

Granollers se suma al Dia Internacional de la Salut Mental amb un programa d'activitats a tota la comarca

L'objectiu és sensibilitzar sobre la salut mental i lluitar contra l'estigma social que pateixen les



Caminada Salut Mental 2025

El divendres 10 d'octubre és el Dia Mundial de la Salut Mental i a les 10 h del matí es farà la lectura del manifest a la Porxada, a càrrec de la Taula de Salut Mental i Addiccions de Granollers i Comarca.

Amb l'objectiu de sensibilitzar sobre la salut mental i lluitar contra l'estigma social que pateixen les persones amb malalties mentals, durant els mesos d'octubre i novembre, la Taula de Salut Mental i Addiccions de Granollers i Comarca, juntament amb la Taula Vallesana de Salut Mental, organitzen un seguit d'activitats que tindran lloc a Granollers i a altres municipis del Vallès Oriental. Les propostes inclouen xerrades i tallers sobre salut emocional, ioga, restauració, així com la pintada d'un mural col·lectiu, concerts i exposicions artístiques, entre altres propostes.

En la programació, destaca l'11a edició de la Caminada per la Salut Mental, una activitat que tindrà lloc el diumenge 12 d'octubre a les 10 h, amb el punt de sortida a la plaça de la Corona. Es podrà participar en dues modalitats, un recorregut de 8,1 km i un de 4 km. Al llarg del matí hi haurà activitats complementàries, com tallers infantils, jocs tradicionals i espais creatius. Podeu consultar els dos recorreguts proposats aquí:

[Recorregut de 8,1 km](#) ^[2]

[Recorregut de 4 km](#) ^[3]

Les inscripcions a la caminada es poden fer fins dijous 9 d'octubre a les 9 h. L'import de les inscripcions

anirà destinat a projectes del territori de la Taula de Salut Mental de Granollers i Comarca.

Més informació i inscripcions [aquí](#) ^[4]
^[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/sala-de-premsa/granollers-se-suma-al-dia-internacional-de-la-salut-mental-amb-un-programa-d>

Enllaços

[1] https://www.granollers.cat/sites/default/files/noticia/2025/09/cartell_salut_mental.jpeg

[2] https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/caminada-per-la-salut-mental-granollers-2025-234071659?h=5gp2gew8zv&wa=sd&utm_campaign=badge&utm_source=unknown&utm_medium=referral

[3] https://es.wikiloc.com/rutas-senderismo/caminada-curta-salut-mental-12-10-2025-granollers-234658001?h=5gp2gew8zv&wa=sd&utm_campaign=badge&utm_source=unknown&utm_medium=referral

[4] <https://www.granollers.cat/salut-i-consum/caminada-la-salut-mental-2025>

[5] <https://www.granollers.cat/salutmental>