

DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL

GIRONA I COMARQUES

L'ACCÉS ALS SERVEIS EN **SITUACIÓ DE CRISI**



PROGRAMA

OCT.
2025

Dissabte, 27 de setembre



Ripoll

Festival Inspira. Dinàmica adreçada a adults i infants per visibilitzar com les condicions de vida afecten el nostre benestar emocional i donar eines personals i col·lectives per fer-hi front.

Hora: 11 a 13.30 h

Organitza: Taula de Salut Mental del Ripollès

Dijous, 2 d'octubre



Palafrugell

Formació Dol i Estrès Posttraumàtic. Formació dirigida a entitats i voluntariat de Palafrugell. Inscripcions gratuïtes (tel. 649 874 416).

Lloc: Local Social de la Sauleda

Hora: De 15 a 19 h

Organitza: VIP Palafrugell. Formació reconeguda dins del Pla de Formació del Voluntariat de Catalunya.



Palafrugell

Els dijous del 2 d'octubre al 4 de desembre.

Maleta de vida. Vols formar part d'un projecte artístic comunitari? Quins objectes, fotografies, dibuixos, escrits o records expliquen la història personal? Inscripcions: Whatsapp 655 38 76 02.

Lloc: Local Social de la Sauleda

Hora: de 10 a 12 h

Organitza: Àrea d'Acció Social amb l'artista Raquel Morón



Ribes de Freser

Projecció del documental **"Relatoras de vida"** i col·loqui conduït per Alba Muntades.

Hora: 17.30 h

Lloc: Casal d'Avis de Ribes de Freser

Organitza: Taula Salut Mental Ripollès

Divendres, 3 d'octubre



Olot

Inauguració de l'exposició del procés participatiu del Projecte Mur del Grup de Joves de Creu Roja la Garrotxa. Pintures pintades per joves i gent gran. L'exposició estarà a consultes externes de l'Hospital d'Olot durant tot el mes d'octubre.

Hora: 18 h

Lloc: Consultes Externes Hospital Comarcal de la Garrotxa

Organitza: Comissió del Dia Mundial de la Salut Mental de la Garrotxa



Banyoles

Xerrada "El cervell de l'adolescent", a càrrec de David Bueno, doctor en biologia i professor de genètica a la Universitat de Barcelona.

Hora: 19 h

Lloc: Auditori de l'Ateneu de Banyoles

Organitza: Taula de Salut Mental del Pla de l'Estany



Girona

Exposició de pintures "Moments"

Del 3 al 14 d'octubre.

Lloc: Centre Cívic de Sant Narcís

Organitza: Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques

Dissabte, 4 d'octubre



Ribes de Freser

Campionat de pàdel i botifarrada a favor de la Salut Mental.

Hora: de 9 a 15 h

Lloc: Pistes de pàdel de Ribes de Freser

Organitza: ABS Ribes-Campdevàrol

Dilluns, 6 d'octubre



Olot

Camina per la Salut Mental. Caminada per a usuaris, familiars i professionals de la salut mental.

Hora: De 9.30 a 11.30 h

Lloc: Servei de Rehabilitació Comunitària de la Garrotxa. (C/Castell Llovera, 3)

Organitza: Comissió del Dia Mundial de la Salut Mental de la Garrotxa



Figueres / Centre Penitenciari Puig de les Basses

Setmana de la Salut Mental. Activitats i tallers per sensibilitzar, conscienciar i transformar mirades.

Del 6 al 10 d'octubre.

Organitza: Equip de Salut Mental de Puig de les Basses

Dimecres, 8 d'octubre



Sant Joan les Fonts

Projecció del documental "Erèmia"

Hora: 18 h

Lloc: Centre Sociocultural de Sant Joan les Fonts

Organitza: Comissió del Dia Mundial de la Salut Mental de la Garrotxa

Dijous, 9 d'octubre



Platja d'Aro

Jornada sobre Salut Mental.

