

## XERRADA INFORMATIVA: PSICOEDUCACIÓ PER A GERMANS DE PERSONES AMB PROBLEMES DE SALUT MENTAL

**Dijous 25 d'octubre**

17.30 - 19 h, a l'Associació AREP. Passeig Maragall, 124

Des del Grup de Germans, emmarcat dins del Programa d'Atenció a les Famílies, oferim una xerrada oberta per conèixer i parlar plegats sobre salut mental, centrant-nos especialment en el rol de germans.

Organitza: Associació Arep

Cal inscripció prèvia a: [acollida@arep.cat](mailto:acollida@arep.cat)

## CAP A UN NOU MODEL D'ATENCIÓ A LA GENT GRAN EN SALUT MENTAL

**Dissabte 27 d'Octubre**

10 - 14 h, a la Biblioteca Bon Pastor. Carrer de l'Estadella, 64

Sessió de treball per construir i debatre un nou model d'atenció a les persones grans per a millorar la seva salut mental. Dirigida a gent gran, especialistes en salut mental, familiars, professionals de sanitat, entitats dedicades a la gent gran, administració pública i comunitat.

Organitza: Associació Arep, en col·laboració amb Amics de la Gent Gran.

Cal inscripció prèvia a: [centredia@arep.cat](mailto:centredia@arep.cat)

## TAULA RODONA: HISTÒRIES DE VIDA: GESTIÓ DE LES EMOCIONS EN EL PROCÉS MIGRATORI

**Dilluns 29 d'octubre**

18.30 - 20 h, a la Biblioteca Trinitat Vella. Carrer de Galícia, 16

Organitza: Biblioteca Trinitat Vella, Servei d'Interculturalitat de Sant Andreu i Serveis de Salut Mental d'Adults de Sant Andreu.

Entrada lliure.

## SPORT2LIVE AMB LA SALUT MENTAL: SESSIONS DE FORÇA, FLEXIBILITAT I RESISTÈNCIA.

**Tots els dimecres d'octubre**

17.25 h, a la porta de l'Associació Esportiva Bon Pastor. Carrer de la Costa Daurada, 12

Organitza: Sport2live.

Entrada lliure.

[barcelona.cat/santandreu](http://barcelona.cat/santandreu)

[barcelona.cat/salut](http://barcelona.cat/salut)

## SERVEIS I ENTITATS COL·LABORADORES:

- Fundació TriniJove
- Obra Social "la Caixa"
- Biblioteca del Bon Pastor
- Biblioteca de Trinitat Vella - Jose Barbero
- Biblioteca La Sagrera - Maria Clotet
- Biblioteca Can Fabra
- Associació ActivaMent
- Xarxa Sense Gravetat
- Fundació Apip-Acam
- Sport2Live
- Comissió Antiestigma de l'Ateneu l'Harmonia
- Ateneu l'Harmonia
- Fundació Vidal i Barraquer (Serveis Salut Mental Adults Districte Sant Andreu)
- Associació Arep
- Xarxa GAM
- Servei d'interculturalitat del districte de Sant Andreu
- Servei d'intervenció per la convivència en l'espai públic del districte de Sant Andreu
- Aula ambiental del districte de Sant Andreu

**Districte de  
Sant Andreu**

# RelaxadaMent

## MES DE LA SALUT MENTAL AL DISTRICTE DE SANT ANDREU

Programa d'activitats



**taula  
salut  
mental**

**Ajuntament de  
Barcelona**





Aquest octubre a Sant Andreu i arreu celebrem el Mes de la Salut Mental, un mes farcit d'activitats organitzades per les entitats i els serveis vinculats al districte que treballen per al benestar emocional, psicològic i social de totes les persones.

És molt important que visualitzem aquesta feina i que pensem col·lectivament com cuidem de la salut mental de totes i tots. En el nostre districte, la feina de la Taula de Salut Mental, que hem posat en marxa en el marc del Pla de Salut Mental de Barcelona, és imprescindible per seguir teixint complicitats entre tots els actors i poder abordar d'una forma integral i respectuosa aquesta qüestió. Us animo a participar-hi!

Laia Ortiz Castellví  
Regidora de Sant Andreu

## AGENDA D'ACTIVITATS

### CINEFÒRUM: LAS VIDAS DE GRACE

**Dimecres 3 d'octubre**

18.30 - 20.30 h, a la Biblioteca Bon Pastor. Carrer de l'Estadella, 64

Grace treballa com a supervisora en un centre d'acollida per a adolescents en situació de vulnerabilitat. Quan ingressa al centre una jove intel·ligent i rebel, descobreix que no pot seguir girant l'esquena a les dificultats pròpies que arrossega des de la infància.

Organitza: Biblioteca Bon Pastor, Associació ActivaMent i Serveis de Salut Mental d'Adults de Sant Andreu.

Entrada lliure.

