



Dia Mundial de la Salut Mental

Agenda d'activitats
del 30 de setembre al 16 de novembre

Dona accés a la salut mental

elprat.cat/salutmental
 



Ajuntament del
Prat de Llobregat

10 | 10

Acte celebració Dia Mundial de la Salut Mental

Organitza: Estratègia de Salut Mental Comunitària del Prat, Ajuntament del Prat.

Cèntric Espai Cultural
17.30 - 20.00 h

Programa:

- Presentació Acte.
- Ponència sobre accessibilitat a càrrec de Begoña Román, filòsofa, professora universitària i investigadora.
- Taula Rodona sobre l'accés a l'ocupació moderada per Mar Garcia (Coordina-dora dels serveis d'inserció laboral i de rehabilitació comunitària en salut mental del Prat de Llobregat - Parc Sanitari Sant Joan de Déu).
- Tancament Acte.

fes una ullada a elprat.cat/salutmental

30 | 09

loga a la platja

Organitza: Viveka
Professora: Soledad López. Activitat oberta però es recomana inscripció prèvia a Carrer Catalunya, 20. Tel. 933 793 779

Davant del CRAM
9.30 - 10.30 h

09 | 10

Visita a Cal Tudela

Organitza: Fundació Cassià Just
Dirigit a professionals.
Cal inscripció prèvia amb nom i telèfon a:

salut@elprat.cat
Fundació Cassià Just - Cuina Justa
10.30 - 11.30 h

09 | 10

Taller: Prevenció del malestar emocional en situació d'atur

Organitza: Serena del Pino, psicòloga del SAD El Prat de Llobregat i Servei Local d'Ocupació (CPE)

Centre de Promoció Econòmica
10.30 - 12.00 h

09 | 10

Xerrada: Salut mental i mercat laboral

Organitza: CSMA, Parc Sanitari Sant Joan de Déu - Obertament
Sala actes CC Ribera Baixa

a continuació, concurs de fotografia

Organitza: Servei de Rehabilitació Comunitària El Prat, Parc Sanitari Sant Joan de Déu
Sala actes CC Ribera Baixa
17.30 - 18.30 h



11 | 10

Jugues o què? Per la salut mental

Organitza: Associació SaóPrat
Activitat de lluita contra l'estigma en salut mental: Trivial i una ruleta de fusta.

Dirigit a joves.
Av. Verge de Montserrat amb cantonada Carrer Frederic Soler
16.30 - 18.30 h

17 | 10

Webinar: Abordar l'estigma en salut mental a la feina

Organitza: SOM Salut Mental 360 i Obertament
Dirigit a la població general, especialment a professionals de l'àmbit del desenvolupament de talent i recursos humans, professionals de la salut mental, persones treballadores amb interès conèixer més sobre la promoció de la salut mental i l'eliminació de l'estigma a l'entorn laboral.
Online: Inscripció prèvia i gratuïta [aquí](#).
18.00 h

18 | 10

Taller per a persones grans

Organitza: Serena del Pino, psicòloga del SAD El Prat de Llobregat
Cal inscripció prèvia amb nom i telèfon a:
psicolog.prat@consorci.org
Centre Cívic Jardins de la Pau
10.30 - 12.00 h

18 | 10

Taller: Conducta alimentària i pantalles

Organitza: RBEC (Atenció Primària -ICS)

[Plaça de l'agricultura](#)

15.00 - 19.00 h

18 | 10

Taller "A dormir també se aprende"

Organitza: Javier Obando (CSMIJ - Fundació Orienta)

Dirigit a mares, pares i familiars de nens, nenes i adolescents.

Per participar contactar amb:

jobando@fundacioorienta.com

[Sala de reunions Ciutadania](#)

16.00 - 17.00 h

19 | 10

Conversa ciutadana: "La comunitat com a espai de cures de la salut mental"

Organitza: Comunalitat Benviure

No cal inscripció prèvia.

[Equipament Cívic Delta del Llobregat](#)

18.00 - 20.30 h

20 | 10

Tertulia Cuidant la vida

Organitza: Serveis Comunitaris, Ajuntament del Prat

Cal inscripció prèvia a:

hola@amorosament.org

[El Prat Ràdio](#)

10.00 - 11.30 h

22 | 10

Taller Ràdio: "Aquí ningú és perfecte"

Organitza: Sandra López (Amorosament Associació) en col·laboració amb el CSMIJ (Fundació Orienta)

Dirigit a famílies i adolescents.

Es pot escoltar a "A la carta" del Prat Ràdio,

["Aquí ningú és perfecte"](#)

Emissió 19.00 h

25 | 10

Webbinar: "Com gestionar l'ús del mòbil i les noves tecnologies amb els nostres fills/es"

Organitza: Lidia Edo, Manel Aboal (Fundació Orienta)

Dirigit a mares, pares i familiars de nens, nenes i adolescents.

Online per la plataforma Zoom.

Necessària inscripció prèvia [aquí](#).

18.00 - 19.30 h

09 | 11

Yin Yang pantalles. Que no t'enredis la xarxa

Organitza: El Lloro, Serveis de Joventut

Dirigit a joves. A través de la superació de diferents enigmes, descobriràs com posar límits al profit que les xarxes socials treuen de tu i aprendràs trucs per gaudir-ne d'elles.

Cal inscripció prèvia presencial a El Lloro o Wsp: 638 924 976.

Places limitades. Tel. 933 793 779

[Cases d'en Puig](#)

18.00 - 20.00 h

16 | 11

El hype de les emocions. Potència el teu benestar

Organitza: El Lloro, Serveis de Joventut

Dirigit a joves.

Tens dubtes sobre els teus sentiments?

Sents que et costa gestionar alguna emoció negativa? No saps amb qui parlar del tema?

Vine a resoldre dubtes i a descobrir formes per equilibrar el teu benestar emocional.

Cal inscripció prèvia presencial a

El Lloro o Wsp: 638 924 976.

Places limitades.

[Centre d'Art Torre Muntadas](#)

18.00 - 19.30 h

(cicle de 6 sessions quinzenals els dijous)

fes una ullada a elprat.cat/salutmental