

TU HI TENS MOLT A DIR.

DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL

Octubre 2021

Tu hi tens molt a dir

14 d'octubre de 2021 de 10 a 13 h a l'IMET



Participa amb la teva paraula o frase a crear el mural **"Tu hi tens molt a dir"** amb motiu del Dia Mundial de la Salut Mental.

Al finalitzar es mostrarà a l'IMET el resultat del mural amb les reflexions recollides.



El projecte **MATÍ-OTL Garraf** de l'IMET és un servei **d'orientació i assessorament sociolaboral** adreçat a persones amb trastorn de salut mental de la comarca del Garraf

MÉS INFORMACIÓ:

Podcast del programa "El Tema del Dia" de Canal Blau ràdio:

https://podcast.canalblau.cat/programas/eltemadeldia/canalblau_podcast_15477

El proper dia **10 d'octubre** és el **Dia Mundial de la Salut Mental**. És sabut que **1 de cada 4 persones** pot tenir un trastorn de salut mental al llarg de la seva vida. Si a qualsevol de nosaltres ens pot passar, **perquè encara se'n parla poc?**

L'**estigma** envers les persones que tenen un trastorn de salut mental és una gran barrera que impedeix parlar-ne obertament. La majoria de persones que es **troben en aquesta situació ho amaguen per por a ser discriminades** i a la feina també. Aquesta situació es dona per la por al **rebuig, a ser infravalorades o a l'acomiadament**.

Però des del Projecte **MATÍ** sabem que **TU HI TENS MOLT A DIR!**

El proper dia **14 a les 10h**, al porxo del costat de la recepció de l'IMET, s'iniciarà la creació participativa d'un mural **obert a tota la ciutadania**.

En aquest hi podràs deixar les teves **reflexions, frases o paraules relacionades amb la salut mental**.

Al finalitzar es mostraran les reflexions recollides.