

Viure als Pirineus, 08/10/26

L'Hospital de Cerdanya se suma al Dia Mundial de la Salut Mental amb una jornada d'informació i sensibilització

El centre commemorarà el Dia Mundial de la Salut Mental, que se celebra el 10 d'octubre, amb una jornada oberta a la ciutadania aquest divendres dia 9. El hall de l'Hospital acollirà un estand informatiu, una exposició i un joc de preguntes i respostes per informar, resoldre dubtes i contribuir a trencar mites i estigmes.

L'Hospital de Cerdanya se suma a la commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental, que se celebra cada 10 d'octubre, amb una jornada d'informació i sensibilització que tindrà lloc aquest divendres 9 d'octubre, de 9.00 a 14.00 h. La iniciativa, oberta a tota la ciutadania, vol apropar la salut mental a la població d'una manera accessible, participativa i propera.

Aquesta iniciativa s'emmarca en el **programa anual d'activitats de Promoció de la Salut de l'Hospital de Cerdanya**, que impulsa al llarg de l'any accions d'informació, prevenció i sensibilització adreçades a fomentar hàbits saludables, prevenció i salut.

El hall de l'Hospital acollirà durant tot el matí un estand dedicat a la salut mental, amb diferents propostes pensades perquè les persones que s'hi apropin puguin informar-se, participar, preguntar i resoldre dubtes.

L'espai comptarà amb una exposició sobre salut mental, un punt d'informació amb materials i recursos i un joc de preguntes i respostes participatiu que convidarà a posar a prova els coneixements sobre salut mental i a diferenciar entre realitats i falsos mites que encara envolten aquestes problemàtiques.

A més, professionals de l'Hospital de Cerdanya seran presents a l'estand per atendre les persones que s'hi acostin, facilitar informació, respondre preguntes i contribuir a desmuntar mites, prejudicis i estigmes associats als problemes de salut mental.

La proposta vol convertir el hall de l'Hospital en un punt de sensibilització i informació obert a tothom, on acostar-se durant uns minuts, participar en les activitats o, simplement, plantejar aquelles preguntes que sovint encara costa fer quan es parla de salut mental.

Informar per entendre i trencar estigmes

La commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental, cada 10 d'octubre, és una oportunitat per posar el focus en la importància de la salut mental, afavorir-ne una millor comprensió i contribuir a combatre els prejudicis i l'estigma que encara l'envolten.

Amb aquesta acció, l'Hospital de Cerdanya vol recordar que la salut mental forma part de la salut de totes les persones i que disposar d'informació rigorosa, parlar-ne amb naturalitat i tenir espais on poder plantejar dubtes són elements essencials per avançar cap a una societat més informada i lliure d'estigmes.

La jornada és oberta a tota la ciutadania i no requereix inscripció prèvia. Les persones interessades poden acostar-se a l'estand en qualsevol moment entre les 9.00 i les 14.00 h.

JORNADA DE SALUT MENTAL

Divendres, 9 d'octubre de 2026

De 9.00 a 14.00 h

Hall de l'Hospital de Cerdanya