### PRESENTACIÓ DEL LLIBRE: LA PUERTA ESTÁ ABIERTA (AUTOR: ALFONSO GÁLVEZ)

**Dissabte 6 d'octubre**

12 h, a la Biblioteca La Sagrera - Maria Clotet. Carrer del Camp del Ferro, 1-3

"La puerta está abierta. Un viaje al inconsciente narra mi brote psicótico y su posterior análisis, también hecho por mí. El brote fue una de las consecuencias psicológicas que tiene el terrorismo sobre la población que lo sufre. Explicado sin lenguaje clínico, como si te lo explicara un amigo, ya que un amigo pretendo ser para el lector. Tengo que decir que la versión oficial dice que el brote lo provocó una frustración laboral. Y efectivamente, a partir de una situación laboral que me hace pensar que he salvado a gente de la muerte, lo único que te puedo decir, amigo lector, es que lo que me pasó fue increíble."

Organitza: Biblioteca La Sagrera i Associació ActivaMent.

Entrada lliure.

### CAMINADA PER LA LLERA DEL RIU BESÒS: "PASSEJEM PEL RIU I CONVIVIM AMB SALUT"

**Diumenge 7 d'octubre**

10.30 h, a la llosa de Baró de Viver.

Passejada popular oberta, amb activitats mediambientals i esmorzar saludable compartit.

Organitza: Fundació Apip-Acam, Servei d'Interculturalitat, Aula Ambiental i Serveis de Salut Mental d'Adults del districte de Sant Andreu.

Cal inscripció prèvia a: [besos@fundacioapipacam.org](mailto:besos@fundacioapipacam.org) o a diversos punts dels tres barris (consultar cartell de l'activitat).

### TALLER D'ARTTERÀPIA PER ALS ALUMNES DE L'INSTITUT MARTÍ I POUS

**Dimecres 10 d'octubre**

10 h, a l'Ateneu Harmonia. Carrer Sant Adrià, 20

Organitza: Comissió antiestigma Ateneu Harmonia.

### TALLER TERAPÈUTIC (RISOTERÀPIA)

18 h, a l'Ateneu Harmonia. Carrer Sant Adrià, 20

Organitza: Comissió antiestigma Ateneu Harmonia.

Cal inscripció prèvia a: [dinamitzacio@ateneuharmonia.cat](mailto:dinamitzacio@ateneuharmonia.cat)

### RECITAL POÈTICOMUSICAL

18 h, a l'Ateneu Harmonia. Carrer Sant Adrià, 20

Organitza: Associació ActivaMent

### TALLER-XERRADA: QUINS SÓN ELS DRETS DE LES PERSONES QUE PATIM UN PROBLEMA DE SALUT MENTAL)?

**Dimecres 17 d'octubre**

18.30 - 20 h, a la Biblioteca Trinitat Vella. Carrer de Galícia, 16

Conèixer, garantir i exercir els drets en salut mental, per promoure la recuperació i la transformació social. Tots i totes tenim drets i tenim salut mental.

Organitza: Biblioteca Trinitat Vella, Associació ActivaMent i Serveis de Salut Mental d'Adults de Sant Andreu.

Entrada lliure.

### PORTES OBERTES I ESMORZAR SOLIDARI

**Divendres 19 d'octubre**

8 - 15 h, a l'Associació AREP. Passeig Maragall, 124

Jornada on es realitzaran diferents activitats dirigides a apropar la comunitat a la salut mental, i un esmorzar solidari amb el mateix fi.

Organitza: Associació AREP

Entrada lliure.

### PRESENTACIÓ DEL LLIBRE: OTRA MIRADA AL SISTEMA DE SALUT MENTAL (AUTORS: HUGO ROJO I XARXA GAM)

**Dissabte 20 d'octubre**

17 h, a la Biblioteca Can Fabra. Carrer del Segre, 24-32

"A veces perdemos la noción de la realidad, delante de tal situación se nos somete al encierro y el aislamiento entre muros de un hospital psiquiátrico. El llamado ingreso a menudo es cruel y conlleva la tortura sistemática propia de una institución reaccionaria. Pero la dominación va más allá de estar dentro, también se aplica fuera. Esta "otra mirada al sistema de salud mental" muestra pequeños apuntes de cómo subvertir toda represión y coacción de la institución, que nada tiene de humana, sin un trato respetuoso como sería una terapia sana."

Organitza: Xarxa GAM i Associació ActivaMent

### TALLER-XERRADA: FEINA I SALUT MENTAL, COM ES RELACIONEN?

**Dimecres 24 d'octubre**

18.30 - 20 h, a la Biblioteca Trinitat Vella. Carrer de Galícia, 16

Reflexionarem sobre com influeix la feina en els trastorns de salut mental i com afecten aquests a la vida laboral.

Organitza: Biblioteca Trinitat Vella, Fundació TriniJove i Serveis de Salut Mental d'Adults de Sant Andreu.

Entrada lliure.