

## No t'ho empassis, la nova campanya antiestigma vers la salut mental

Un projecte per generar consciència social, estimular el pensament crític i afavorir una nova mirada allunyada d'estereotips sobre les persones que tenen o han tingut problemes de salut



+ [1]

Presentació de la campanya "No t'ho empassis" al restaurant Gato Verde

Coincidint amb el Dia Mundial de la Salut Mental, durant els mesos d'octubre i mitjans de novembre, una cinquantena de restaurants de la ciutat i de la comarca oferiran a les seves taules informació per combatre els estigmes al voltant de les persones que tenen o han tingut un trastorn mental. Aquesta acció sorgeix de la Taula de Salut Mental de Granollers i Comarca, el Gremi d'Hostaleria del Vallès Oriental i l'Ajuntament de Granollers.

La iniciativa, que porta per nom «No t'ho empassis», pretén trencar amb els prejudicis i falses creences vers la salut mental i transmet missatges que ens conviden a entendre que les persones diagnosticades amb problemes de salut mental són persones que pateixen una patologia que pot afectar a tothom.

Aquest dilluns 26 de setembre s'ha presentat la campanya al restaurant Gato Verde i s'han donat a conèixer les activitats programades al voltant del Dia Mundial de la Salut Mental. Isabel Alcalde, coordinadora de Taula de Salut Mental de Granollers i Comarca, ha explicat la tasca que fa la taula i la importància de compartir recursos i experiències.

David Vázquez, president del Gremi d'Hostaleria del Vallès Oriental, s'ha mostat molt content que els restaurants «esdevinguin punt d'informació de la campanya». Per la seva banda, Alba Barnusell, alcaldessa de Granollers ha dit agraït la feina de la taula i ha valorat «les aliances entre entitats i la cinquantena de restaurants que amb aquesta campanya volen visibilitzar la salut mental, com un tema present a la societat i amb el que cal trencar estigmes.»

La campanya «No t'ho empassis» s'inclou al Pla Local Antiestigma, que va aprovar l'Ajuntament l'any 2018. Un pla, el primer d'aquestes característiques aprovat a Catalunya, que té com a principals objectius canviar actituds i comportaments amb relació a les persones que tenen un problema de salut mental, reduir els nivells de discriminació que pateixen aquestes persones i millorar els indicadors d'inclusió social relacionats amb els problemes de salut mental.

Aquest Pla va sorgir del treball de la Taula de Salut Mental de Granollers i Comarca, que aplega tots els agents relacionats amb la salut mental del territori. Des de la Taula s'impulsen accions de sensibilització a tota la ciutadania, com aquesta que s'ha presentat.

## **Dia Mundial de la Salut Mental - 10 d'octubre**

En el marc de la presentació de les activitats organitzades entorn el Dia Mundial de la Salut Mental, s'ha donat a conèixer la campanya al Restaurant Gato Verde i s'han presentat les activitats promogudes per la Taula de Salut Mental de Granollers i Comarca. Propostes variades que es faran a Granollers i a la Garriga, del 17 de setembre al 30 d'octubre, encaminades a sensibilitzar la població de les dificultats de les persones amb algun trastorn mental, i a lluitar contra l'estigma i la discriminació en aquest àmbit.

Dimarts 27 de setembre, tindrà lloc a l'Hospital General de Granollers la jornada de Contencions Mecàniques dins l'àmbit psiquiàtric amb l'objectiu de conèixer de primera mà les experiències i els sentiments que han tingut les persones que tenen un trastorn mental i han patit episodis de contenció dins de l'entorn hospitalari. També s'exposaran les metodologies s'estan utilitzant per a establir alternatives a la contenció i apropar-nos a la contenció zero.

D'altra banda, del 10 al 18 d'octubre, es podrà visitar l'exposició del concurs de cartells per la salut mental, a la Biblioteca Can Pedrals. I la plaça de la Corona acollirà, del 3 al 21 d'octubre, l'exposició del projecte fotogràfic "Pots mirar sense jutjar?", una reflexió entorn de l'estigma que pateixen les persones amb diagnòstic de malaltia mental.

Totes les propostes es poden veure al programa d'activitats amb motiu de la commemoració del Dia Mundial de la Salut Mental.

Més informació a [www.granollers.cat/salutmental](http://www.granollers.cat/salutmental) [2]

## **Documents relacionats**

- ["No t'ho empassis", campanya antiestigma vers la Salut Mental](#) [3]
- ["No t'ho empassis", campanya antiestigma vers la Salut Mental](#) [4]
- [Restaurants que participen en la campanya](#) [5]

// S'ha separat la Galeria d'imatges corresponent al uploader d'imatges propi del content type, //dels "nodes reference" als continguts de "Galeria d'imatges" pre-existents. ?> // Uploader d'imatges ?> // "Nodes reference" a les Galeries d'imatges ?>

comunicacio@ajuntament.granollers.cat

---

**URL d'origen:**<https://www.granollers.cat/noticies/alcaldessa/no-t%E2%80%99ho-empassis-la-nova-campanya-antiestigma-vers-la-salut-mental>

### **Enllaços**

- [1] [https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/09/whatsapp\\_image\\_2022-09-26\\_at\\_11.36.27\\_0.jpeg](https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/09/whatsapp_image_2022-09-26_at_11.36.27_0.jpeg)
- [2] <https://www.granollers.cat/salutmental>
- [3] <https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/09/toblerone1.pdf>
- [4] <https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/09/toblerone2.pdf>
- [5] <https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2022/09/xarxes.pdf>