Lectura contra els estigmes

Les biblioteques de les Terres de l'Ebre, amb la col·laboració de la Taula de Salut Mental, impulsen un projecte que pretén desestigmatitzar i nomalitzar les malalties i els trastorns mentals a través de la lectura.

Terres de l'Ebre L.Bertomeu

Treballar per desestigmatitzar els trastorns i les malalties mentals i normalitzar la situació de les persones afectades a través de la lectura i els contes. Este és el principal objectiu del projecte *Biblioteques i salut mental,* que impulsen conjuntament la Central de Biblioteques de les Terres de l'Ebre i la Taula de Salut Mental, en la qual hi estan representats tots els agents implicats en l'àmbit de la salut mental del territori. La iniciativa, pionera a Catalunya, va arrancar l'any passat amb l'organització de contacontes a 7 biblioteques ebrenques, i este 2018 el projecte s'ha fet encara més ambiciós amb la implicació de 28 biblioteques i l'organització de 45 activitats adreçades no només als infants, sinó també al públic juvenil i adult.

El projecte ***Biblioteques i Salut Mental*** aposta per la lectura per a desestigmatitzar els trastorns i les malalties mentals . / ACN

Gran part de les activitats organitzades giren entorn de la lectura a través de contacontes i clubs de lectura. La Central de Biblioteques i la Taula de Salut Mental han fet una tria de llibres, quatre contes i una novel·la juvenil, que parlen de trastorns com el TDAH (Trastorn per Dèficit d'Atenció i Hiperactivitat), el trastorn bipolar o l'autisme. Són lectures que ajuden a traure estigmes i mites sobre estos trastorns i a empatitzar amb les persones afectades. Els contes escollits per a fer estes sessions són *Biel què et passa?,* que aborda el TDAH; *Els dimarts, el meu tiet i els extraterrestres,* en el que es tracta el trastorn bipolar; i *Mai facis pessigolles a un tigre* i *Aleix ja n'hi ha prou,* que també aborden el TDAH. "**És emocionant veure com arribes a la gent a través dels contes",** explica Mariola Castaño, coordinadora de la Central de Biblioteques i que participa en algunes de les sessions de contacontes, dirigits al públic infantil i familiar, i que arribaran enguany a una quinzena de biblioteques. **"Els infants són més oberts i sensibles, i tenen menys prejudicis"**, explica Míriam Galindo, de l'Associació de Salut mental, **"i a través de la sensibilitat dels infants arribem a les famílies que, moltes vegades per desconeixement, creen pors a entorn de les malalties mentals. Volem desestigmatitzar i normalitzar"**.

Per a arribar al públic juvenil s'ha triat la lectura del llibre *El diari d'en Leo,* un àlbum il·lustrat que, amb una visió fresca, sensible i pedagògica, explica el trastorn de l'espectre autista. Es faran clubs de lectura a les biblioteques de Tortosa, Amposta, la Ràpita, Deltebre i Ulldecona, dirigits per personal de la Fundació Pere Mata, i que abordaran totes les preguntes i dubtes que es generen sobre este trastorn. Encara dirigit al públic juvenil, algunes biblioteques ebrenques acolliran l'exposició-taller 'Im-perfectes', que pretén fer reflexionar sobre la manipulació i la pressió entorn del físic femení i els cànons de bellesa imposats.

El projecte *Biblioteques i Salut mental* també vol arribar al públic adult, i els equipaments de les quatre capitals de comarca acolliran sessions de cinefòrum amb la projecció de tres audiovisuals i la participació d'un testimoni en primera persona i un professional de la salut mental.

El projecte és pioner a Catalunya i s'inclou dins del programa Biblioteques Inclusives del Servei de Biblioteques del Departament de Cultura. **"Este projecte és un exemple de com des del Departament de Cultura també es poden fer coses en temes que socialment són importants"**, ha insistit Ferran Bladé, director del Serveis Territorials de Cultura.

Font: biblioteca.tortosa.cat