



# TOTHOM POT PERDRE EL FIL

**Setmana de la Solidaritat**

Del 7 al 13 de novembre de 2022

**1 de cada 4 persones**  
tindrà un trastorn mental  
al llarg de la seva vida

Parlem de  
salut mental  
i busquem  
solucions

Espai de  
Ciutadania



**Creu Roja**



Ajuntament de L'Hospitalet

---

**“Posar la salut mental  
en primer pla,  
lluny de l’estigma,  
la invisibilitat  
i els tabús”**

---



La salut mental és un dret necessari. Amb gran encert, els amics d'Espai de Ciutadania i Creu Roja L'Hospitalet han volgut dedicar enguany el seu programa de la Setmana de la Solidaritat a parlar de salut mental i sensibilitzar la població sobre la importància de tenir cura del benestar psicològic, emocional i social.

Els trastorns mentals són problemes de salut amb un fort impacte social, sanitari i econòmic i una important repercussió en la qualitat de vida de les persones que els pateixen i de les seves famílies. Uns problemes que són més comuns del que ens pensem. De fet, s'estima que una de cada quatre persones n'experimentarà algun al llarg de la seva vida.

Malauradament, un diagnòstic relacionat amb la salut mental lluny de generar empatia i suport, sovint genera rebuig i discriminació. Cal posar fi a l'estigma i als prejudicis que encara avui arrosseguen les malalties mentals.

La salut mental és una prioritat que cal afrontar des de les polítiques públiques. És molt important que prenguem consciència que, si ens trobem en aquesta situació, cal buscar ajuda. En un moment o altre, tothom pot perdre el fil.

**Núria Marín i Martínez**  
Alcaldeessa de la ciutat



## **Setmana de la Solidaritat**

Del 7 al 13 de novembre de 2022

Les entitats membres de l'Espai de Ciutadania de L'Hospitalet, amb el suport de Creu Roja, tornem a organitzar la Setmana de la Solidaritat, que enguany se celebrarà del 7 al 13 de novembre.

Un cop més, aquesta setmana vol sensibilitzar i demanar la solidaritat de tota la ciutadania de L'Hospitalet. El tema central l'ocupa la salut mental, un problema que afecta a totes les edats, a totes les persones, i que genera molt de patiment. Un problema que ha anat incrementant-se arran de la situació viscuda durant la pandèmia.

La Setmana de la Solidaritat és un espai de reivindicació del dret a la salut i al valor de la no discriminació. En el seu conjunt ha d'afavorir la no estigmatització de les persones que pateixen aquestes malalties i reivindicar la necessitat de més recursos públics que donin resposta a una malaltia no del tot visible i que pot afectar-nos a totes i a tots en qualsevol moment de la nostra vida.

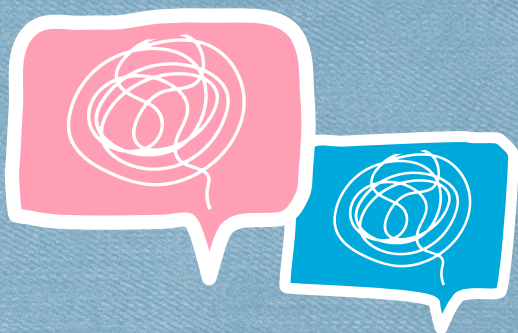
La voluntat de les entitats membres de l'Espai de Ciutadania i Creu Roja és que durant la Setmana de la Solidaritat 2022 es concentrin la majoria d'actes que puguin servir per donar visibilitat a la salut mental. Comptem amb la col·laboració del gran teixit associatiu de la ciutat, en especial amb les entitats especialitzades en aquest àmbit i, un any més, amb la col·laboració de diverses àrees i serveis municipals.

Fem possible que la Setmana de la Solidaritat 2022 contribueixi a sensibilitzar la ciutadania de L'Hospitalet envers la salut mental. Posem aquesta temàtica en primer pla, lluny de l'estigma, la invisibilitat, els tòpics i els tabús. Fem-ho!

**Espai de Ciutadania**



**PROGRAMA**



## Dilluns, 7 de novembre

A les 11 h i a les 17 h

### Taller de gestió emocional

A les 11 h, per a gent gran, al Casal de la gent gran de Santa Eulàlia (plaça dels Avis)

A les 17 h, per a joves, a l'Espai Jove Ca n'Arús (avinguda del Carrilet, 312 )

Ho organitza: Creu Roja

---

De 16 a 20 h

### Vine a donar sang

L'autocar del Banc de Sang i Teixits s'instal·larà a la confluència de la rambla de la Marina amb el carrer de Provença.

