

**800.000 morts
per suïcidi
a l'any
a nivell mundial.
Podem
evitar-ho.**



DIMARTS 29 D'OCTUBRE
L'HORA DEL CONTE: FUIG, BÈSTIA!
A CÀRREC DE MON MAS

Un conte per a infants sobre la tristor, la Dolça i una bèstia de la que no sempre cal fugir.
Hora: 6 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca Central d'Igualada (Plaça de Cal Font, s/n)
Organitza: Departament de Sanitat i Salut Pública de l'Ajuntament d'Igualada i Biblioteca Central d'Igualada

DIVENDRES 8 DE NOVEMBRE
2A JORNADA SOBRE CONDUCTA SUÏCIDA EN JOVES:
SALUT I EDUCACIÓ, UN ENCREUAMENT DE CAMINS

Hora: de 9 del matí a 2 del migdia
Lloc: Sala d'Actes de l'Hospital d'Igualada (Av. de Catalunya, 11)
Organitza: Fundació Sanitària d'Igualada
Consulta preus a www.csa.cat
Inscripcions a aulaoberta@csa.cat

DIMÈCRES 20 DE NOVEMBRE
XERRADA: PARLEM DEL SUÏCIDI A CÀRREC DE CECÍLIA
BORRÀS, PRESIDENTA DE DESPRÉS DEL SUÏCIDI –
ASSOCIACIÓ DE SUPERVIVENTS

Hora: 11 del matí. Gratuït.
Lloc: Biblioteca Central d'Igualada (Plaça de Cal Font, s/n)
Organitza: Departament de Sanitat i Salut Pública de l'Ajuntament d'Igualada i Després del Suïcidi – Associació de Supervivents.

MOSTRA DE LLIBRES, REVISTES, CÒMICS I AUDIOVISUALS
SOBRE SALUT MENTAL A LES BIBLIOTEQUES DE L'ANOIA:

Durant tot el mes d'octubre a la **Biblioteca de Vilanova del Camí**.
Durant tot el mes d'octubre a la **Biblioteca de Piera**.
Durant tot el mes d'octubre al **Bibliobús Montserrat**.
Durant tot el mes d'octubre a la **Biblioteca d'Òdena**.
Durant tot el mes d'octubre a la **Biblioteca de Capellades**.
De l'1 a l'11 d'octubre a la **Biblioteca de Sta. Margarida de Montbui**.
Els dies 7, 8 i 10 d'octubre i del 14 al 18 d'octubre a la **Biblioteca Verge de Montserrat del Bruc**.



Organitza:



**BIBLIOTEQUES
de l'Anoia**



Col·labora:



#punicoma

PREVENCIÓ DE LA MORT PER SUÏCIDI



**L'autor
ets tu
i la frase
la teva vida.
Escriu-la!**

#punicoma

**DIA
MUNDIAL
DE LA SALUT
MENTAL**
IGUALADA

**20
19**

ACTIVITATS

CADA DIVENDRES DEL MES D'OCTUBRE

EMOCIONA'T, CONTES ESPECIALS SOBRE SALUT MENTAL.

Hora: 6 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca El Safareig de Capellades (C/del Pilar, 2)
Organitza: Biblioteca El Safareig de Capellades

DIVENDRES 4 D'OCTUBRE

CLUB DE LECTURA: QUE TOT SIGUI COM NO HA ESTAT

MAI, DE JOACHIM MEYERHOFF

Hora: 2/4 de 4 de la tarda i 2/4 de 8 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca de Vilanova del Camí (C/Verge de Núria, 1)
Organitza: Biblioteca de Vilanova del Camí

DILLUNS 7 D'OCTUBRE

BIBIOLAB: INTRODUCCIÓ A LA NEUROCIÈNCIA A PARTIR

D'HISTÒRIES REALS, AMB CRISTAL RODRÍGUEZ DE CON.CIÈNCIA

Hora: 6 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca Verge de Montserrat de El Bruc (C/Bruc del Mig, 55)
Organitza: Biblioteca Verge de Montserrat de El Bruc

XERRADA: SALUT EMOCIONAL: ACCEPTACIÓ I GESTIÓ DE

PENSAMENTS I EMOCIONS, A CÀRREC D'ANA GUINALDO, PSICÒLOGA.

Hora: 7 de la tarda. Gratuït
Lloc: Biblioteca El Safareig de Capellades (C/del Pilar, 2)
Organitza: Biblioteca El Safareig de Capellades

DIMECRES 9 D'OCTUBRE

XERRADA SOBRE SALUT MENTAL, A CÀRREC D'ESTHER CAMPILLO

Hora: 6 de la tarda. Gratuït
Lloc: Biblioteca de Masquefa (C/Rogelio Rojo, 5-9)
Organitza: Biblioteca de Masquefa, amb la col·laboració d'Akiara

TALLER/XERRADA: PARLEM DE FELICITAT,

A CÀRREC D'ANA GUINALDO, PSICÒLOGA

Hora: 6 de la tarda. Gratuït
Lloc: Biblioteca Verge de Montserrat de El Bruc (C/Bruc del Mig, 55)
Organitza: Biblioteca Verge de Montserrat de El Bruc