Muntatge d'una parada amb el material de restauració de mobles i manualitats del Servei de Rehabilitació Comunitària del Baix Empordà.

Hora: de 8.30 a 9.30 h

Lloc: Servei de Rehabilitació Comunitària del Baix Empordà (Complex Eurocenter Illa 4. 32-33)

Organitza: Servei de Rehabilitació Comunitària del Baix Empordà





Platja d'Aro

Jornada dedicada a la divulgació de la salut mental i celebració del Dia Mundial

Hora: de 9.30 a 10.30 h

Xerrada sobre "Què entenem per "crisi"? Relacionat amb el lema d'aquest any "L'accés als serveis en situació de crisi".

Hora: de 10.30 a 11.30 h

Esmorzar popular al Servei de Rehabilitació Comunitària.

Hora: de 11.30 a 12.30 h

Exhibició del taller de mandales.

Hora: 13 h

Tancament de la jornada amb un taller musical.

Hora: 15 h

Taller de teatre.

Lloc: Servei de Rehabilitació Comunitària del Baix Empordà (Complex Eurocenter Illa 4. 32-33)

Organitza: Servei de Rehabilitació Comunitària del Baix Empordà

Divendres, 10 d'octubre



Girona

Lectura del manifest del Dia Mundial de la Salut Mental 2025 "L'accés als serveis en situació de crisi".

Hora: 9 h

Lloc: Generalitat de Catalunya a Girona (Plaça Pompeu Fabra, 1)

**Acte a porta tancada.*





Girona

Caminada per la Salut Mental oberta a tothom.

Durada aproximada: 2 hores i mitja

Sortida: Centre Cívic de Can Ninetes

Organitza: Servei de Rehabilitació Comunitària del Gironès-Pla de l'Estany

2a Trobada de la Psicoxarxa Gironina. L'acte comptarà amb una taula rodona sobre suport comunitari a col·lectius vulnerables, espais per compartir experiències i propostes de futur.

Hora: de 12 a 14 h

Lloc: Delegació Territorial de Girona del COPC

Organitza: Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya

Parlem sobre l'abús sexual infantil i salut mental. Projectió del curt Por qué volvías cada verano i taula rodona.

Hora: 19 h

Lloc: Delegació Territorial de Girona del COPC

Organitza: Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya

II Nit de la Salut Mental. Dedicada enguany a les arts i a la cultura com a eines de benestar emocional, inclusió social i lluita contra l'estigma. Sopar pel compromís de la cultura i les arts amb la salut mental. Informació ampliada a www.fundaciodrissa.com.

Hora: 19.30 h

Lloc: Hotel Palau Bellavista de Girona

Organitza: Fundació Drissa



Palafrugell

Mar i ment. Ioga a Tamariu.

Caminada fins a Tamariu i sessió de ioga a càrrec de Cristina Ferrer (es pot assistir només a la classe de ioga).

9:30 h. Caminada des de la plaça Nova / 11 h. Sessió de ioga (cal portar estoreta). En cas de pluja es farà el ioga al local social de la Sauleda.

Activitat oberta a tothom, no cal inscripció prèvia.

Hora: a les 9.30 i a les 11 h

Organitza: Fundació Tresc



Palafrugell

Cinefòrum salut mental.

Obert a joves de 12 a 17 anys.

Hora: 17.30 h

Lloc: Els Ametllers

Organitza: Espai Jove de Palafrugell



Ripoll

Caminada per la natura amb motiu del Dia Mundial de la Salut Mental

Lectura del manifest i refrigeri.

Hora: a determinar

Lloc: a determinar

Organitza: Taula Salut Mental Ripollès



Figueres

Marxa multifamiliar per la salut mental. Un recorregut senzill i apte per a tothom. De Figueres fins a Vilabertran.

Hora: 9.30 h

Lloc: Carrer de la Jonquera

Organitza: Servei de Rehabilitació Comunitària de l'Alt Empordà



Olot

Taula informativa del Dia Mundial i intervenció artística realitzada per l'Escola de Belles Arts d'Olot.