---

De 17.30 a 19.30 h

Espai Jove Ca n'Arús (avinguda del Carrilet, 312)

### Taller experiencial de TEATRE DE L'OPRIMIT (TO)

Dirigit a estudiants de CFGM i CFGS de les famílies professionals de Serveis Socioculturals i a la Comunitat.

Facilitat per uTOpia Barcelona.

Ho organitza: Àrea de Joventut

**Dilluns, 7 de novembre**

**19 h**

Rambla de la Marina, davant de Ca n'Arús

**Presentació i lectura del manifest de la setmana de la solidaritat de L'H 2022**

L'alumnat de Plàudite Teatre Espai d'Arts Escèniques interpretarà la peça teatral *Invisibles*.

Actuació del grup de teatre ASSAT 50 amb la col·laboració de l'EMMCA amb l'obra *Agafem el teu fil*.

Interpretació musical d'alumnes de l'Escola Municipal de Música - Centre de les Arts.





## Dimarts, 8 de novembre

11 h

Gornal Activa (carrer de Can Trias, 20 )

Xerrada informativa per a delegats i delegades de comitès d'empresa.

### “Salut mental, salut laboral”

A càrrec de Núria Gilgado, responsable d'acció sindical d'UGT Catalunya i Joan Guàrdia, rector de la Universitat de Barcelona i catedràtic de Psicologia. Presenten Encarna Fernández, responsable de Serveis Públics d'UGT i Nicolás Cortés, secretari comarcal d'UGT.

Ho organitza: UGT

---

19 h

Edifici Migdia (carrer del Migdia, 5, 2a planta)

### Xerrada “Bon veïnatge i salut mental”

La xerrada també es podrà seguir telemàticament. Cal inscripció prèvia enviant un correu electrònic a [convivencia@l-h.cat](mailto:convivencia@l-h.cat)

Ho organitza: Servei de Suport a Les Comunitats de Veïns i Veïnes.

---

18.30 h Vídeo-conferència

### “Espacio público, salud mental comunitaria y ciudadanía. L'Hospitalet de Llobregat 1978–2018”

A càrrec de Mercedes Delgado Anguísola, psicòloga i treballadora de l'Ajuntament de L'Hospitalet des de 1982 a 2018.

Modera Ana M. Rodríguez Terrón, psicòloga clínica i vocal de la junta directiva de FIC. Ho organitza: FIC

## Dimecres, 9 de novembre

**De 10 a 12 h**

Associació Educativa Itaca , La Claqueta

Carrer del Montseny, 22

### **Xerrada “Cuidem la salut mental en temps de lleure. Acompanyament i detecció precoç de les dificultats emocionals i relacionals dels infants de 0 a 6 anys”**

Adreçada a persones vinculades al món del lleure: monitors, educadors, i d'altres persones interessades.

Impartida per Alícia Gómez de l'equip de Baulacreix.

Ho organitza: Baulacreix

---

**De 10 a 13 h**

Centre Ecològic Cultural del Parc de Matacavalls

### **Jornada comunitària de salut mental**

- Tallers de dibuix al natural i màscares
- Estació radiofònica
- Mostra de dansa

Ho organitza: Contorno Urbano

Hi col·laboren: Club Social Relaciona't (FSC), Benito Menni, Institut Pere Lliscart, Institut Llobregat, Escola de Vida de les Planes - Florida i Servei de Suport a les Comunitats de Veïns i Veïnes i AFEMHOS.

**A les 15.30 h i a les 17.30 h**  
Centre Cultural Santa Eulàlia

### **Teatre: *Invisibles***

Dirigida a alumnat de 4t, 5è i 6è de primària, amb posterior col·loqui.

A les 17.30 h la representació teatral serà per al públic d'esplais i famílies.

A càrrec de l'alumnat de Plàudite Teatre - Espai d'Arts Escèniques.

---

**17.30 h**

Seu dels Serveis Educatius de L'Hospitalet  
(riera del Canyet, 43)

### **Tastet de salut mental** **"Les conductes autolesives"**

Inscripcions a [crp-hospitalet@xtec.cat](mailto:crp-hospitalet@xtec.cat)

A càrrec de la Fundació Orienta.

