



Setmana de la Salut Mental 2026

Del 2 al 16 d'octubre

PROGRAMA

02/10/2026

Hora: 19:30

Lloc: Auditori de Ferreries

Xerrada “L’art de no rendir-se”

Un diàleg sobre salut mental i superació en l'esport amb Ivan Corretja, campió del món de Parastanding Tennis, i la Dra. Marta Borrueco, especialista en psicologia esportiva. Dos testimonis que connecten la seva experiència per analitzar el benestar emocional en l'esport. Moderada pel periodista Toni Pons Febrer.

Ho organitza: Ajuntament de Ferreries.

07/10/2026

Hora: 19:00

Lloc: Orfeó Maonès

Interpretació del grup “Pluma”

Actuació de poesia escènica a càrrec del grup “Pluma”, format per les artistes Mama Fiera i Tània Aguilera, amb la participació dels usuaris dels dispositius de Salut Mental de Menorca. Un projecte artístic que utilitza la paraula, la música i la corporalitat com a eines de connexió, expressió personal i benestar emocional. La col·laboració pretén donar veu seves vivències personals dels usuaris i crear un espai de comprensió mútua.

Ho organitza: Consell Insular de Menorca.

Col·labora: Àrea de Salut de Menorca, AFASMe i Fundació per a Persones amb Discapacitat de Menorca.

08/10/2026

Hora: 11:00-13:30

Emisora: Ràdio Es Castell

Programa de ràdio especial “Salut mental en veu alta”

Un espai de diàleg i reflexió radiofònic, que compta amb la participació d'entitats que treballen amb persones amb diagnòstic de salut mental. Una iniciativa per divulgar les seves experiències i visibilitzar la realitat de la salut mental.

Ho organitza: Ajuntament de Castell amb la participació dels professionals de Fundació Demà, Fundació Discapacitats i Fundació Aldaba. Programa presentat per Aina Romero Campins, Treballadora social (SOIB jove qualificada) dels SSCB Es Castell.

08/10/2026

Hora: 11:00

Lloc: Hospital Mateu Orfila

Exposició fotogràfica “Més enllà del diagnòstic”

Projecte artístic de creació fotogràfica col·lectiva que cerca lluitar contra els prejudicis associats a les malalties de salut mental. L'objectiu principal és canviar la mirada que la majoria de la societat té del patiment mental i contribuir a modificar l'estigma social que genera. Les fotografies s'exposaran del 8 d'octubre al 2 de novembre.

També es realitzarà la lectura del manifest, a les 11:00h

Ho organitza: Àrea de Salut de Menorca.

Col·labora: Consell Insular de Menorca, AFASMe, Fundació per a Persones amb Discapacitat de Menorca, Direcció de Salut Mental de la Conselleria de Salut del GOIB, La Nostra Veu.

08/10/2026

Hora: 12:00

Lloc: Consell Insular,
Ajuntaments i Hospital
Mateu Orfila

Lectura del manifest

Les administracions públiques de Menorca s'uneixen per manifestar el seu compromís constant per crear consciència col·lectiva sobre els problemes de salut mental a tot el món, i especialment a la nostra illa. L'objectiu és informar la ciutadania i sumar esforços en suport a les malalties mentals.

CIUTADELLA - Es realitzarà el dia 9 a les 11:00, durant la sortida al carrer.

Ho organitza: Consell Insular de Menorca, Ajuntaments de Menorca, Àrea de Salut de Menorca i entitats que treballen per la salut mental a Menorca.

Col·labora: AFASMe i Fundació per a Persones amb Discapacitat de Menorca.

09/10/2026

Hora: 10:00-13:00

Lloc: Plaça de la Catedral,
Ciutadella

Sortida al carrer a Ciutadella

Acte "Sortim al carrer per la salut mental". Jornada de sensibilització i participació ciutadana per donar a conèixer la tasca que desenvolupen els diferents dispositius i organitzacions de salut mental de Menorca. Una oportunitat per trobar-nos a l'espai públic, fer xarxa, apropar els recursos de l'illa a la ciutadania i continuar trencant estigmes plegats.

Ho organitza: Ajuntament de Ciutadella

Col·labora: Consell Insular de Menorca, Àrea de Salut de Menorca, AFASMe i Fundació per a Persones amb Discapacitat de Menorca.

