



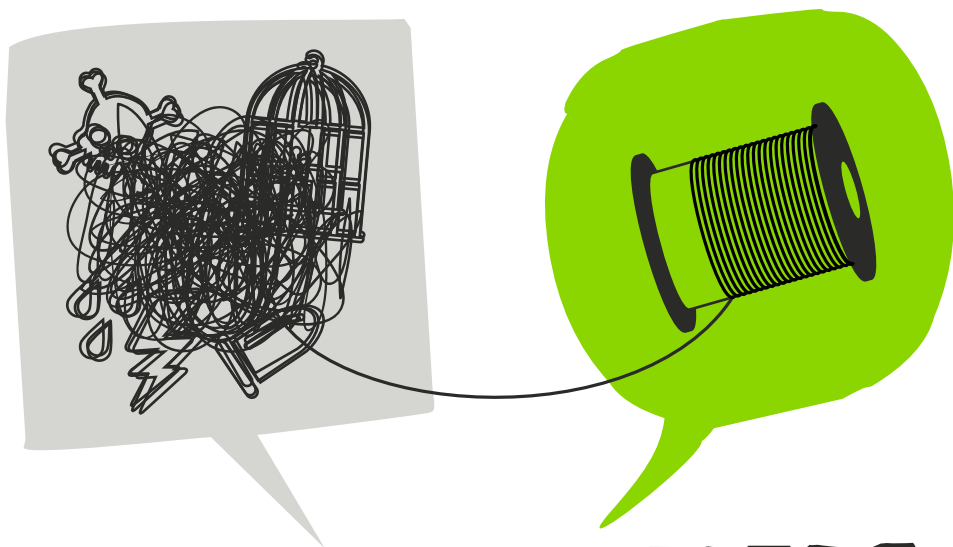
Associació **Família
i Salut Mental** de
Girona i Comarques

IAS
Institut
d'Assistència
Sanitària



Support
UNIONIO DE ELAS GIRONA

SETMANA COMMEMORATIVA DEL
DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL 2019



**PARLAR I ESCOLTAR,
SALVA VIDES**

GIRONA I COMARQUES // DEL 3 AL 10 D'OCTUBRE

familiaisalutmental.cat // ias.cat // fundaciodrissa.com // supportgirona.cat

Amb el suport de



DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL

PRESENTACIÓ

2019

Aquest any, la Federació Mundial de Salut Mental (WFMH) fa de la "**prevenció del suïcidi**" el tema principal del Dia Mundial de la Salut Mental.

Segons l'Organització Mundial de la Salut (OMS), més de 800 mil persones moren cada any per suïcidi, i aquesta és la segona causa principal de mort entre persones de 15 a 29 anys d'edat. L'OMS calcula que per cada adult que es suïcida, 20 persones més ho han intentat. A nivell estatal, segons les dades del "Instituto Nacional de Estadística", les morts per suïcidi a Espanya es van incrementar un 3,1% al 2017, amb 3.679 casos, una mitjana de 10 morts per suïcidi diàries. Catalunya va registrar un total de 504 morts per suïcidi al 2017 (Idescat).

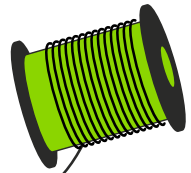
Els suïcidis es poden prevenir. La identificació i la intervenció precoç són fonamentals per abordar aquesta problemàtica. Perquè les respostes nacionals siguin eficaces, es necessita una estratègia integral multisectorial de prevenció. Hi ha estratègies de prevenció que passen per garantir el coneixement i l'accés dels ciutadans als recursos existents (de salut mental, sociosanitaris, associacions...), i també polítiques públiques i plans d'acció de totes les administracions com ara el Codi Risc Suïcidi a Catalunya.

D'altra banda, i tal com diu la WFMH, fer que les persones parlin sobre un tema que tendeix a ser tabú i sobre el qual moltes persones tenen idees errònies i prejudicis ajudarà a la comunitat a conèixer els factors de risc perquè puguin identificar-los i aprendre a abordar-los.

És per això que aquest any, l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques, la Fundació Drissa, l'Institut d'Assistència Sanitària i Support Fundació Tutelar Girona presentem el Dia Mundial de la Salut Mental sota el lema "**Parlar i escoltar, salva vides**", proposat per Salut Mental Catalunya en la campanya per a la prevenció de la mort per suïcidi. El calendari d'activitats, tot i que es concentra en la setmana del 3 al 10 d'octubre, s'ha ampliat amb propostes que tindran lloc al llarg de tot el mes, amb l'objectiu de facilitar l'assistència a la ciutadania i la seva organització a entitats i institucions del territori que treballen d'una o altra manera en l'atenció a la salut mental i que com cada any s'hi han volgut sumar.