Ho organitza: Serveis Educatius de L'Hospitalet

---

**17.30 h**

Centre Cultural Collblanc-la Torrassa

### **Cinema: *ESPECIALS*, d'Olivier** **Nakache i Eric Toledano.**

Hi haurà un col·loqui posterior a la projecció de la pel·lícula dinamitzat pel Fòrum L'Hospitalet - Espai Interreligiós

Ho organitza: Fòrum L'Hospitalet - Espai interreligiós

## Dijous, 10 de novembre

**De 10 a 12 h**

Jardins de Can Sumarro o carrer de la riera de l'Escorxador (davant del Poliesportiu Municipal del Centre Marcel·lí Maneja)

### **Taller de taitxí**

Cal portar roba i calçat còmodes i aigua per hidratar-se.

No cal inscripció prèvia.

Ho organitza: Àrea d'Esports

---

**17.30 h**

Biblioteca Josep Janés  
(carrer del Doctor Martí Julià, 33)

### **Teatre: *Las zapatillas amarillas***

Una obra sobre l'empatia i el suport social a la salut mental.

Per a tots els públics.

A càrrec del grup de teatre Imagina.

---

**De 17.30 a 19.30 h**

Espai Jove Sidecar (avinguda del Nord, 1)

### **Taller de BASKET BEAT**

Activitat relacionada amb el foment del benestar social dirigida a joves de 12 a 18 anys de l'Espai Sidecar.

Ho organitza: Àrea de Joventut

## Divendres, 11 de novembre

**De 10 a 12 h**

Local de CC00 L'Hospitalet (c. d'Amadeu Torner, 41)

### **Xerrada “Les dones treballadores i la salut mental”**

Ho organitza: Plataforma de dones de CC00 de L'Hospitalet

---

**De 17.30 a 19 h**

Plaça de la Llibertat

### **Activitats per a infants de 10 a 16 anys**

El Consell de l'Esplai de L'Hospitalet dinamitzarà activitats centrades en la salut mental amb què reflexionaran sobre les causes de les malalties mentals i la seva prevenció.

També hi haurà un taller de xapes a càrrec de GT Imagina.

---

**18 h**

Biblioteca Josep Janés

### **Acte públic “La salut mental en primera persona”**

Amb testimonis de l'artista Francesc de Diego i l'Associació de Veïns de Collblanc-la Torrassa.

---

**18 h**

Espai Jove Ca n'Arús

### **Cinema *LITTLE MISS SUNSHINE***

de Jonathan Dayton i Valerie Faris (2006)

Ho organitza: Associació d'Estudiants de L'Hospitalet

## Dissabte, 12 de novembre

**De 9.30 a 14 h**

Zona Esportiva de la Feixa Llarga

### **46ens Jocs Escolars de L'Hospitalet CROSS ESCOLAR DE L'HOSPITALET**

Cal inscripció prèvia.

Més informació a [www.celhospitalet.org/lh](http://www.celhospitalet.org/lh)

Ho organitza: Consell Esportiu L'Hospitalet

---

**De 17 a 19 h**

Plaça de Lluís Companys i Jover

### **MASTER CLASS ESPORTIVA SETMANA DE LA SOLIDARITAT**

Cal portar roba i calçat còmodes, i aigua per hidratar-se.

No cal inscripció prèvia.

Ho organitza: Regidoria d'Esports

---

**19 h**

Pont de la Llibertat (rambla de la Marina)

### **Taules informatives: La salut mental jove, en xifres**

Donarem a conèixer les dades de salut mental que afecten als joves.

Ho organitza: Associació d'Estudiants de L'Hospitalet

## Dilluns, 14 de novembre

18.30 h

Centre Cultural Metropolità Tecla Sala  
(avinguda de Josep Tarradellas i Joan, 44)

### **Conversa: “Salut mental, la baula feble del nostre temps”**

Entre la Susana Brignoni, psicòloga clínica especialista en salut mental infantil i juvenil i directora de la Fundació Nou Barris per la Salut Mental i la periodista Milagros Pérez Oliva.

