



Curs «Abordatge dels malestars emocionals i la salut mental»

Introducció:

Benvolguts/des,

El Servei de Salut de l'Ajuntament de Badalona, amb la col·laboració de la Diputació de Barcelona, organitza un curs per a abordar els **malestars emocionals i la salut mental en adolescents i joves**. Aquest curs es repeteix en quatre edicions adaptant el contingut al perfil professional que atén als adolescents i joves.

Contingut:

- Definició de salut mental, estat d'ànim i malestar emocional
- Característiques evolutives bàsiques
- Factors de risc principals
- Conceptes bàsics per l'abordatge
- Metodologia RULER
- Primers auxilis psicològics
- Recursos disponibles

Objectius del curs:

- Donar a conèixer eines per a la promoció del benestar emocional.
- Facilitar recursos per a la prevenció i detecció de malestars emocionals.
- Oferir suport adequat i, si s'escau, derivació a recursos especialitzats.

Cursos programats (màxim 20 participants per curs).

A continuació podreu veure el curs per a diferents perfils professionals:

Curs 1 «Abordatge dels malestars emocionals i la salut mental»

Destinatari: **monitors/es d'esplais i entitats esportives**

Dia: **7 de Novembre**

Horari: **de 17:30 a 20:00h**

Lloc: **Badiu Jove. Carrer d'Ausiàs Marc, 61**

Curs 2 «Abordatge dels malestars emocionals i la salut mental»

Destinatari: **monitors/es i educadors/es de lleure**

Dia: **15 d'octubre**

Horari: **de 10 A 13h**

Lloc: **Casal Cívica i Comunitari de Sant Roc. Av. del Maresme, 182**

Curs 3 «Abordatge dels malestars emocionals i la salut mental»

Destinatari: **monitors/es i educadors/es de lleure**

Dià: **22 d'octubre**

Horari: **de 10 a 13 h**

Lloc: **Casal Cívic i Comunitari de Sant Roc. Av. del Maresme, 182**

Curs 4 «Abordatge dels malestars emocionals i la salut mental»

Destinatari: **dinamitzadors juvenils**

Dià: **28 d'octubre**

Horari: **de 12 a 15 h**

Lloc: **Badiu Jove. Carrer d'Ausiàs Marc, 61**

Condicions d'inscripció:

- La inscripció s'ha de fer segons el perfil professional.
- En cas que l'horari no sigui compatible, podeu sol·licitar plaça en un altre taller.
- Es donarà preferència a les persones inscrites al curs destinat al seu perfil.
- Cada participant pot seleccionar fins a **dues opcions**, indicant l'ordre de preferència.
- La inscripció no garanteix plaça.
- Un cop tancades les inscripcions, rebreu un correu amb la confirmació del curs assignat.

IMPORTANT:

Inscripció a través del qüestionari *online*:

<https://forms.gle/4druHUvNdCYYhu5d9>

Data límit per a la inscripció: **10 d'octubre inclòs**

Moltes gràcies per l'interès i esperem comptar amb la vostra participació

Més informació a través de la **web de l'Ajuntament** o al telèfon del **Servei de Salut: 93 483 29 70**

o per correu a: **mrbo@badalona.cat**