US CONVIDEM A TOTS I A TOTES A FORMAR-NE PART!

PROGRAMA



» DIMARTS 1 D'OCTUBRE

PALAFRUGELL

Teatre Municipal. Sala d'actes. Carrer de Santa Margarida, 1 // Hora: 17.00 h

Conferència "Parlar i escoltar, salva vides. Prevenció del suïcidi", a càrrec de Glòria Cascos i Agustí Camino, psicòlegs del Centre de Salut Mental d'Adults del Baix Empordà. Institut d'Assistència Sanitària.

Teatre Municipal. Sala d'exposicions // Hora 18.15 h

Inauguració de l'exposició "Espai per compartir", una mostra d'obres dels usuaris del Club Social de Palafrugell de l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques. Presentació a càrrec de Clara Centenera, artterapeuta. La mostra es podrà visitar de l'1 al 6 d'octubre.

De l'1 al 4 d'octubre, la Comissió de Salut Mental del Consell Municipal de Benestar Social de Palafrugell farà una **campanya informativa sobre la salut mental als instituts de la població**.

» DIMECRES 2 D'OCTUBRE

SALT

Parc Hospitalari Martí i Julià. Hospital Santa Caterina // Del 3 al 31 d'octubre

Exposició "Parlar i escoltar, salva vides", un projecte dels professionals i usuaris del Servei de Rehabilitació Comunitària del Gironès-Pla de l'Estany que pren com a motiu el lema del Dia Mundial de la Salut Mental del 2019 però que s'emmarca en el Programa d'acció de lluita contra l'estigma i autoestigma del servei.

» DIJOUSS 3 D'OCTUBRE

GIRONA

Hotel d'Entitats La Rutlla. Carrer de la Rutlla, 22 // Hora: de 17 a 18 h

Conferència "Suïcidi, trenquem tabús per acompanyar millor", a càrrec d'APSAS Associació.

» DIVENDRES 4 D'OCTUBRE

BLANES

Servei de Rehabilitació Comunitària de la Selva marítima. Avinguda d'Europa 12 // Hora: a partir de les 10.00 h

Jornada de portes obertes al centre.

» DISSABTE 5 D'OCTUBRE

GIRONA

Punt de trobada de la Rambla de la Llibertat de Girona // Hora: d'11.00 a 14.00 h

Acte central del Dia Mundial de la Salut Mental, dirigit i obert a tota la ciutadania.

A les 12.00 h

Benvinguda i lectura del manifest "Parlar i escoltar, salva vides", a càrrec de membres dels Clubs Socials de l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques.

Parlaments institucionals.

Durant tot el matí hi haurà taules informatives on persones que tenen un problema de salut mental i professionals donaran resposta a les preguntes freqüents sobre la temàtica, i activitats d'entreteniment per a la mainada.

» DILLUNS 7 D'OCTUBRE

FIGUERES

Biblioteca Fages de Climent. Sala d'actes. Plaça del Sol 11 // Hora: 16.00 h

Conferència "Parlar i escoltar, salva vides. Prevenció del suïcidi", a càrrec de Lluís Jordà, psiquiatre. Cap del Sector de Salut Mental de l'Alt Empordà. Institut d'Assistència Sanitària.

Centre penitenciari Puig de les Basses de Figueres // Del 7 a l'11 d'octubre

L'equip de salut mental del centre penitenciari durà a terme **activitats esportives** dirigides a les persones internes (Frisby Ultimate, Zumba, cursa d'orientació, espai de ioga i microgimnàstica).

» DIMARTS 8 D'OCTUBRE

BANYOLES

La Cúpula (Edifici de Benestar Social). Carrer Pere Alsius 12 // Hora: 19.30 h

Conferència "El fruit del suïcidi", a càrrec d'Amèlia Burke, artista i testimoni de la seva convivència amb la malaltia mental, i Carme Mariscot, psiquiatra de la Xarxa de Salut Mental i Addiccions. Institut d'Assistència Sanitària. Organitza la Taula de Salut Mental del Pla de l'Estany.

» DIMECRES 9 D'OCTUBRE

GIRONA

Fundació Support. Auditori. Carrer Pierre Vilar 7. Baixos // Hora: 18.00 h

Conferència "Parlar i escoltar, salva vides. Prevenció del suïcidi", a càrrec de Marifé Martín, psiquiatra. Cap de Sector de Salut Mental del Gironès-Pla de l'Estany. Institut d'Assistència Sanitària.

» DIJOUS 10 D'OCTUBRE

BANYOLES

Escola Baldri Reixac. Auditori. Carrer Canat 114. Banyoles // Hora: 19.30 h

Videofòrum, a càrrec dels representants de la Taula de Salut Mental del Pla de l'Estany.

