

## Manresa presenta una nova guia de recursos pel Dia Mundial de la Salut Mental

*Amb el lema "Salut mental en un món desigual", entitats i institucions del territori han impulsat diversos actes amb l'objectiu de sensibilitzar a l'opinió pública sobre la salut mental*



Manresa commemora el Dia Mundial de la Salut Mental | AjM

El dia 10 d'octubre se celebra el **Dia Mundial de la Salut Mental** amb la finalitat de sensibilitzar a l'opinió pública sobre la importància i les conseqüències personals i socials de les diferents problemàtiques en salut mental. Un any més, **Manresa** se suma a la **commemoració** amb una **programació d'actes** durant el mes d'**octubre oberta a tothom** i amb la **col·laboració d'entitats del territori** vinculades a la salut mental on destaca l'acte institucional que tindrà lloc aquest divendres, 8 d'octubre, a la plaça Major.

Els detalls de la commemoració els han donat a conèixer la regidora d'**Acció i Inclusió Social de l'Ajuntament de Manresa**, Mariona Homs Alsina; i la regidora de Ciutat Saludable, Mercè Tarragó Costa, i persones representants d'entitats organitzadores: Núria Serra Ferrer (**Ampans**), Anna Puigdemívol Servet (**Salut Mental Bages**), Glòria Tort Coma (Mosaic), Montse Manresa Boixet (**Trebolmente**), Josep Franch Barba (**Activament Catalunya Associació**), Jordi Giménez-Salinas Botella (**Fundació Althaia**), Alba Ruiz Muñoz (**Mutuam Manresa**), Elisenda Solsona Serrat i Angèlica Cuadros Quingles (**Ajuntament de Manresa**).

La salut mental no és només l'absència d'un **trastorn mental**. L'OMS la defineix com un estat de **benestar** en el qual la persona és **conscient** de les seves **pròpies capacitats**, pot afrontar les tensions normals de la vida, pot treballar de forma fructífera i fer una contribució a la seva comunitat.

Aquest any la **Federació Internacional de Salut Mental** (World Federation for Mental Health) ha escollit el lema: *Salut mental en un món desigual*, al qual també s'hi ha sumat la **Federació Salut Mental Catalunya**. És important parlar de benestar i salut mental en la situació actual i els **efectes que la Covid-19** està produint en aquest camp de la salut, que per altra part ha fet més evident les desigualtats socials que ja existien.

L'abril de 2018 el Ple de l'Ajuntament de Manresa va aprovar el dictamen sobre l'impuls i dinamització de la Taula de Salut Mental de Manresa, formada per representants de Althaia, Ampans, Mutuam, Fundació Germà Tomàs Canet, XOB Coop, Fundació Cots, Consell Comarcal del Bages, Institut Català de la Salut (ICS) de la Catalunya Central, Federació de Salut Mental Catalunya, Centre de Recursos en trastorns de l'espectre autista de la Catalunya Central, Associació Salut Mental del Bages, ActivaMent Catalunya Central, Agència de Salut Pública de Catalunya, Servei català de la Salut, CDIAP i Ajuntament de Manresa.

La **Taula de Salut Mental** de Manresa es constitueix com un espai de coordinació i de treball col·laboratiu entre tots els agents que treballen en salut mental al municipi de Manresa amb la finalitat de definir accions de millora a escala local que permetin donar resposta i millorar la salut mental al territori. Fruit d'aquest treball, aquest any es fa la presentació de la *Guia de recursos de salut mental a Manresa*, com a eina de suport per a la ciutadania, que identifica els recursos que hi ha a la ciutat i els mitjans per accedir-hi. La guia estarà disponible a diferents espais en format paper i es podrà consultar en aquest enllaç.

Així mateix, coincidint en el fet que aquest any la **Marató de TV3** està dedicada a les malalties mentals, s'ha engegat un procés d'elaboració d'un producte (clauer) amb la participació dels usuaris de les diferents entitats participants a la taula, que es posarà a la venda aquest mateix dia de l'acte, i també s'està organitzant una xerrada dins els actes de la Marató a Manresa.

L'acte institucional de divendres a la plaça Majores tindrà lloc a les 12 h del migdia. Durant l'acte es farà la lectura del manifest a càrrec de representants d'entitats de Manresa que formen part de la Taula de Salut Mental. Per part de les institucions intervindran l'alcalde de Manresa, **Marc Aloy**; la delegada del Govern de la Generalitat a la Catalunya Central, **Rosa Vesit**; la regidora d'Acció i Inclusió Social de l'Ajuntament de Manresa, **Mariona Homs**, i la regidora de Ciutat Saludable, **Mercè Tarragó**.

L'acte clourà amb una mostra del taller de dansa inclusiva que ha tingut lloc durant el mes de setembre al **Casal de les Escodines**. Han conduït el taller les ballarines Nàdia Pesarrodonà i Maria Ribera i hi han participat més d'una vintena de persones interessades en la dansa i l'expressió corporal, el 25% de les quals procedents d'**AMPANS**, del Club Social Mosaic i de **Mutuam Manresa**.

A la plaça Major hi haurà carpes de difusió de les entitats de Salut Mental de Manresa, de difusió de la Marató 2021 i de **ràdio Mosaic**.