

De 17.30 a 18 h + pl. Pompeu Fabra
**LECTURA DEL CONTE CABÒRIES
AL VENT DE PAMELA BUTCHART
AL BANC DE L'ESCOLTA**

→ A càrrec de la Xarxa Municipal de
Biblioteques de Badalona.
(Programa Biblioteca i Salut)

De 18.30 a 19.30 h + Biblioteca
Canyadó i Casagemes-Joan Argenté
**XERRADA: "ACOMPANYAR
ELS MALESTARS ADOLESCENTS"**

→ A càrrec de la Xarxa Municipal de
Biblioteques de Badalona
(Programa Biblioteca i Salut)

DILLUNS 14 D'OCTUBRE

De 17.30 a 19 h + Casal Cívic
i Comunitari de Sant Roc (La Rampa)
**XERRADA: "MENGES PER ANSIETAT?
ENTÉN LA GANA EMOCIONAL"**

→ A càrrec de l'ICS - CAP Sant Roc

Ho organitza la **Taula de Benestar Emocional** constituïda per:



Ajuntament de Badalona



Generalitat
de Catalunya



Diputació
Barcelona

Salut/+ Institut Català de la Salut
Atenció Primària



Badalona
Serveis
Assistencials



Biblioteques
de Badalona
XARXA MUNICIPAL



SALUT MENTAL
BARCELONÈS NORD
ASSOCIACIÓ

ActivaMent
Catalunya Associació

Caritas
Diocesana de
Barcelona



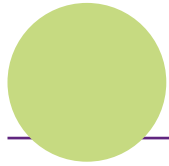
10 d'octubre

Commemorem el **Dia Mundial
de la Salut Mental** amb diverses
activitats a la nostra ciutat

Del 7 a l'11 d'octubre

Setmana de la
Salut Mental

BADALONA 2024



Del 7 a l'11 d'octubre

Setmana de la Salut Mental



DILLUNS 7 D'OCTUBRE

De 9 a 13.30 h + pl. Pompeu Fabra
(només per a instituts i amb inscripció prèvia)

DINÀMIQUES PER TREBALLAR LES EMOCIONS: "M'ESCOLTO. T'ESCOLTO?"
DINÀMICA DEL BANC DE L'ESCOLTA

✂ A càrrec d'Ocell de Foc

De 16.20 a 19.40 h + CAP Gran Sol

XERRADA: "GANA EMOCIONAL I SESSIÓ DE RELAXACIÓ"

✂ A càrrec de l'Institut Català de la Salut (ICS) – CAP Gran Sol

De 17 a 18.30 h + CAP La Salut

XERRADA: "ALIMENTACIÓ I EMOCIONS"

✂ A càrrec de l'ICS – CAP La Salut

DIMARTS 8 D'OCTUBRE

De 9 a 13.30 h + plaça Pompeu Fabra
(només per a instituts i amb inscripció prèvia)

DINÀMIQUES PER TREBALLAR LES EMOCIONS: "M'ESCOLTO. T'ESCOLTO?"
DINÀMICA DEL BANC DE L'ESCOLTA

✂ A càrrec d'Ocell de Foc

De 15.30 a 17 h + CAP La Salut

XERRADA: "INSOMNI I ÚS DE FÀRMACS"

✂ A càrrec de l'ICS – CAP La Salut

De 18 a 19.30 h + Badiu Jove

TALLER: QUI SOC? TREBALLEM L'AUTOCONEIXEMENT I LA CONFIANÇA EN UN/A MATEIX/A

✂ A càrrec del Badiu Jove

DIMECRES 9 D'OCTUBRE

De 9 a 13.30 h + pl. Pompeu Fabra
(només per a instituts i amb inscripció prèvia)

