



RECULL DE PREMSA 2025

LA VÍBRIA
INTERCULTURAL

VIBRIA.ORG

CANALTERRASSA

16/01/2025

La Víbria Intercultural participa en la reunió final del projecte Radio Nowhere +

Aquesta reunió té una doble missió. D'una banda, avaluar les diferents accions del projecte i planificar possibles accions futures del consorci que puguin donar continuïtat a la iniciativa. Entre les activitats, es compten activitats d'educació no formal una calçotada, un sopar argentí i un tancament obert al públic.

Aquest dijous, al Baumann Bar s'ha fet un programa de ràdio multilingüe en directe. Es tracta d'un experiment radiofònic en el qual s'han utilitzat les quatre llengües del projecte: italià, francès, català i castellà. A continuació, els voluntaris de La Víbria han preparat un Intercultural Meeting sobre Suècia.

Del 14 al 17 de gener té lloc a Terrassa la reunió final del projecte europeu Radio Nowhere +. En aquesta iniciativa hi participen entitats de Rennes (França), Altamura (Itàlia), León (Espanya) i La Víbria Intercultural de Terrassa.

L'objectiu del projecte és combatre el racisme i fomentar la participació de diversos col·lectius infrarepresentats en la societat. D'aquesta manera es vol donar veu a les seves iniciatives, creant comunitat i promovent la diversitat cultural a través de la creació de podcasts i amb diverses accions locals.



MONTERRASSA

03/05/2025

Un centenar de joves visibilitzaran el racisme a través dels videojocs

La Babel inVideogames Jam 2025 se celebrarà del 6 al 8 de maig a l'espai Prodis de Terrassa

Terrassa acollirà aquest mes de maig una nova edició de la **inVideogames Jam**. Després de l'èxit aconseguit durant les edicions dels 2023 i el 2024, les entitats organitzadores, Delaguila Games i La Víbria Intercultural, han decidit celebrar una nova jornada d'aquesta experiència educativa que combina creativitat, tecnologia i inclusió. Així doncs, del 6 al 8 de maig, l'espai Prodis de Terrassa es convertirà en l'epicentre de l'esdeveniment.

Enguany, la inVideogames Jam serà més internacional que mai, ja que per primera vegada també comptarà amb la participació de joves vinguts de la Bretanya Francesa. Així doncs, l'objectiu dels 125 participants, d'entre 12 a 21 anys, serà crear videojocs per reflexionar sobre el racisme i el seu impacte en la salut mental.



125 joves desenvoluparan videojocs per visibilitzar el racisme i el seu impacte en la salut mental | inVideogames



Un dels equips guanyadors de la inVideogames Jam 2024 | inVideogames

Els 22 equips, treballaran durant 72 hores amb persones migrants de la Fundació Bayt al-Thaqafa i el suport de 15 mentors per desenvolupar experiències interactives que promoguin l'empatia, la inclusió i el benestar emocional. "Amb un enfocament clar en la inclusió i la salut mental, aquesta iniciativa vol inspirar els participants a crear solucions innovadores que fomentin la col·laboració i construeixin un futur més conscient i solidari, utilitzant els videojocs com a eina de transformació social", destaquen des de l'organització.

Més informació sobre la Babel inVideogames Jam 2025

La Babel inVideogames Jam 2025 és un projecte internacional impulsat per dues entitats de Terrassa, Delaguila Games i La Víbria Intercultural, en col·laboració amb dues organitzacions franceses, Indie Collective i Intercultura. L'edició compta amb el suport de Migrasalt del Parc Sanitari Sant Joan de Déu, la Xarxa TECSAM, el Departament de Cultura de la Generalitat de Catalunya i la Fundació Bayt al-Thaqafa. Aquestes entitats uneixen esforços per "destacar el potencial transformador dels videojocs en la salut mental, l'educació i el canvi social, consolidant l'esdeveniment com un referent en innovació i compromís comunitari", subratllen des de l'organització. Així mateix, afirmen que la voluntat de la inVideogames és "promoure l'ús i desenvolupament de videojocs com a eines per abordar desafiaments socials" i "transformar realitats a través del poder dels videojocs".