DIJOURS 10 D'OCTUBRE

CONFERÈNCIA: MUSICOTERÀPIA,

A CÀRREC D'ELENA TAN I LUISA LEMA

Hora: 7 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca Central d'Igualada (Plaça de Cal Font, s/n)
Organitza: Biblioteca Central d'Igualada

TALLER: LA LITERATURA COM A FONT DEL BENESTAR

EMOCIONAL, A CÀRREC DE CALIDOSCOPI CULTURA

Hora: 6 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca L'Atzavara d'Òdena (Carrer de la Guixera, 8)
Organitza: Biblioteca L'Atzavara d'Òdena

PROJECCIÓ DE LA PEL·LÍCULA EL CISNE NEGRO, DE

DARREN ARONOFKY

Hora: 2/4 de 7 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca El Safareig de Capellades (C/del Pilar, 2)
Organitza: Biblioteca El Safareig de Capellades

PUBLICACIÓ DEL VÍDEO #SUMATPERLASALUTMENTAL

A LES XARXES SOCIALS DE L'ASSOCIACIÓ SALUT MENTAL

CATALUNYA-ANOIA

Hora: tot el dia. **Organitza:** Associació SMC Anoia

DIVENDRES 11 D'OCTUBRE

CINEMA, SHUTTER ISLAND, DE MARTIN SCORSESE

Hora: 6 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca Verge de Montserrat de El Bruc (C/Bruc del Mig, 55)
Organitza: Biblioteca Verge de Montserrat de El Bruc

CLUB LITERATURA I CINEMA, EL SILENCIO DE LOS

CORDEROS, DE TOMAS HARRIS

Hora: 6 de la tarda. Gratuït. **Lloc:** Biblioteca de Piera (Av. del Gall Mullat, 7). **Organitza:** Biblioteca de Piera

CLUB DE LECTURA, EL SOPAR, DE HERMANN KOCH.

Hora: 2/4 de 4 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca Mont-Àgora de Sta. Margarida de Montbui (Passeig Catalunya, s/n)
Organitza: Biblioteca Mont-Àgora de Sta. Margarida de Montbui.

DIMARTS 15 D'OCTUBRE

CLUB DE LECTURA LA MUJER EN LA VENTANA, D'A.J. FINN

Hora: 2/4 de 7 de la tarda. Gratuït. **Lloc:** Biblioteca de Piera (Av. del Gall Mullat, 7). **Organitza:** Biblioteca de Piera

DIMECRES 16 D'OCTUBRE

TALLER/XERRADA: PARLEM DE FELICITAT,

A CÀRREC D'ANA GUINALDO, PSICÒLOGA I PSICOTERAPEUTA.

Hora: 6 de la tarda. Gratuït
Lloc: Biblioteca Mont-Àgora de Sta. Margarida de Montbui (Passeig Catalunya, s/n). **Organitza:** Biblioteca Mont-Àgora de Sta. Margarida de Montbui.

DIJOURS 17 D'OCTUBRE

JORNADA: JOVES I SALUT MENTAL.

Hora: De 9 del matí a 2/4 de 3 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Museu de la Pell d'Igualada (C/Dr. Joan Mercader, 1)
Organitza: Associació Salut Mental Catalunya - Anoia.

DIVENDRES 18 I 25 D'OCTUBRE

CURS: CAPACITACIÓ TÈCNICA A PROFESSIONALS PER A

LA PREVENCIÓ I DETECCIÓ DE L'ÚS PROBLEMÀTIC DE

PANTALLES EN ADOLESCENTS I JOVES.

Hora: de 10 del matí a 2 del migdia. Gratuït.
Lloc: Espai Cívic Centre d'Igualada (C/ Trinitat, 12)
Organitza: Departament de Sanitat i Salut Pública de l'Ajuntament d'Igualada. Inscripcions a programaprevencio@aj-igualada.net o al 93.803.19.50 – ext 4409

DISSABTE 19 D'OCTUBRE

ACTE CENTRAL DEL DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL:

MÚSICA PER LA SALUT MENTAL, A CÀRREC D'IGUALADA LATIN JAZZ

BAND, LECTURA DEL MANIFEST I IL·LUMINACIÓ DEL PUNT I COMA.

Hora: 7 de la tarda. Gratuït. **Lloc:** Plaça de l'Ajuntament d'Igualada
Organitza: Departament de Sanitat i Salut Pública de l'Ajuntament d'Igualada

DIMARTS 22 D'OCTUBRE

CONFERÈNCIA: POR, ANSIETAT I FÒBIES, A CÀRREC DE

MONTSE MARTÍ MUÑOZ, LLICENCIADA EN PSICOLOGIA

Hora: 7 de la tarda. Gratuït.
Lloc: Biblioteca Central d'Igualada (Plaça de Cal Font, s/n)
Organitza: APPA (Associació de Psicòlogues i Psicòlegs de l'Anoia)

DIVENDRES 25 D'OCTUBRE

CLUB DE LECTURA INFANTIL: EL CASSÓ D'EN GERARD

Moderar: Francina Bacardit. Tertúlia d'infants a partir de 8 anys que han llegit tots el mateix llibre. Els nens han de passar uns dies abans per la Biblioteca a recollir-lo. Places limitades. Cal inscripció prèvia.
Hora: 7 de la tarda. **Lloc:** Biblioteca Central d'Igualada (Plaça de Cal Font, s/n). **Organitza:** Biblioteca Central d'Igualada. Gratuït