DINÀMIQUES PER TREBALLAR LES EMOCIONS: "M'ESCOLTO. T'ESCOLTO?"
DINÀMICA DEL BANC DE L'ESCOLTA

✂ A càrrec d'Ocell de Foc

De 9.30 a 12 h + CAP La Salut

TALLER: TASTET DE RELAXACIÓ A L'AIRE LLIURE

✂ A càrrec de l'ICS – CAP La Salut

De 9.30 a 12 h + CAP Bufalà–Canyet

XERRADA: "GANA EMOCIONAL I SESSIÓ DE RELAXACIÓ"

✂ A càrrec de l'ICS – CAP Bufalà – Canyet

De 10.30 a 12.30 h + pl. Roja

TALLER: MOU-TE PER ALLIBERAR L'ESTRÈS!

✂ A càrrec de l'ICS – CAP Sant Roc

De 10.30 a 12.30 h + CAP Sant Roc

TALLER: ALLIBEREM LES TENSIONS

✂ A càrrec de l'ICS – CAP Sant Roc

D'11.30 a 12.30 h + CAP La Salut

TALLER: TASTET DE RELAXACIÓ

✂ A càrrec de l'ICS – CAP La Salut

De 17.30 a 19 h + pl. Pompeu Fabra

TALLER: POETRY SLAM

✂ A càrrec d'Ocell de Foc

De 19 a 20.30 h + pl. Pompeu Fabra

MICRO OBERT: DE LA MENT A LA VEU

✂ A càrrec d'Ocell de Foc

De 18 a 20.30 h + pl. Pompeu Fabra

DINÀMICA DEL BANC DE L'ESCOLTA

✂ A càrrec d'Ocell de Foc

De 18 a 19.30 h + Badiu Jove

TALLER: EM COMPRENC, EINES PER A QUAN ARRIBEN L'ANGOIXA I L'ESTRÈS

✂ A càrrec de la Xarxa Nacional d'Emancipació Juvenil

DIJOUS 10 D'OCTUBRE

De 17 a 20 h + pl. Pompeu Fabra

PUNT D'INFORMACIÓ D'ENTITATS

✂ A càrrec d'Activament

De 10.30 a 12.30 h + pl. de la Vila

DINÀMICA: "VINE I PARLEM DE SALUT MENTAL"

✂ A càrrec del Servei de Rehabilitació Comunitària de Badalona de Badalona Serveis Assistencials (BSA) – Servei de Salut de l'Ajuntament de Badalona

Escolta el pòdcast sobre Mobbing laboral, dins la sèrie

AMB LA MÀ AL COR

I VOX: <https://bit.ly/3BiZwk1>

SPOTIFY: <https://spoti.fi/3BifJ94>

✂ A càrrec de BSA

D'11 a 12 h + CAP Nova Lloreda

TALLER: GRUP DE MILLORA DE LA QUALITAT DEL SON

✂ A càrrec de BSA

D'11 a 12.30 h + Centre Cívic La Salut

TAULA RODONA: RESILIÈNCIA I SALUT MENTAL

✂ A càrrec de l'ICS – CAP La Salut

De 16 a 17 h + Ruta des del CAP Nova Lloreda fins a la pl. Pompeu Fabra

CAMINADA POPULAR PER LA SALUT MENTAL

✂ A càrrec de l'Associació de Salut Mental del Barcelonès Nord

De 17 a 20 h + pl. Pompeu Fabra

CARPA INFORMATIVA DE PREVENCIÓ DEL CONSUM DE SUBSTÀNCIES

✂ A càrrec del Servei de Salut de l'Ajuntament de Badalona amb ASAUPAM

De 17.30 a 20.30 h + Local de la pl.

Pompeu Fabra i exteriors

PRESENTACIÓ OFICIAL DEL BANC DE L'ESCOLTA

• **PRESENTACIÓ INSTITUCIONAL**

• **POSADA EN MARXA DEL BANC DE L'ESCOLTA**

• **TARDEO MUSICAL AMB DJ MULERIA MULERIA**

✂ A càrrec d'Ocell de Foc

