

# Ajuntament de Castellar del Vallès

La proposta tindrà lloc a La Fàbrica.  
La proposta tindrà lloc a La Fàbrica.

Dijous 10 d'octubre

Taller

## **Cuidem la salut mental**

Taller obert a totes les persones de 12 a 29 anys i sense cap cost on parlarem de la importància de cuidar la nostra salut mental i els diferents recursos que hi ha al municipi i al CAP referents a salut mental.

A partir de l'experiència pròpia en primera persona, reflexionem sobre la importància de cuidar la salut mental.

Hi haurà berenar al final de l'acte.

Amb la col·laboració de Suport Castellar, Esther Hosa (tècnica municipal de Serveis Socials) i Ana Llevat (referent de Benestar Emocional i Salut Comunitària EAP Castellar).

**Horari** | 17:30

**Destinataris** | Adolescència i Joventut

**Organitza** | La Fàbrica

**Programa** | [Dia Mundial de la Salut Mental](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |  
Tel. 93 714 40 40