

# DIA MUNDIAL SALUT MENTAL 2023

#bibliosbagesSalutMental  
#bibliosmoianèsSalutMental

# SM



## XERRADES

**Envelliment i Alzheimer**, càpsula formativa. **St. Vicenç de Castellet**, 21 set · 17h

**Carn nua** de Blanca Soler, presentació del llibre als alumnes de 3r ESO de l'Institut-Escola

Guillem de Balsareny i xerrada al voltant dels trastorns de la conducta alimentària. **Balsareny**, 9 oct · 15h

**La comunicació amb la persona amb deteriorament cognitiu**, xerrada a càrrec de la Fundació Alzheimer Catalunya, amb teatre i dansa a càrrec de la Núria Pladellorens i en Valentí Sellarès. **Navarcles**, 10 oct · 17h

**Biblioteràpia: resiliència i esperança**, xerrada. **St. Fruitós de Bages**, 10 oct · 18h

**Drogues, en parlem?**, xerrada a càrrec de Maria Gallardo, metgessa psiquiatra. **Navàs**, 11 oct · 18h

**La figura del cuidador principal: com cuidar-nos per seguir cuidant**, conferència a càrrec de la Fundació Alzheimer Catalunya.

**Manresa-Casino**, 11 oct 17h

**Navarcles**, 17 oct · 17h

**St. Vicenç de Castellet**, 19 oct · 17h

**Eines de gestió emocional per a l'ansietat i depressió**, conferència a càrrec d'Iván Sánchez, psicòleg. **Santpedor**, 11 oct · 18h

## TALLERS

**Musicoteràpia**. **St. Vicenç de Castellet**, 3 oct · 18h

**Millorem la salut mental amb la risoteràpia**. Taller a càrrec de Quima Borjas, infermera de l'EAP Sant Joan de Vilatorrada. **St. Joan de Vilatorrada**, 10 oct · 18'30h

## HORES DEL CONTE

**L'Alzheimer explicat als més petits, des dels contes**. A càrrec de la Fundació Alzheimer Catalunya.

**Navarcles**, 20 oct · 18h

**St. Vicenç de Castellet**, 25 oct · 9'30h

**Manresa-Casino**, 27 oct · 17'30h

**La Berta sense por**. A càrrec de Sílvia Blavia, Teatrem

**Pont de Vilomara i Rocafort**, 7 oct · 11'30h

## CLUBS DE LECTURA

**El dia que Nietzsche va plorar** d'Irving D. Yalom. **Manresa-Ateneu**, 4 oct · 19h

**Les Tristes recances** de Miriam Toews. **Manresa-Casino**, 5 oct · 16h

**Calaix d'emocions**, al Club de Lectura Infantil de 9-10 anys. **Manresa-Casino**, 7 oct · 11'15h

**Carn nua** de Blanca Soler. **Balsareny**, 9 oct, 19h

**Tot demana salvació** de Daniele Mencarelli. **Pont de Vilomara i Rocafort**, 20 oct · 15h

**La terapeuta** de Gaspar Hernández. **Avinyó**, 24 oct · 19h

**Lolita Bosch** comentarà **La ràbia**, una experiència de bullying. **Sallent**, 27 oct · 19h

**L'estiu que la mare va tenir els ulls verds** de Tatiana Țibuleac, a càrrec de Marià Baqués. **Moià**, 30 oct · 19'30h

**La luna no está** de Nathan Filer. **Súria**, 22 nov · 19'30h

## EXPOSICIONS I APARADORS CULTURALS

Aparador "La Salut Mental és cosa de tothom" amb la col·laboració de l'Art de Viure, AMPANS. Octubre

**Artés · Avinyó · Balsareny · Manresa-Ateneu · Manresa-Casino · Navarcles · Navàs · St. Joan de Vilatorrada · Santpedor · St. Vicenç de Castellet · Súria**

**La salut mental, relats personals**, exposició de llibres. **Sallent**, octubre

**Salut mental**, aparador cultural. **St. Fruitós de Bages**, octubre

**Salut men+tal** dibuixos de la vilomarenca Olga Mampel. **Pont de Vilomara i Rocafort**, 6-31 oct

**Salut mental**, aparador cultural. **Cardona**, 9-15 oct

**Salut mental**, exposició. **St. Feliu Sasserra**, 9-15 oct

**Eines per a la millora, reforç i coneixement del nostre estat de salut mental**. **St. Joan de Vilatorrada**, 9-20 oct

 **Generalitat  
de Catalunya**

 **Diputació  
de Barcelona**

*Xarxa de Biblioteques  
Municipals*

**PUBLICACIONS, RECOMANACIONS ... I MOLT MÉS A LES XARXES SOCIALS SEGUINT LES ETIQUETES  
#BIBLIOSBAGESSALUTMENTAL #BIBLIOSMOIANESSALUTMENTAL**