



Salut mental, Salut mundial: un dret Universal

Entre l'octubre i el novembre es duran a terme a Montornès un conjunt d'activitats emmarcades en la commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental. La presentació tindrà lloc aquest dimecres, 11 d'octubre, a les 18.15 h, a la Biblioteca de Montornès.

El Departament de Salut Pública de l'Ajuntament ha dissenyat una programació d'activitats per sensibilitzar el veïnat sobre tot allò que envolta les persones i les famílies que pateixen problemes de salut mental. El programa porta per títol *Salut mental, salut mundial: un dret Universal*.

Les propostes començaran l'11 d'octubre, a les 18.15 h, a la Biblioteca de Montornès amb la presentació de la programació i la lectura del manifest. Seguidament es projectarà el documental *Buscant la sortida*, seguit d'un col·loqui. L'acte comptarà amb la participació de la regidora de Salut Pública, Mar García, i la directora del CAP de Montornès, Elena Lázaro.

A més, també a la Biblioteca, s'han programat quatre tallers formatius centrats en qüestions vinculades al benestar emocional. D'aquesta manera, la Fundació Alzheimer Catalunya oferirà sessions de dues hores sobre musicoteràpia (18 d'octubre), l'autocura i l'envelliment actiu (25 d'octubre), Art-teràpia (8 de novembre) i les persones cuidadores (15 de novembre). Totes les sessions tindran lloc de 16 a 18 h. Les inscripcions són gratuïtes i limitades. Estan disponibles trucant a la Biblioteca (93 568 65 30).

La represa de les caminades setmanals del programa *Salut, pas a pas* també està recollida a la programació dedicada a la salut mental. La primera sortida serà el 19 d'octubre per la plana de Can Vilaró. El punt de trobada serà a les 9.15 h als jardins de l'Ajuntament.

Finalment, la contacontes mOn mas dedicarà una sessió de contes a la problemàtica dels trastorns mentals el 23 de novembre, a les 17 h, a la Biblioteca. En aquest cas cal reservar entrada prèviament al web entrades.montornes.cat (disponibles properament).