Marta Pedregal: “Hi ha joves que gràcies al voluntariat han trobat el seu camí professional”



L'equip de mobilitat ofereix acompanyament al llarg de tot el programa de voluntariat amb suport tècnic, formacions i seguiment. Font: La Víbria Intercultural

La Víbria Intercultural acompanya, des de Terrassa, joves que volen viure una experiència de voluntariat transformadora tant local com internacional.



Amb seu a Terrassa, **La Víbria Intercultural** és una entitat juvenil que s'ha convertit en referent de la **mobilitat internacional** i el voluntariat europeu per a joves al municipi.

Amb l'objectiu de fomentar la interculturalitat, el voluntariat la ciutadania activa i l'ocupabilitat juvenil treballen a través de l'educació no formal per transmetre aquests valors a través d'experiències pràctiques i vivencials.

Parlem amb la **Marta Pedregal**, assessora de mobilitat de l'entitat, que ens explica algunes de les opcions de voluntariat que s'ofereixen des de la Víbria i com qualsevol jove que en tingui ganes pot emprendre una aventura transformadora a través del voluntariat, tant en l'àmbit local com internacional.

A més de tècnica de mobilitat, és interessant destacar que tu també vas participar d'aquests programes com a voluntària. És així?

Sí, vaig fer el meu Servei de Voluntariat Europeu (actualment Cos Europeu de Solidaritat) a Nàpols i després unes pràctiques amb el programa TLN Mobilitat a Palermo. Per mi van ser experiències molt enriquidores totes dues. Des que vaig tornar a casa ja fa tres anys, continuo vinculada a tot aquest món però des de l'altra banda, com a assessora de mobilitat i treballadora juvenil.

Des de la Víbria, us centreu només en joves de Terrassa o arribeu a altres llocs?

Tot i que som una entitat de Terrassa, treballem també en l'àmbit comarcal i en altres punts del territori. Tenim presència a Manresa, Igualada, Girona i Badalona.

L'objectiu és fer arribar el nostre assessorament en mobilitat internacional al màxim de joves possibles.

Com feu arribar aquestes oportunitats als joves?

No sempre és fàcil. A banda de ser presents a oficines joves, cuidem molt la nostra presència web i xarxes socials.

XARXANET

23/05/2025

També establim vincles amb entitats locals i instituts per arribar a aquelles persones que potser no tenen tant accés digital.

Què busquen habitualment els joves quan s'apropen preguntant per experiències de voluntariat?

Hi ha perfils molt diversos. Alguns tenen clar que volen estudiar a l'estranger, d'altres simplement saben que volen viure una experiència fora, però no saben com.

Aquí entra el nostre paper com a assessores, especialment pel que fa al Cos Europeu de Solidaritat (CES), un programa de voluntariat internacional totalment subvencionat per la Comissió Europea i 100% gratuït.

Molt interessant tenint en compte que cada cop hi ha més agències privades amb propostes molt costoses.

Sí, hi ha molta informació a internet i a vegades és complicat destriar-la. Hi ha molts programes per anar-se'n a fer voluntariat, però alguns no queda clar ben bé d'on surten. Entre aquest panorama les joves busquen alternatives econòmiques i de fiar, i el Cos Europeu ofereix aquest acompanyament al llarg de tot el procés que s'agraeix moltíssim.

Quin tipus de projectes s'ofereixen dins del CES?

Hi ha dos tipus principals: un voluntariat de curta durada que generalment es realitza en grup en el qual hi ha moltes activitats col·lectives. Després hi ha els de llarga durada: individuals i més immersius.

Oferim suport des del primer moment fins al retorn del jove, amb tutoria, preparació i acompanyament constant.

I en l'àmbit més local?

Tenim dos projectes destacats: el **Greenfluencers**, que fan accions pel medi ambient i el **programa de mentorries**, on joves locals fan de mentors dels voluntaris europeus que arriben a Terrassa. Pensem que aquest intercanvi cultural és molt enriquidor per ambdues parts.

Es requereixen coneixements o requisits previs per participar-hi?

Només dos: tenir entre 18 i 30 anys i residir a la Unió Europea. No es requereix nivell d'idioma ni estudis concrets.

Pel que fa a les temàtiques, que podem trobar?

Hi ha una gran varietat: medi ambient, art, cultura, esport, acció social... La majoria estan orientats a la transformació social i comunitària, ja que són projectes creats i organitzats per entitats sense ànim de lucre com nosaltres.

