

10 D'OCTUBRE DIA MUNDIAL SALUT MENTAL 2025

#bibliosbagesSalutMental
#bibliosmoianèsSalutMental

SM



XERRADES



L'Art en la Salut Mental, a càrrec de Fabian Contreras, referent de Benestar Emocional EAP Navàs-Balsareny. **Balsareny**, 6 oct · 15'30h

Acrobàcies emocionals, a càrrec de Dolors Utrera. **El Pont de Vilomara i Rocafort**, 8 oct · 15h

Quan cuidar-se massa es converteix en un trastorn mental, a càrrec de Maria Gallardo, metgessa psiquiatra. **Navàs**, 9 oct · 18h

Benestar emocional, a càrrec de Roger Boada, psicòleg comunitari del CAP Santpedor. **Santpedor**, 13 oct · 18h

Eutanàsia, a càrrec d'Anna Vidal i Rosa de Miguel. **Santpedor**, 16 oct · 16'30h

Neuroruta: Explora el teu cervell per conduir-lo millor. Per alumnes de 2n ESO de IES d'AURO. **Santpedor**, 17 oct · 11h

La salut mental i els joves, a càrrec d'Iván Sánchez, referent de Benestar Emocional i Salut Comunitària CAP. **Navarcles**, 20 oct · 19h

PRESENTACIONS DE LLIBRE



"Postals presents per a una mare absent". Pep Garcia Orri parla de l'alzheimer. **Sallent**, 10 oct · 19h

"10 anys, 10 contes" Rosa Serrano parla de l'autisme. **Sallent**, 16 oct · 19h

TALLERS



El llenguatge de les emocions. Taller infantil Bibliolab. **Avinyó**. 9 oct · 16'45h

Ansietat qui ets? Taller per a joves. **St Vicenç de Castellet**, 10 oct · 9h

Aquarel·la entre llibres, a càrrec de Judit Torner de Paperarrugat. **Balsareny**, 10 oct · 16h

Univers d'emocions Taller per a joves. **St Vicenç de Castellet**, 15 oct · 10h

Sessió d'atenció plena a càrrec de Dolors Canals. Taller infantil. **St. Fruitós de Bages**, 24 oct · 17'30

Mindfulness amb Art teràpia, a càrrec de Natàlia Pomar, psicòloga i art terapeuta. Taller per a adults. **St. Joan de Vilatorrada**, 25 oct · 10h

CLUBS DE LECTURA



Club de lectura "Nosaltres en la nit" de Kent Haruf. **Artés**. 25 set · 19'30h

Club de lectura de Filosofia "La condició vulnerable" de Joan-Carles Mèlich. **Manresa - Ateneu Les Bases**, 1 oct · 19h

Club de lectura "Don Quijote" de Miguel de Cervantes. **El Pont de Vilomara i Rocafort**, 3 oct · 15h

Club de lectura "Constel·lacions" de Blanca Busquets. **St. Joan de Vilatorrada**, 4 oct · 11h

Club de lectura infantil 9-10 anys. Laboratori de lectura "Emocionari: què sents quan...?". **Manresa - Casino**, 4 oct · 11'15h

Trobada amb Gerard Vilardaga, autor de "La Talpera: un western de la vulnerabilitat". **Avinyó**. 10 oct · 19h

Club de lectura d'introspecció "El Arte de Ho'oponopono". **St. Fruitós de Bages**, 13 oct · 18'30h

Club de lectura juvenil "Durante la tormenta" d'Occimorons. **El Pont de Vilomara i Rocafort**, 14 oct · 17h

Club de lectura "L'Estiu que la mare va tenir els ulls verds" de Tatiana Tîbuleac. **Balsareny**, 14 oct · 19h

Club de Lectura per la Salut Mental a Casserres. **Bibliobús Cavall Bernat**, 16 oct

Club de lectura "El curiós incident del gos a mitjanit" de Mark Haddon. **Sallent**, 28 oct · 19h

EXPOSICIONS I APARADORS CULTURALS



Aparador cultural per la Salut Mental "Un llibre, mil connexions". Octubre

Artés · Avinyó · Balsareny · Cardona · Manresa-Ateneu · Manresa-Casino · Moià · Navarcles · Navàs · El Pont de Vilomara i Rocafort · St. Feliu Sasserra · St. Fruitós de Bages · St. Joan de Vilatorrada · Santpedor · St. Vicenç de Castellet · Súria

Exposició de llibres i recursos sobre Trastorns de l'Espectre Autista (TEA). **Sallent**, 13 oct

Exposició dels murals sobre salut mental elaborats pels nois i noies de l'Institut de Navarcles. **Navarcles**, 20 - 30 oct

 **Generalitat de Catalunya**

 **Diputació Barcelona**

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