09/10/2026

Hora: 11:00

Lloc: Plaça de la Catedral,
Ciutadella

Lectura del manifest a Ciutadella

Les administracions públiques de Menorca s'uneixen per manifestar el seu compromís constant per crear consciència col·lectiva sobre els problemes de salut mental a tot el món, i especialment a la nostra illa. L'objectiu és informar la ciutadania i sumar esforços en suport a les malalties mentals.

Ho organitza: Consell Insular de Menorca, Ajuntaments de Menorca, Àrea de Salut de Menorca i entitats que treballen per la salut mental a Menorca.

Col·labora: AFASMe i Fundació per a Persones amb Discapacitat de Menorca.

10/10/2026

Hora: 18:00

Lloc: Saló verd des
Migjorn Gran

Xerrada amb la terapeuta "Betlem Gomila"

Trobada sobre "Salut i benestar emocional en la vida quotidiana" amb Betlem Gomila, professional de la salut mental. Espai de reflexió per parlar de la importància de la salut emocional com a eix fonamental del benestar integrador.

Ho organitza: Ajuntament des Migjorn Gran.

15/10/2026

Hora: 20:00

Lloc: Sala Albert Camus,
Sant Lluís

Obra de teatre “Blanco”

Representació teatral que retracta el procés d'una dona que enfronta les primeres fases de l'Alzheimer. A través d'una posada en escena que combina memòria i objectes personals, l'obra aborda tant l'impacte individual de la pèrdua dels records com la invisibilització social de la gent gran.

Entrada gratuïta amb aforament limitat. Cal reservar entrada prèviament a través de TicketIB.

Ho organitza: Ajuntament de Sant Lluís

16/10/2026

Hora: 10:00-12:00, cada
divendres

Lloc: Biblioteca des Castell

Taller setmanal “Espai actiu per a persones majors”

Tallers setmanals dirigits a persones majors per fomentar espais que afavoreixin la salut física i mental, i ajudin a combatre la solitud. Tallers, jocs, exercici físic i activitats pensades per mantenir una ment activa, cuidar el cos i gaudir en companyia. Impartit per Lucia Arroyo Garcia i Aina Romero Campins (SOIB joves qualificades).

Es realitzarà cada divendres de 10:00-12:00h, des del 16 d'octubre fins a abril/maig de 2027.

Ho organitza: Ajuntament des Castell

16/10/2026

Hora: 11-13:30

Lloc: Casal Jove, Es
Castell

Gimcana “Missió: cuidar la ment”

Una gimcana participativa dissenyada per sensibilitzar el jovent sobre la importància de la salut mental mitjançant una activitat lúdica i divertida conduïda per Lucia Arroyo Garcia i Aina Romero Campins (SOIB joves qualificades). A través de diferents proves i reptes en equip. Les participants gaudiran d'un espai de trobada, cooperació i aprenentatge al voltant de la salut mental.

Ho organitza: Ajuntament des Castell.

05/11/2026

Hora: 18:00-19:30

Lloc: Ca n'Oliver

Xerrada “Silenci que crida”

Conferència i espai de reflexió al voltant de la soledat no desitjada. Una sessió oberta a la ciutadania per tractar aquesta realitat social i afavorir la sensibilització i el diàleg comunitari.

Ho organitza: Ajuntament de Maó

Aquest 10 d'octubre

Fes “match” amb la salut mental

El lema escollit pel Dia Mundial de la Salut Mental 2026 és una crida que anima la ciutadania a connectar amb el seu benestar emocional i a prioritzar la cura personal com a pilar fonamental per a la salut general.

Aquesta iniciativa convida a fer un treball introspectiu i de presa de consciència sobre la importància de conèixer-se, escoltar-se a un mateix i donar atenció als problemes o preocupacions que puguin sorgir en el dia a dia, evitant que s'agreguin o quedin en el silenci.

Aquest programa conté diferents activitats planificades per poder oferir eines d'autocura, fomentar l'empatia i trencar els estigmes associats als problemes de salut mental, promovent entorns d'obertura, diàleg i suport mutu.

Organitzat per:





CONSELL INSULAR
DE MENORCA