

DEL 5 A L'11 D'OCTUBRE

CASTELLDEFELS

SALUT MENTAL, SALUT MUNDIAL, UN DRET UNIVERSAL

DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL 2023

DEL 5 D'OCTUBRE AL 11 D'OCTUBRE

Lectura de contes per a infants "15 minuts comptats"

Lloc: Sala infantil Biblioteca RFJ
Horari: 17:30 a 17:45 h

DIJOUS 5 D'OCTUBRE

Taller de Mindfulness per reduir l'estrès

Lloc: Sala Margarida Xirgu. Horari: 18:00 a 19:30 h
Guiat per Cristina Cama García, directora del màster de Mindfulness en Organitzacions Conscients, UB
Gaudeix d'una estona on practicarem exercicis per viure amb més benestar i plenitud

DIMECRES 11 D'OCTUBRE

Carpa informativa

Lloc: Rb. Blas Infante 1 – Mercat no sedentari
Horari: 10:00 a 13:00 h

Carpa informativa i jocs

Lloc: Pl. Església. Horari: 17:00 a 19:30 h

Lectura del manifest i Performance

Lectura a càrrec d'Artiment i del Club Social de Castelldefels del Parc Sanitari SJD.
Performance a càrrec de Paranoia Studi.
Lloc: Pl. Església. Horari: 17:30 h

Gravació en directe del Podcast "Connectem amb la salut"

Taula moderada per Pablo R. Coca, psicòleg, vinyetista i il·lustrador @occimorons.

Amb Jordi Mitjà, infermer salut mental Hospital de Barcelona SJD i SOM 360; Isabel Plaza, membre de l'Associació Artiment; i Yolanda Martínez, sòcia del Club Social de Castelldefels del Parc Sanitari SJD.

Lloc: Pl. Església. Horari: 18:00 a 19:30 h

Organitzen



Ajuntament
de Castelldefels

SJD

Sant Joan de Déu
Xarxa de Salut Mental



Institut Català de la Salut
Equip d'Atenció Primària
Castelldefels, El Castell

Col·laboren

