Dia Mundial de la Salut Mental 2026

Teixir vincles és fer salut mental

Converses de safareig

Del 3 al 9 d'octubre

Arreu de Catalunya

Acte central

10 d'octubre

Cervera

© Abel Carrasco

SMC SalutMental Catalunya

Associació Salut Mental Ondara-Sió

salutmental.org

salutmentalondarasio.cat

Amb el suport de:

Paeria de Cervera · Consell Comarcal de la Segarra · Generalitat de Catalunya · Barcelona · SJD Sant Joan de Déu Solidaritat · Millenari Cervera

Diputació de Lleida · Diputació de Girona · #PosturejoLleida · Pastoret · bonÀrea · Pujol · nufri

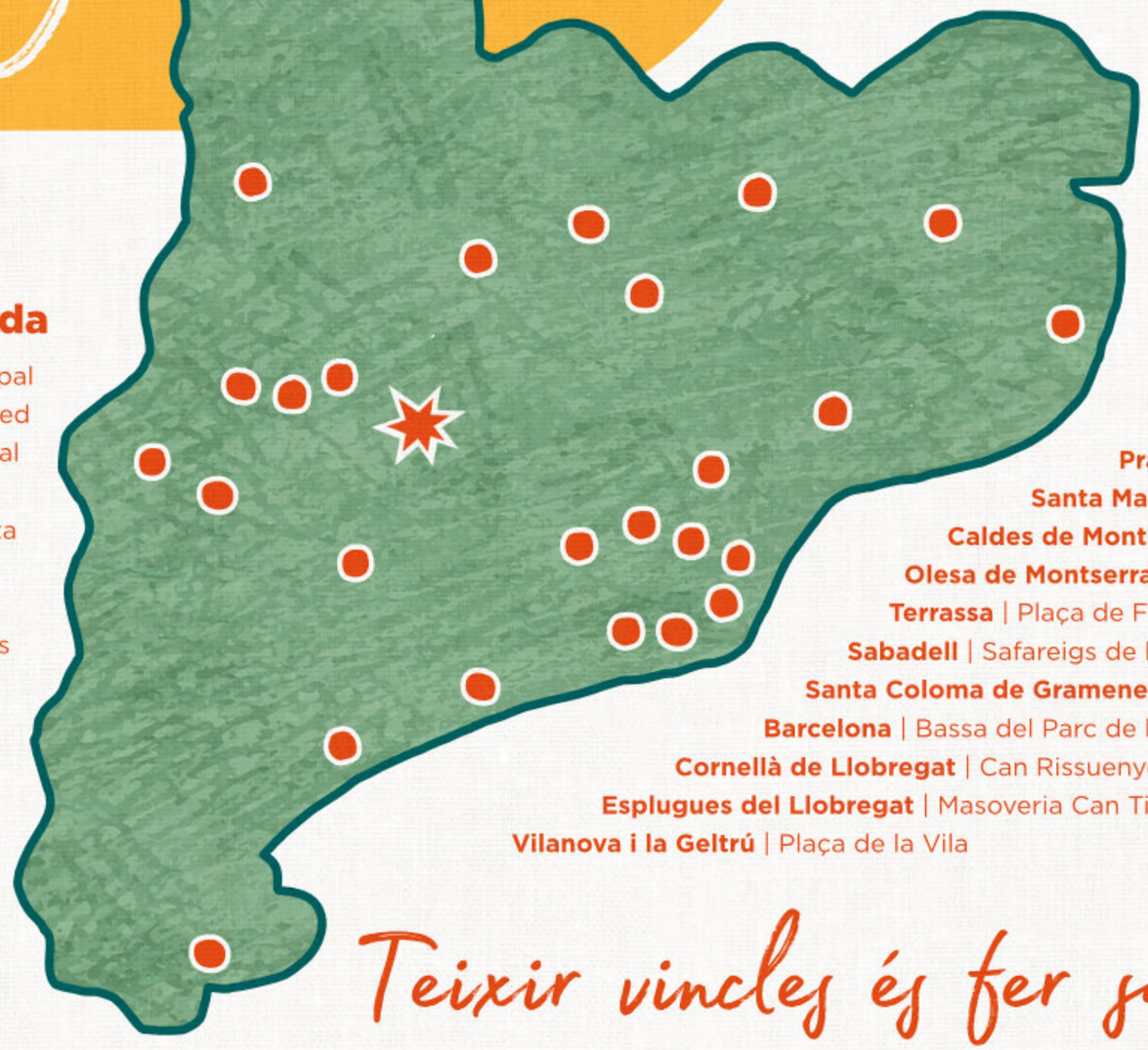
Diputació Tarragona · Diputació Barcelona · Soprema · Gidar · Exelfil · Cooperativa Vallcorba · Coral Ginesta de Cervera