Per nosaltres és una experiència de transformació social i ho veiem cada dia. Hi ha joves que gràcies al voluntariat han trobat el seu camí professional o d'altres, més joves, han après que és viure amb autonomia. També n'hi ha que decideixen quedar-se al país que els ha acollit.

Quin impacte tenen els projectes en aquest país d'acollida al que feies referència?

Els projectes de voluntariat als que estem fent referència tota l'estona estan creats per les mateixes entitats dels països receptors. Per tant, són entitats que coneixen el territori, la seva realitat i necessitats. És per això que l'impacte acaba sent molt positiu. I ho veiem nosaltres aquí a Terrassa amb les persones voluntàries que arriben com ens nodrim mútuament d'aquest afegit intercultural.

The image shows a screenshot of an Instagram post from the account 'vibria.intercultural'. The profile name is 'vibria.intercultural' and the bio reads 'Robin Schulz - Sugar (feat. Francesco Yates)'. There is a blue button that says 'Voir le profil'. The main image of the post is a landscape with a river and trees, with a white play button icon in the center. Below the image, there is a green banner with white text that reads 'VOL'IN GREEN Voluntariat a Tavernes (França) 15 dies del 10 al 25 de juny'. Below the banner, there is a blue button that says 'Regarder sur Instagram'. Underneath the image, there is a white box with a blue border containing the text 'Voir plus sur Instagram'. Below this, there are icons for likes, comments, and shares. The text says '55 mentions J'aime vibria.intercultural'. Below that, there is a question 'No saps què fer aquest juny?' followed by several emojis. Below the question, there is a paragraph of text: 'Des de la Vibria us portem una oportunitat que no podeu deixar escapar! Voluntariat de grup amb totes les despeses cobertes amb joves de diferents països d'Europa'. Below the paragraph, there is a line of text: 'Si t'interessa escriu-nos a esc@vibria.org Més info a l'enllaç a la bio' followed by three social media icons. At the bottom of the post, there is a text input field that says 'Ajouter un commentaire...' and an Instagram logo icon.

Si alguna persona que estigui llegint aquesta entrevista està interessat, que hauria de fer?

Recomanem contactar amb un servei de mobilitat proper. Si no també poden registrar-se directament al portal del Cos Europeu de Solidaritat (Youth Portal) i preparar ells mateixos la candidatura. Normalment, el que es demana és una carta de motivació.

També poden contactar amb nosaltres i els acompanyarem en tot el procés.

Encara serien a temps per fer-ho aquest estiu?

Sí, els projectes es publiquen durant tot l'any. Tot i que els de juny ja poden estar tancats, molts per juliol encara tenen places obertes.

Per acabar, què diries a aquells joves que s'ho estan pensant, però tenen por o dubtes?

Els animaria moltíssim. És una oportunitat única per viure a l'estranger amb suport, sense grans despeses, i amb molt d'acompanyament. L'idioma no és una barrera i hi ha opcions més curtes per fer un primer tastet.

És un programa pensat perquè qualsevol jove hi pugui accedir sense que l'idioma sigui un impediment o una barrera i pot ser una experiència transformadora.

CANALTERRASSA

05/06/2025

Ràdio Víbria impulsa la creació de podcasts entre joves amb esperit crític i comunitari



Una quarantena de joves de Terrassa han participat aquest curs 2024-2025 en un programa de formació en creació de podcasts a **Ràdio Víbria**. Es tracta d'una iniciativa que s'emmarca en el projecte europeu **Erasmus+ Activitats de Participació Juvenil**. L'objectiu principal ha estat fomentar **l'esperit crític, la participació activa i la mirada comunitària** a través de la producció de continguts radiofònics.

Aquesta formació ha comptat amb la implicació de **diversos col·lectius i entitats juvenils**, tècnics i també educadors. Tots, doncs, comparteixen interès pel mitjà radiofònic com a eina de transformació i expressió. Un dels aspectes més destacats ha estat la participació activa de **joves formats a Ràdio Víbria**, que han fet de formadors o tècnics, facilitant una **dinàmica d'aprenentatge entre iguals**.

Durant el curs, s'hi han sumat entitats com **La Mulassa, Ocell de Foc, Districte Jove, Els Dols, Virals, InVideo Games, el Consell de Joves de Sant Pere de Ribes**. També hi han participat estudiants de la **UB, la UAB i l'Escola Montserrat de Rubí**.

