Congrés Català de Salut Mental

### **EXPOSICIÓ - RETROSPECTIVA PARELLES ARTÍSTIQUES**

 Del 24 d'octubre al 25 de novembre

Complicitat, sensibilitat i amistat són el nucli d'aquest procés creatiu on es mostren les obres resultants de les darreres edicions del projecte de Parelles Artístiques, realitzades per parelles formades per dos artistes, un dels quals està vinculat a recursos de salut mental. A càrrec del Grup CHM Salut Mental i Osonament

### **XERRADA - EL SUÏCIDI JUVENIL ES POT PREVENIR?**

 Dilluns 10 d'octubre, a les 18 h


Pel 10 d'octubre, Dia Mundial de la Salut Mental, coneixerem la realitat del suïcidi, amb un especial enfocament a l'adolescència. Parlarem dels mites sobre el suïcidi a la nostra societat, els factors de risc i la protecció en l'adolescència donant eines de prevenció per a l'entorn. A càrrec de L'Associació Catalana per la Prevenció del Suïcidi (ACPS) i l'Associació per la prevenció del suïcidi i l'atenció al supervivent (APSAS).

### **TAULA RODONA - PETAR ESTIGMA**

 Dijous 27 d'octubre, a les 18.30 h

Creus que estigmatitzem a algunes persones? T'has sentit assenyalada alguna vegada? Participa amb nosaltres! Debatrem i trencarem mites existents al voltant de la salut mental. A càrrec de l'Associació per a la rehabilitació de les persones amb problemes de salut mental (AREP)

### **VISITA I TAST A CAN CALOPA**

 Dissabte 22 d'octubre, a les 11 h

Coneixem de primera mà el projecte l'Olivera, cooperativa de treball i d'iniciativa social en el món rural i periurbà a la masia de Can Calopa. Ho farem a través de les seves instal·lacions: masia, celler, corral, vinya i hort. Acabarem amb un pica-pica i tastet dels seus vins. A càrrec de l'Olivera cooperativa.

 Inscripcions al web del centre cívic: [cvazquezmontalban.inscripcionscc.com](http://cvazquezmontalban.inscripcionscc.com)