Dia Mundial de la Salut Mental 2026

Programa

Converses de safareig arreu de Catalunya

Del 3 al 9 d'octubre de 2026



Safareigs | Girona

Banyoles | Antic recs
Palafrugell | Safareig de la Font
Sant Joan de les Abadesses | Font de'n Roca

Safareigs | Lleida

Talarn | Safareig municipal
Solsona | Safareigs del Vall Fred
Agramunt | Safareig municipal
Penelles | Safareig municipal
Balaguer | Safareig La Reguereta
Lleida | Safareig de Magraners
Cervera | Safareig municipal
Juneda | Antics rentadors

Safareigs | Barcelona

Berga | Safareig del Lledó i safareig de la Pietat
Prats del Lluçanès | Safareig públic
Santa Maria de Palautordera | Safareig del Reguissol
Caldes de Montbui | Safareigs de la Portalera
Olesa de Montserrat | Casa de Cultura
Terrassa | Plaça de Frederica Montseny
Sabadell | Safareigs de la Font Nova
Santa Coloma de Gramenet | Biblioteca Central
Barcelona | Bassa del Parc de les Aigües i La Wash de Poblenou
Cornellà de Llobregat | Can Rissuenyo
Esplugues del Llobregat | Masoveria Can Tinturé
Vilanova i la Geltrú | Plaça de la Vila

Safareigs | Tarragona

Mont-roig del Camp | Safareig de la Fundació Mas Miró i safareig municipal
L'Espluga del Francolí | Jardins del Museu Terra
La Ràpita | Canal de la Paca

Teixir vincles és fer salut mental

Converses de safareig

Safareigs | Barcelona

Que l'aigua torni a ser reflex
Barcelona | Bassa del Parc de les Aigües
8 d'octubre de 17:00 a 19:00
Organitza: Arep per la salut mental, L'Altre Festival, Fabra i Coats Fàbrica de Creació, Associació Matissos, Kati Riquelme i Ajuntament de Barcelona

De rentar silencis a estendre converses
Barcelona | La Wash de Poblenou
7 de novembre a les 12:00 h
Organitza: Fundació Carulla i uTopia Barcelona

Casa que acull, art que desperta
Berga | Safareig del Lladó i safareig de la Pietat
8 d'octubre a les 9:30 h
Organitza: Fundació Horitzó del Berguedà, Stop Estigma, Companyia Tràfec Teatre, Cooperativa Habitacional Cal Blanxart i Ocell de Foc

Trenar i beure del mateix càntir
Caldes de Montbui | Safareigs de la Portalera
8 d'octubre de les 11:30 a 13:00 h
Organitza: Fundació Sanitària Mollet, Taula Salut Mental del Vallès, José Antonio Delgado, Ajuntament de Caldes de Montbui i Thermalia

"Las voces del arroyo": Recital de poesia i creació d'un mural a partir del treball poetic
Cornellà del Llobregat | Can Rissuenyo
7 d'octubre 17:00 a 19:00 h
Organitza: Club Social Espai 3, Associació Baix Llobregat, l'Avenç, Ajuntament de Cornellà, Pablowski i Miriam Hamidi

Rentem la soledat, estenem els vincles
Esplugues del Llobregat | Masoveria Can Tinturé
15 d'octubre a les 18:00 h
Organitza: SJD (CSMA i Hospital de dia), CAPs (Lluís Millet i Can Vidalet), Biblioteca Pare Miquel, Associació Salut Mental Baix Llobregat i Ajuntament d'Esplugues de Llobregat
Amb la col·laboració de la Masoveria de Can Tinturé