Algunes d'aquestes experiències formatives han donat lloc a **nous podcasts amb contingut social i comunitari**, com ara:

- **InnerGamers**: sobre videojocs i salut mental
- **Habitando la ausencia**: sobre el dol en l'adolescència

Tots els continguts estan disponibles a la plataforma **radiovibria.com**.

Així, Ràdio Víbria forma part del projecte **La Víbria Intercultural**, una iniciativa amb valors comunitaris, diversos i antiracistes que creix any rere any amb la participació de més col·lectius. A més dels podcasts, també s'impulsen **directes radiofònics en esdeveniments locals**, com el **Mental Fest, el Terrassa Tria Futur** o la **Babel Jam**.



MONTERRASSA

09/06/2025

Joves de Terrassa creen podcasts amb una mirada crítica i comunitària

Una quarantena d'egarencs han passat per Ràdio VÍbria, enriquint la seva experiència formativa

Una quarantena de joves de la ciutat han participat en un programa de formació sobre creació de podcasts a Ràdio VÍbria, en el marc d'un projecte europeu Erasmus+ Activitats de participació juvenil. Aquesta iniciativa ha comptat amb la participació de diversos col·lectius de la ciutat, joves, tècnics i educadors amb interès pel mitjà radiofònic. La finalitat del projecte és fomentar la participació juvenil i l'esperit crític través de la creació de podcasts.

Una part destacada del projecte ha estat la participació activa de joves vinculats a Ràdio VÍbria, exercint com a formadors o tècnics en algunes de les sessions. Aquesta col·laboració entre iguals ha enriquit l'experiència formativa i ha contribuït a generar un espai d'aprenentatge col·lectiu i compartit.

Formació i experiències de tota mena

Ràdio VÍbria és una iniciativa impulsada per la VÍbria Intercultural, un projecte amb esperit comunitari, divers i antiracista en el que cada vegada participen mes persones i col·lectius; entre els podcasts de Ràdio VÍbria trobem propostes que treballen temes socials, culturals i comunitaris i a més es desenvolupen directes radiofònics en esdeveniments locals com els realitzats aquest any al Mental Fest, el Terrassa Tria Futur o la Babel Jam.



Ràdio VÍbria ha acollit una quarantena de joves que s'han format en podcast | La VÍbria Intercultural

En alguns casos, les formacions han desenvolupat en nous podcasts com InnerGamers (centrat en la relació entre els videojocs i la salut mental), Habitando la ausencia (sobre el dol en l'adolescència) o Voluntalks (dedicat al voluntariat europeu), entre d'altres. Els trobareu tots a radiovibria.com.

Durant el curs 24-25, s'han format a Ràdio VÍbria joves i tècnics d'entitats com La Mulassa, Ocell de Foc, Districte Jove, Els Dols, Virals, InVideo Games, el Consell de Joves de Sant Pere de Ribes i estudiants de la Universitat de Barcelona, la Universitat Autònoma de Barcelona i l'Escola Montserrat de Rubí, entre d'altres.

CANALTERRASSA

23/07/2025

Ràdio Víbria estrena exposició



Fins al 18 de setembre, el **Baumann Bar** acull una exposició de **Ràdio Víbria**, el projecte de ràdio comunitària de la **Víbria Intercultural** per donar a veu a **col·lectius que sovint no tenen espai als mitjans convencionals**.

La mostra, de l'artista **Marta Fabón**, recull l'essència del projecte: la **diversitat**. Els visitants es trobaran una **combinació de fotografies del procés de treball dels podcasts amb il·lustracions i personatges de plastilina** que acompanyen el recorregut. Són sis personatges, de colors i formes canviants, que representen aquesta diversitat cultural i social del projecte, i que simbolitzen també els **sis podcasts destacats** que es poden escoltar a través del codis QR que hi ha repartits per l'espai.

Ràdio Víbria va néixer al 2021 com a espai de trobada, especialment per a les persones joves. Inspirada per les antigues ràdios lliures i per les actuals ràdios comunitàries, la iniciativa aposta per la **transformació social a través de la comunicació**.

Els sis podcasts destacats a l'exposició són **Acció Viral**, **Ràdio Nowhere**, **VolunTalks**, **La Flama**, **Bildung** i **Habitando la Ausencia**.