Hora: de 10 a 12.30 h

Lloc: Plaça Rector Ferrer, escalinata de l'església de Sant Esteve

Organitza: Comissió del Dia Mundial de la Salut Mental de la Garrotxa

Dinar en commemoració al Dia Mundial de la Salut Mental.

Hora: 14 h

Lloc: NOIMA Escola de Noves Oportunitats

Organitza: Comissió del Dia Mundial de la Salut Mental de la Garrotxa

Dinàmica per a joves "Selfie des de dins".

Hora: 18 h

Lloc: Llibreria ISOP

Organitza: Comissió del Dia Mundial de la Salut Mental de la Garrotxa

Durant el dia es retransmetrà el potcast "L'hora de pensar" per les diferents emissores de la comarca.

Organitza: CAS Jove



Dissabte, 11 d'octubre



Girona

Lliurament dels Premis Maria Combalia, impulsats per l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques en honor a la seva fundadora i que reconeixeran persones i iniciatives a favor de la salut mental.

Hora: 11 h

Lloc: Centre Cívic Sant Narcís

Organitza: Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques

Representació teatral del grup de teatre El Cercle: "Circ Especial".

Hora: 11 h

Lloc: Centre Cívic Sant Narcís

Organitza: Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques

Diumenge, 12 d'octubre



Olot

Espectacle "Dins el cor del món".

Hora: 17.30 h

Lloc: Teatre Principal d'Olot

Organitza: Olot Cultura

Dimarts, 14 d'octubre



Palafrugell

Xerrada "Accés als serveis de salut mental i inclusió social", a càrrec d'Iratxe Caño, psiquiatra de l'equip de salut mental del Baix Empordà.

Tot seguit **inauguració de l'exposició "El cant dels ocells"**, una mostra de treballs fets per les persones usuàries del Club Social de Palafrugell.

Hora: 17 h

Lloc: Can Genís

Organitza: Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques



Palafrugell

Cercle de dones.

Hora: de 17.30 a 19 h

Lloc: Can Genís. Sala de Dansa

Dimecres, 15 d'octubre



Banyoles

Inauguració de l'exposició "Imatges del dol. Reflexions per a la pèrdua per suïcidi" i lectura del manifest del Dia Mundial de la Salut Mental.

L'exposició es pot visitar fins el 3 de novembre.

Hora: 12 h

Lloc: Casal Cívic de Banyoles

Organitza: Taula de Salut Mental del Pla de l'Estany

Dijous, 16 d'octubre



Banyoles

Xerrada sobre el dol, amb Mònica Cunill.

Hora: 19 h

Lloc: Museu Darder

Organitza: Taula de Salut Mental del Pla de l'Estany



Figueres

Representació teatral "Boja", dirigida als alumnes de centres educatius de secundària.

Hora: 10.30 i 12 h

Lloc: La Cate

Organitza: Taula Social de Figueres per la Salut Mental i l'Ajuntament de Figueres

Divendres, 17 d'octubre



Salt

CONCERT SOLIDARI per la salut mental. Tots els beneficis aniran destinats a millorar els equipaments de la Llar residència La Maçana que acull persones amb un trastorn mental greu. **Omplim La Mirona!**

Cesc Sansalvadó + Wasa Corporation.

Hora: 21h

Lloc: La Mirona (Salt)

Compra la teva entrada!! <https://lamirona.cat/2025/10/17/cesc-sansalvado-wasa-corporation/>



Figueres

III Jornades de la Taula Social per la Salut Mental "Paternalisme i paradoxes: entre la sobreprotecció i l'abandonament". Podeu consultar el programa i fer les vostres inscripcions a: www.familiaisalutmental.cat

Hora: de 9.15 a 14 h

Lloc: Auditori de Caputxins

Organitza: Taula Social Figueres per la Salut Mental



Joanetes

Presentació del llibre "Llums i Ombres".