Què fem quan ens sentim soles?
Olesa de Montserrat | Casa de Cultura
6 d'octubre a les 17:30
Organitza: Associació de Salut Mental Baix Llobregat Nord, Ajuntament d'Olesa de Montserrat, Martí Alcon, Ocell de Foc Joves baix Llobregat, Cabalbaix ACTUA, Assotea Olesa i CAP Olesa

Entre veus. Tinc veu, em veus. Si em veus, tinc veu.
Prats de Lluçanès | Safareig públic
8 d'octubre a les 19:00 h
Organitza: Ajuntament de Prats de Lluçanès, Escola de Música i Arts del Lluçanès, Ocell de Foc Osona-Berguedà-Lluçanès i Institut Castell del Quer

Fragments de veu
Santa Maria de Palautordera | Safareig del Reguissol
3 d'octubre a les 12:00 h | Inauguració
Visites guiades | 3 d'octubre a la 13:00 i 17:00 h i 4 d'octubre a les 12:00 i 17:00
Organitza: Club Social El Far de la Garriga, Club Social La Llum, Club Social de Torrassa, Centre d'Art Contemporani Nidart, Fundació Lar, Rauxa Electrònica, Associació El Far i Ajuntament de Santa Maria de Palautordera

Mapeig videogràfic: Corrent d'interaccions.
Sabadell | Safareigs de la Font Nova
9 d'octubre de 19:00 a 21:30 h
Organitza: Associació Salut Mental Sabadell, Club Social La Xamba i Servei Prelaboral Xamba, Servei Municipal de Salut, Museu d'Història de Sabadell, Creu Roja Sabadell: Projecte "Sempre Acompanyats"

Safaretjos: la importància de la comunitat
Santa Coloma de Gramenet | Biblioteca Central
Data pendent de confirmació
Organitza: Club Social Gramenet, serveis de Salut Mental Catalunya, Ocell de Foc Tangram i Associació de Familiars AMMAME

Exposició artística col·lectiva
Terrassa | Plaça de Frederica Montseny
9 d'octubre de 10:00 a 13:00 h
Organitza: Club Social Egara, Fundació Arte Paliativo, Taula de Salut Mental de Terrassa, Ocell de Foc Volant, Murmuris del MentalFest, Associació Dones Unides de Terrassa, Projecte Teixint Vivències Teixint emocions

El cove de la bugada
Vilanova i la Geltrú | Plaça de la Vila
9 d'octubre de 10:00 a 13:00 h
Organitza: Taula de Salut Mental del Garraf

Safareigs | Girona

Mentre hi siguem
Banyoles | Safareig de la Plaça del Teatre
27 d'octubre | 12:00 h
Organitza: Taula de salut Mental del Pla de l'Estany, Centre El Puig, Bolit Centre Art Contemporani, Azucena Momo i Ajuntament de Banyoles

Roba estesa
Palafrugell | Safareig de la Font
8 d'octubre a les 17:00 h
Organitza: Associació Família i Salut Mental de Girona i Comarques i l'Ajuntament de Palafrugell

Taller de llana feltrada: fent art generem vincles
Sant Joan de les Abadesses | Font de'n Roca (pendent confirmació)
3 d'octubre de 10:30 a 13:00 h
Organitza: Taula de Salut Mental del Ripollès

Safareigs | Lleida

Paraules que ens acompanyen, una expresió comunitària
Agramunt | Safareig municipal
9 d'octubre d'11:00 a 13:00 h
Organitza: Associació Alba, Ajuntament d'Agramunt i Alba Mascarella

Som aigua i a l'aigua tot pesa menys
Balaguer | Safareig La Reguereta
3 d'octubre a les 12:00 h
Organitza: Associació Salut Mental La Noguera, Taula Salut Mental La Noguera i Centre d'art La Panera