CANALTERRASSA

10/07/2025

Re-Got comença a ser una realitat de la mà de Greenfluencers



Aquest dijous s'ha presentat el projecte **Re-Got**, una iniciativa que busca acabar amb els gots d'un sol ús als establiments terrassencs.

Greenfluencers Terrassa proposa la implementació d'un **got reutilitzable** que substitueixi els vasos d'un sol ús que s'utilitzen als bars i cafeteries. La iniciativa es va presentar com a proposta de participació ciutadana a un ple municipal, on va obtenir una resposta molt positiva. Re-Got ha sigut una realitat, també, gràcies al suport de **Víbria Intercultural** i l'**Ajuntament de Terrassa**. Davant una realitat on es llencen **3.000 gots** cada minut a Espanya i la intenció de prohibir-los el 2030 per part de normatives europees, Re-Got sorgeix com una **solució sostenible**.

Per ara, son 9 els establiments que s'hi han adherit. Tots son comerços locals i no grans cadenes, i de moment el got seria gratuït pel client. Aquest, però, s'ha de retornar a qualsevol dels establiments que formen part del projecte amb un termini de dues setmanes.

Re-Got entra aquest estiu en període de prova a la ciutat de Terrassa durant un any. Això, amb l'esperança que cada cop siguin més els establiments els que s'hi vulguin involucrar i més ciutadans se sensibilitzin amb la problemàtica. L'objectiu final del projecte és que quedi consolidat com una pràctica habitual a la ciutat, sent aquest un dels passos de tota la feina que queda per fer.



La Víbria exposa el seu projecte radiofònic al Baumann Bar

La mostra, que es tancarà el 18 de setembre, recull l'essència de Ràdio Víbria

El Baumann Bar de Terrassa ha obert una exposició radiofònica. La mostra, que es tancarà el 18 de setembre, recull l'essència de **Ràdio Víbria**, que els seus impulsors defineixen com "un projecte de comunicació comunitària amb vocació formativa i social".

L'exposició ha estat dissenyada per l'artista **Marta Fabón**, participant del projecte, i combina fotografies del procés de treball amb il·lustracions i sis personatges de plastilina "que acompanyen el recorregut de manera simpàtica i expressiva", indica **La Víbria Intercultural, promotora de la iniciativa**. Els personatges "representen la diversitat cultural i social del projecte" i simbolitzen els sis **pòdcasts** que s'hi poden escoltar mitjançant codis QR repartits per la sala.

Ràdio Víbria, **amb una vintena d'emissions en línia**, va néixer el 2021 a Terrassa amb el propòsit de ser "un espai de trobada, especialment per a les persones joves" i de donar veu a col·lectius "que sovint queden exclosos dels canals de comunicació convencionals". Inspirada per les antigues ràdios lliures i les actuals ràdios comunitàries, "aposta per la transformació social a través de la comunicació". Ofereix formació en pòdcast.



Una de les imatges de l'exposició de La Víbria a Terrassa - LA VÍBRIA INTERCULTURAL

AUDIO.CAT

10/09/2025

#36 Recomanem! 6 pòdcasts sobre salut mental i prevenció del suïcidi

Dia Mundial per a la Prevenció del Suïcidi: sis pòdcasts en català que contribueixen a trencar l'estigma a través de professionals i experiències personals

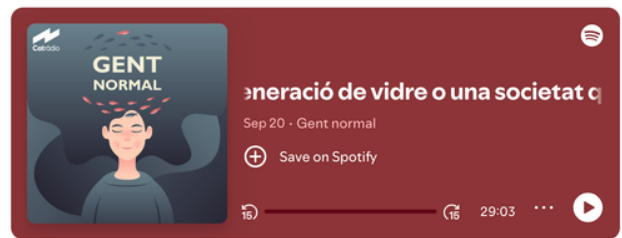


Benvinguts a una nova entrega del Recomanem!, on us suggerim un seguit de pòdcasts d'una mateixa categoria o àmbit. Recordem que la selecció no és un rànquing, sinó una manera d'anar descobrint diferents programes i que l'ordre dels pòdcasts es fa de manera aleatòria.

En motiu del **10 de setembre**, Dia Mundial per a la Prevenció del Suïcidi, a **Audio.cat** hem preparat una selecció especial de pòdcasts que comparteixen experiències, eines i informació per trencar tabús, fomentar la sensibilització i oferir suport emocional.