Hora: 19.30 h

Lloc: Can Tona

Organitza: Comissió del Dia Mundial de la Salut Mental de la Garrotxa

Dissabte 18 d'octubre



Tossa de Mar

Representació teatral "El Cap d'Any perdut". Obra solidària a favor de l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques.

Hora: 21 h

Lloc: Cinema Montserrat

Organitza: Associació 6 de ball i 4 de gresca

Diumenge, 19 d'octubre



Palafrugell

Mindfulness al Museu del Suro. Viu i respira el museu amb calma a través d'una experiència.

De presència i atenció plena, en un recorregut guiat per Rosa Pascual entre les obres i els espais. Cal inscripció prèvia a info@museudelsuro.cat / Tel. 972 307 825 / Whatsapp al 618 495 640 (places limitades).

Hora: 11 h

Lloc: Museu del Suro

Organitza: Museu del Suro i ABS Palafrugell



Tossa de Mar

Representació teatral “El Cap d’Any perdut”. Obra solidària a favor de l’Associació Família i Salut Mental.

Hora: 17 h

Lloc: Cinema Montserrat

Organitza: Associació 6 de ball i 4 de gresca

Dimarts, 21 d’octubre



Blanes

Xerrada “Com em cuido per cuidar”, a càrrec d’Eduard Fernández, psiquiatre del Centre de Salut Mental d’Adults de la Selva marítima.

Hora: 17 h

Lloc: Can Borrell

Organitza: Associació de Família i Salut Mental de Girona i Comarques

Dimecres, 22 d’octubre



Palafrugell

Autocures per a persones LGTBI+.
S’oferiran eines per cuidar-nos i estimar-nos.
Un espai que ens convida a mirar les nostres necessitats sense judicis.
Inscripció prèvia necessària al telèfon 654 78 83 89.

Hora: de 17 a 19 h

Lloc: Local Social de la Sauleda

Organitza: Espai LGTBI+



Platja d’Aro

Inauguració del Servei de capacitació de la Fundació Drissa al Baix Empordà.

Hora: 16 h

Lloc: C/Arboç, 2

Organitza: Fundació Drissa

Dijous, 23 d’octubre



Blanes

Inauguració del Servei de capacitació de la Fundació Drissa a la Selva marítima.

Hora: 11 h

Lloc: Carrer Sant Antoni, 10. Baixos.

Organitza: Fundació Drissa



Figueres

Videofòrum “Esto no me puede pasar a mi”.

Hora: 15.30 h

Lloc: Fundació Salut Empordà

Organitza: Taula Social de Figueres per la Salut Mental

Divendres, 24 d'octubre



Palafrugell

Bany de bosc. Activitat dirigida només a dones.

Inscripcions: Tel. 972 61 18 79, Whatsapp al 655 42 55 26 o per correu electrònic a espaidona@palafrugell.cat

Hora: de 17 a 19 h

Lloc: Per concretar

Organitza: Espai dona Palafrugell i GR Salut

Dijous, 30 d'octubre



Girona

Jornada sobre “El dret a morir dignament: mirades i experiències”. Podeu consultar el programa i fer les inscripcions a www.supportgirona.cat

Hora: de 10 a 12.30 h

Lloc: Seu de Support Girona (C/Pierre Vilar, 5. Baixos)

Organitza: Support-Girona

Divendres, 21 de novembre



Campdevàrol

Projecció els documentals “Buscant el meu nom propi”, “Els buits” i “Bajamar”.

Hora: a determinar

Lloc: a determinar

Organitza: Taula Salut Mental Ripollès

Divendres, 28 de novembre



Ripollès

Dinàmica “Compartint mirades”, dirigida a persones, familiars i professionals per reflexionar de manera conjunta com ens sentim i actuem en els espais comuns. Acte conduït per la psicòloga Elisenda Castanys.

Organitza: Taula Salut Mental Ripollès