Traient l'aigua clara: correspondències intergeneracionals
Cervera | Safareig municipal
3 d'octubre a les 17:30 h
Organitza: Associació Salut Mental Ondara Sió

Siluetes que connecten
Juneda | Antics rentadors
24 d'octubre a les 10:00 h
Organitza: Associació TALMA

El pes de les pedres, la força dels vincles
Lleida | Safareig de Magraners
6 d'octubre de 17:00h a 19:00 h
Organitza: Club Social El Mapa i l'Espai Jove de l'Associació Salut Mental Ponent, i l'Ajuntament de Lleida

Safareigs | Tarragona

Teatre i cadires al carrer
La Ràpita | Canal de la Paca
24 d'octubre de 10:00 a 13:00 h
Organitza: Associacioó AFSMTE, Club Social Terres de l'Ebre i Era Amposta

Teixir per ser escoltats, cistelleria que connecta
Mont-roig del Camp | Els rentadors
22 d'octubre | 17:30 h
Organitza: Associació Salut Mental Dr. Tosquelles, Solidaritat Sant Joan de Déu i Ajuntament de Mont-roig del Camp

De rentar silencis a estendre converses
L'Espluga del Francolí | Jardins del Museu Terra
8 d'octubre a les 18:00 h
Organitza: Fundació Carulla i uTopia Barcelona

Objectes trobats, empremtes compartides
Mont-roig del Camp | Safareig de la Fundació Mas Miró
7 de novembre de 10:00 a 13:30
Organitza: Associació Ment i Salut La Muralla, Fundació Mas Miro i Monart

Acte central

10 d'octubre | 10:30 a 15:30 h
Cervera | Plaça Universitat de Cervera
Organitza: Associació Salut Mental Ondara Sió (ASMOS) i Salut Mental Catalunya

Paraules que acompanyen
Penelles | Safareig municipal
4 d'octubre | 11:00 a 13:00 h
Organitza: Associació Binòmica, Casal de Gent Gran Sant Isidre i Pango i Co

Traços compartits: pintura, música i converses de safareig
Solsona | Safareigs del Vall Fred
2 d'octubre de 11:00 a 20:00 h
Organitza: Sol del Solsonès, Ocell de Foc BMS, Amisol, Eunoia, Ajuntament de Solsona, Consell Comarcal del Solsonès i la Taula de Salut Mental del Solsonès

Caliu, tinta i dansa. Art com a refugi contra la soledat
Talarn | Safareig municipal
9 d'octubre a les 18:0 h
Organitza: Alba Jussà, Vincles i Ajuntament de Talarn

Tots els detalls i inscripcions!

salutmental.org

Dia Mundial de la Salut Mental 2026

Teixir vincles és fer salut mental

El proper 10 d'octubre, Cervera esdevindrà la seu del Dia Mundial de la Salut Mental a Catalunya, sota el lema "Teixir vincles és fer salut mental".

Salut Mental Catalunya i l'associació Salut Mental Ondara-Sió (ASMOS) impulsen aquesta edició que posa el focus en el paper dels vincles i el suport mutu davant la soledat no desitjada i l'aïllament social.

En el marc d'aquesta celebració, es desplegarà el projecte **Converses de Safareig**, una acció artística i comunitària que tindrà lloc del 3 al 9 d'octubre a més de 26 municipis d'arreu del territori i on hi participaran més de 80 organitzacions de l'àmbit social, sanitari i cultural.

Els safareigs han estat durant generacions espais de trobada quotidiana, on compartir preocupacions, explicar històries o demanar consell. Ara els volem tornar a posar en valor com a llocs de relació i suport mutu, generant oportunitats per conversar, compartir experiències i enfortir els vincles comunitaris com a resposta col·lectiva a la soledat.

Aquest recorregut col·lectiu culminarà el **10 d'octubre a Cervera**, amb una jornada oberta a tothom que serà espai de celebració i reivindicació, i on es podrà veure una mostra de les accions realitzades arreu del territori.

T'hi esperem. Vine a teixir vincles!

10 d'octubre | 10:30 a 16:30 h
Plaça de la Universitat, Cervera

Consulta el programa complet i inscriu-te!

salutmental.org