FIGUERES

Servei de Rehabilitació Comunitària de l'Alt Empordà. Carrer La Jonquera 62-72 // Hora: a partir de les 11.00 h

Jornada de portes obertes al centre. Obsequi d'un detall artesanal fet per les persones usuàries del servei en el taller de manualitats.

GIRONA

Delegació de Girona del Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya. Ptge Farinera Teixidor 1 // Hora: 19.00 h

Conferència "Alcohol i suïcidi. Per una psicopatologia basada en la relació", a càrrec de Laura Masferrer, doctora en psicologia del Centre d'Atenció i Seguiment a les Drogodependències del Gironès-Pla de l'Estany. Institut d'Assistència Sanitària. Professora associada del Departament de Psicologia de la UdG.

OLOT

Escales de l'Església de Sant Esteve // Hora: 11.00 h.

Intervenció artística realitzada per la comissió organitzadora del Dia Mundial de la Salut Mental del Sector Garrotxa de l'Institut d'Assistència Sanitària i de l'Escola Belles Arts d'Olot.

Plaça Rector Ferrer (davant l'església de Sant Esteve) // Hora: d'11.00 a 18.00 h

Taula informativa sobre la salut mental

Teatre Municipal (saló descans) // Hora: de 18.30 a 20.30 h.

Taller "Arterteràpia transdisciplinària i salut emocional: roses i espines sota els focus", a càrrec de Gemma Mas, arteterapeuta de l'Institut d'Arterteràpia Transdisciplinària de Barcelona (IATBA).

PALAFRUGELL

Ràdio Palafrugell. Programa especial dedicat al Dia Mundial de la Salut Mental // Hora: 11 h

"Parlem de salut mental en primera persona".

Biblioteca de Palafrugell. Sala polivalent. Carrer Sant Martí 18 // Hora: 17.30 h

L'hora del conte: "Quim i el Quixot i altres contes", a càrrec de la Tribu Juganera

Plaça Nova (en cas de pluja a les Peixateries Velles) // Hora: 18.30 h

Xocolatada per a tothom i actuació musical de Carlos Coronado, guitarrista. Presenta "Melodies del retir".

PLATJA D'ARO

Servei de Rehabilitació Comunitària del Baix Empordà. Complex Eurocenter, illa 4, 32-33 // Hora: a partir de les 11.30 h

Jornada de portes obertes al centre. Campionat de ping-pong i refrigeri per als usuaris i familiars.

RIPOLL, CAMPDEVÀNOL, CAMPRODON, RIBES DE FRESER I SANT JOAN DE LES ABADESSES

Programa d'activitats "Estar actiu i relacionar-se com a factor protector": sessions de Mindfulness al carrer i pintada d'un mural commemoratiu de la diada, contes per a les famílies, sessió de Zumba, entre d'altres.

Durant tot el mes d'octubre, els Serveis de Joventut faran una **campanya informativa sobre la salut mental als instituts** de la comarca del Ripollès centrada en desmitificar els mites sobre el suïcidi i en posar l'accent en el benestar emocional.

Activitats organitzades per la comissió organitzadora del Dia Mundial de la Salut Mental del Ripollès (*Consulteu detall de les activitats als diferents centres i entitats de la comissió*).

SANTA COLOMA DE FARNERS

Servei de Rehabilitació Comunitària de la Selva interior. Carrer Sant Ignasi 27. Baixos // Hora: a partir de les 11.00 h

Jornada de portes obertes al centre.

» DILLUNS 14 D'OCTUBRE

BLANES

Biblioteca Comarcal de Blanes. Sala Roberto Bolaños. Passeig de Catalunya 2 // Hora: 16.00 h

Conferència "Parlar i escoliar, salva vides. Prevenció del suïcidi", a càrrec de Javier Merino, psiquiatre. Cap del Sector de Salut Mental de la Selva marítima. Institut d'Assistència Sanitària.

A les 17.30 h

Inauguració de l'exposició "L'art de compartir colors", a càrrec d'Albert Arribas, tallerista d'art del Club Social de Blanes i de les persones usuàries del taller. La mostra es podrà visitar fins el 20 d'octubre.

» DILLUNS 21 D'OCTUBRE

GIRONA

Catedral de Girona. Soterranis de la catedral. Entrada pel carrer Manaies (Plaça de la Catedral s/n) //

Hora: 16.00 h

Conferència "Educació emocional per una millor salut mental", a càrrec de Glòria Tràfach, coordinadora de l'Hospital de Dia d'Adolescents. Institut d'Assistència Sanitària.

A les 17.30 h

Inauguració de l'exposició "Vibracions", a càrrec dels autors de les obres, persones usuàries dels clubs socials de l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques. La mostra es podrà visitar fins el 26 d'octubre, d'11.00 h a 13.00 h i de 16.00 a 18.00 h. Visites guiades a càrrec dels autors.