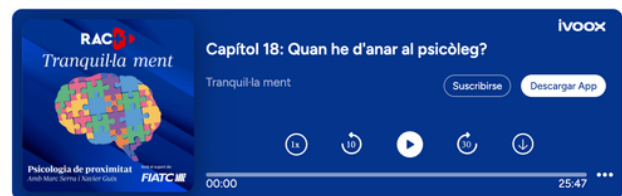
Gent normal

En vuit capítols, aquest pòdcast escrit i dirigit per **Adam Martin** i produït per **Esther Carmona** aborda trastorns mentals com el TOC, TDAH, trastorns alimentaris, bipolaritat, addicció al joc i esquizofrènia. Combinant professionals de la salut (Hospital Clínic, Vall d'Hebron, Sant Joan de Déu, Bellvitge, Lleida) i persones amb experiència viscuda, explora com l'estigma sovint supera la pròpia malaltia.



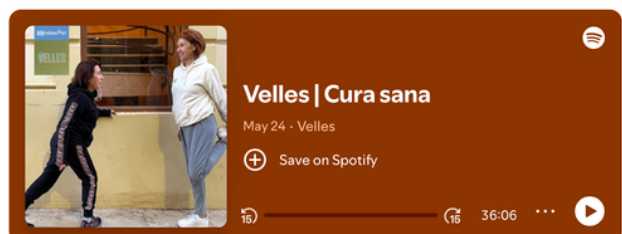
Tranquil·la ment

Proposa converses informals, sovint amb humor, entre el periodista **Marc Serra** i el psicòleg **Xavier Guix**. Parlen de situacions quotidianes que ens poden tensionar: com afrontar un mal dia, identificar companys de feina «problemàtics» o sobreviure a reunions familiars. Ofereixen consells pràctics i hàbits que, amb una mica de pràctica, poden millorar el benestar mental diari.



Velles

Tres amigues de més de setanta anys —Pilar, Rosa i Vicent— comparteixen conversa sense filtres en una cafeteria. Parlen d'amor, amistat, vellesa, salut mental, mort i memòries d'escola. Les seves anècdotes, emocions i aprenentatges proven que la vida continua amb energia i bon humor, i que cada etapa té història per explicar. Un pòdcast d'À Punt Pòdcast.

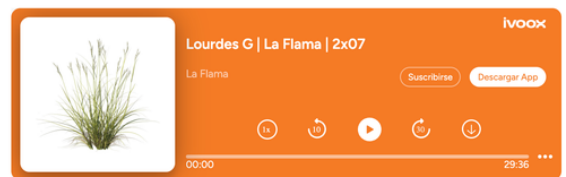


AUDIO.CAT

10/09/2025

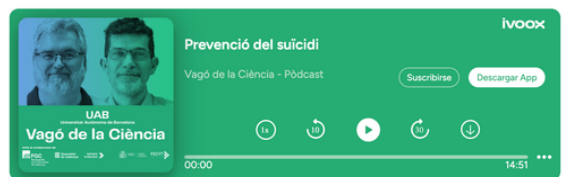
La Flama

Un espai on es fa visible la salut mental més íntima. Creat pel programa **Ocell de Foc Volant**, aquest pòdcast dona veu a persones que han viscut situacions de malestar emocional. Amb preguntes clau, les protagonistes expliquen com van transformar la seva realitat. Dirigit per **Ariadna Folch**, amb edició de so de **François Van Kerrebroeck**, **Ràdio Vibria** ofereix una narrativa sensible i comunitària, amb un enfocament educatiu i terapèutic.



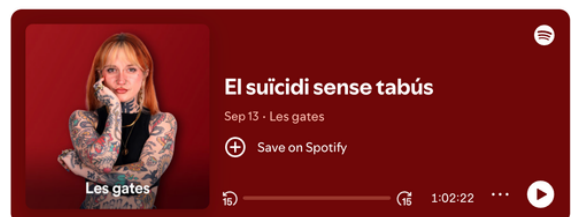
Vagó de la Ciència – “Prevenió del suïcidi”

En aquest episodi del projecte divulgatiu de la **UAB** els psicòlegs **Joaquim Puntí** i **Joaquim T. Limonero** aborden els mites més comuns sobre el suïcidi —com l'errònia creença que parlar-ne pot provocar-ho— i comparteixen dades alarmants sobre adolescents: més del 43% d'estudiants han pensat en morir-se i un de cada 10 s'autolesiona amb freqüència.