Ho organitza: Tres Quarts per Cinc Quarts

## Dimecres, 16 de novembre

17.30 h

Seu dels Serveis Educatius de L'Hospitalet  
(riera del Canyet, 43)

### **Xerrada “La depressió infantil”**

Cal inscripció prèvia enviant un correu electrònic a [crp-hospitalet@xtec.cat](mailto:crp-hospitalet@xtec.cat)

Ho organitza: Serveis Educatius de L'Hospitalet

A càrrec de APSAS



# ALTRES ACTIVITATS

**Del 2 al 29 de novembre**

Biblioteca Josep Janés

**Exposició : “TRAYECTORIA. DIBUJO Y PINTURA”, de Francesc de Diego Fuertes**

Part fonamental de l'obra d'aquest artista està centrada en la divulgació en salut mental per tal de millorar la comprensió i la inclusió social del col·lectiu afectat.

**Del 7 al 30 de novembre**

**COMISSIÓ JOVES I EMOCIONS**

Procés de diagnosi sobre la salut emocional dels joves d'entre 12 i 25 anys de Collblanc-la Torrassa. Es crearan diversos *focus groups* amb joves per saber com està la seva salut emocional i quines propostes i activitats consideren que es necessiten al barri.

Ho organitzen: Procés Comunitari Intercultural de Collblanc-la Torrassa, Associació Educativa Itaca, ABS Collblanc, ABS la Torrassa, JIS, CSMIJ, Biblioteca Josep Janés, Oficina Jove, CSMA i Serveis Socials.



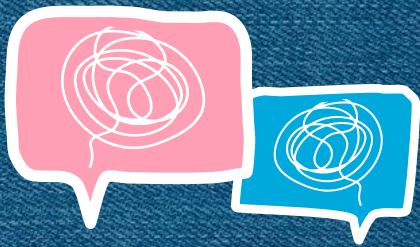
## Durant la Setmana de la Solidaritat

A la Fundació Akwaba totes les classes (català, castellà, tecnologia-Punt Òmnia) estaran orientades a tractar sobre la salut mental des de la perspectiva de la sensibilització i la del suport a casos propers.

### Centres educatius i esplais de la ciutat amb la salut mental

Els centres educatius i esplais de la ciutat duran a terme activitats i iniciatives que fomentin la reflexió i la sensibilització dels infants i joves i de les seves famílies envers la salut mental.





## Taules informatives de Creu Roja

Els voluntaris i voluntàries de Creu Roja instal·laran taules informatives als carrers de la ciutat per conscienciar i sensibilitzar a la ciutadania aportant dades sobre els problemes de salut mental.

## Carpa informativa

A càrrec de la unitat de promoció de l'àrea de promoció econòmica i turisme.

Amb informació sobre el programa OTL d'atenció a persones amb problemes de salut mental.

## Programa KPASSA

El JIS farà difusió, a través de les xarxes socials, del programa KPASSA de formació sobre salut emocional i drets humans pels joves de L'Hospitalet.

## “L’HEsport és salut mental”

Durant tota la setmana s’impulsarà aquesta iniciativa participativa, oberta a tothom, per tal de construir conceptualment el Mural de les emocions.

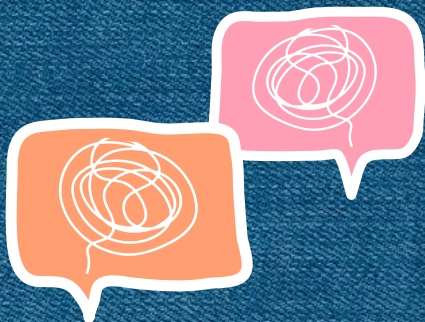
La iniciativa s’impulsarà a través de diferents mitjans digitals del territori.

També serà present al Cross Escolar de L’Hospitalet, el 12 de novembre al matí, i a la *master class* esportiva de la Setmana de la Solidaritat, el 12 de novembre, de 17 a 19 h.

Ho organitza: Àrea d’Esports

Més informació: [www.l-h.cat/esports](http://www.l-h.cat/esports)

\*Totes les activitats de la Setmana de la Solidaritat 2022 es podran seguir a través del web [www.setmanadelasolidaritat.org](http://www.setmanadelasolidaritat.org)



**TOTHOM  
POT PERDRE  
EL FIL**

[www.setmanadelasolidaritat.org](http://www.setmanadelasolidaritat.org)

#SolidariesLH

#SetmanadeLaSolidaritatdeLHospitalet