L'acte comptarà amb la presència del Bisbe de Girona, Mons. Francesc Pardo i autoritats de la ciutat.

» DIVENDRES 25 D'OCTUBRE

RIPOLL

Cinema Teatre Comtal de Ripoll. Carrer dels Pirineus 8

Cinema fòrum. Projectió de curts i la pel·lícula "Ainoha", en el marc del Festival Gollut.

(consulteu cartellera www.festivalgollut.com).

» DIMECRES 30 D'OCTUBRE

PALAFRUGELL

Can Genís. Carrer Cervantes 8 // Hora: de 16.00 a 17.30 h

Grup de conversa "Salut mental: millora i prevenció", dinamitzat per Anna Sala, psicòloga clínica, i Sara Castellón, psiquiatra, del Centre de Salut Mental d'Adults del Baix Empordà. Institut d'Assistència Sanitària.

NOTA: En el marc dels actes commemoratius de la Diada 2019, la comissió organitzadora de la Garrotxa informa de la celebració de l'**obra de teatre "QUI ETS?"**, de Màrius Serra. L'obra tindrà lloc el 28 de novembre, al **Teatre Municipal d'Olot**, a les 21.00 hores.

DMSM 2019

Comitè organitzador

Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques.
Institut d'Assistència Sanitària.
Fundació Drissa.
Support Fundació Tutelar Girona.

Amb la participació de

- > Ajuntament de Banyoles.
- > Ajuntament de Blanes.
- > Ajuntament de Figueres.
- > Ajuntament de Girona.
- > Ajuntament d'Olot.
- > Ajuntament de Palafrugell.
- > Associació El Paraigua de la Garrotxa.
- > Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques.
- > Biblioteca de Blanes.
- > Biblioteca de Palafrugell.
- > Catedral de Girona.
- > Clubs socials de l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques.
- > Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya (delegació Girona).
- > Comissió de Salut Mental del Consell Municipal de Benestar Social de Palafrugell integrada per: AREP, l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques, Càritas, Creu Roja, Fundació TRESC, Fundació Resilis, SUARA, VIMAR, Centres de la Xarxa de Salut Mental i Addiccions de l'Institut d'Assistència Sanitària al Baix Empordà, i les Àrees de Joventut, Promoció Econòmica, Educació i Benestar Social de l'Ajuntament.
- > Comissió organitzadora del Dia Mundial de la Salut Mental del Ripollès integrada pels centres i serveis de Salut Mental del Sector Ripollès de l'Institut d'Assistència Sanitària, els Equips d'Atenció Primària de la Comarca, l'Hospital de Campdevànol, els Serveis Socials i Serveis de Joventut, la Fundació MAP, l'ACPAD, el Festival de cinema Gollut, Cine Club Ripoll, Ripollès Desenvolupament i l'Associació d'Artistes del Ripollès.
- > Comissió organitzadora del Dia Mundial de la Salut Mental del Sector Garrotxa de l'Institut d'Assistència Sanitària.
- > DipSalut.
- > Escola Belles Arts d'Olot.
- > Fundació Drissa.
- > Institut d'Assistència Sanitària
- > Institut Català de la Salut a Girona.
- > Serveis de rehabilitació comunitària de la Xarxa de Salut Mental de les comarques gironines de l'Institut d'Assistència Sanitària.
- > Support Fundació Tutelar Girona.
- > Taula de Salut Mental de Banyoles integrada per: l'Associació Família i Salut de Girona i Comarques, l'Associació Reexir-Noves Ales, el Centre Canaan, el Centre El Puig, l'Equip d'Atenció Primària de Banyoles (ICS Girona), l'Institut d'Assistència Sanitària, els Serveis d'Atenció a la Dependència del Consell Comarcal del Pla de l'Estany i els Serveis Socials Bàsics del Consell Comarcal del Pla de l'Estany.
- > Taula de Salut Mental de l'Ajuntament de Girona integrada per: l'Ajuntament de Girona, l'Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques, l'Associació Multicapacitats, l'Associació per a la Prevenció del suïcidi i atenció al supervivent, ATRA, Fundació Catalunya La Pedrera, Fundació Drissa, Fundació Grup Ramon Noguera, Policia Municipal de Girona, Support Fundació Tutelar Girona, Fundació La Tutela, TRESC i Universitat de Girona (Facultats de Medicina i Infermeria).
- > Teatre de Banyoles La Cúpula.
- > Teatre de Palafrugell.

Consulteu les pàgines web de les entitats organitzadores per mantenir-vos informats de les activitats:

www.familiaisalutmental.cat // www.ias.cat // www.fundaciodrissa.com // www.supportgirona.cat

Totes les activitats són gratuïtes. Aquestes podran ser fotografiades i/o gravades en vídeo