Les gates – “El suïcidi sense tabús”

Un episodi directe i honest dins del pòdcast **Les gates** (Catalunya Ràdio), que aborda el suïcidi sense rodejos ni censures. Una conversa valenta que convida a parlar del tema amb naturalitat i sensibilitat.



El Mental Fest torna a Terrassa!

El **Mental Fest** torna amb més força que mai. Aquest 2025, el festival ens porta una jornada única a l'espai públic, traslladant totes les seves activitats a la **Plaça Vella de Terrassa** per celebrar el **Dia Mundial de la Salut Mental** el 10 d'octubre de 10 a 13h amb una programació diversa, participativa i plena de missatge.

Organitzat pel **Programa Ocell de Foc Volant**, en col·laboració amb la **Taula de Salut Mental de Terrassa** i amb la participació de: Prodis, La VÍbria Intercultural, Fundació Educativa Terrassa, Associació Alba, Salut Mental Catalunya, Ajuntament de Terrassa, Servei d'Emprenedoria i Economia Social, SRCT-CST, CSMIJ, REBEC, Barris Futurs, Corralito, Adhoc.cat, La Fact, Crisàlide, Club Social Ègara, Consell Esportiu de Terrassa, Alberg Vallparadís, Fundació Vallparadís, Projecte Virals, Punt de Voluntariat, Unió Lleure, Ègara Futsal, El Submarí, Kalaxy, Evadirse, The Hive i Hanami Dansa, Desviades Collective, 0822Run, Desterrás, Fundació Arte Paliativo i Grupo Osga, el festival té com a objectiu **trencar estigmes, promoure el benestar emocional, visibilitzar les primeres persones i crear espais d'expressió col·lectiva.**



Programació del Mental Fest 2025

La programació es divideix en dues franges, matí i tarda, per altra banda, hi ha activitats que estaran presents durant tot el dia.

Tot el dia

- **Passadís d'Entitats** | Espai on les entitats col·laboradores del Mental Fest oferiran activitats, dinàmiques participatives i informació per a tothom.
- **Campanya "No t'ho empassis"** | Campanya antiestigma per trencar amb els mites i els estereotips en relació la salut mental.
- **Graffiti en viu + Photocall** | Els artistes locals B.Y.B i SKAIL (el petit cabronet) pintaran un mural reivindicatiu en directe que funcionarà com a fons per a fotografies. Organitza: Ocell de Foc.





Matí (de 10h a 13h)

- **Programa el Submarí de la Ràdio Municipal de Terrassa** | El submarí emetrà un programa especial en directe pel dia Mundial de la Salut Mental. A càrrec de: Ràdio Municipal de Terrassa i Consell Esportiu VO Terrassa.
- **Taula rodona sobre salut mental i l'esport dins del Programa de Ràdio PluralMENT** | Hi participaran la nadadora paralímpica Sarai Gascón, el boxejador Hamza Selahmi i la psicòloga esportiva Sara Cordeiro, amb moderació de Paula Solís (Crisàlide Comunicació). A càrrec de: PluralMent (comissió antiestigma de Terrassa) i Consell Esportiu VO Terrassa.
- **Projecció del curtmetratge "REMAR" (Sala Noble de l'Esport)** | Curtmetratge i xerrada participativa sobre valors com la resiliència, l'esforç i el suport col·lectiu. Dirigit per: Adán Aguilar - Kalaxy Films. Organitza: Consell Esportiu de Terrassa.
- **Hora Blava (13:30h - 16h) - Espai de reducció sensorial** | Franja de calma per facilitar l'accessibilitat i un ambient tranquil per visitar les exposicions.

Tarda (de 16h a 23h)

- **Activitat artística "Generació Àlbum"** | Exposició col·lectiva i taller participatiu amb Virals Terrassa.
- **Punt de Voluntariat** | Espai de recollida de testimonis per a un vídeo sobre voluntariat i salut mental. Organitza: Punt del Voluntariat de Terrassa.
- **Taller "Moviment i relaxació" (Prodis)** | Activació suau del cos a través de moviments guiats i pilates per millorar l'estat d'ànim i afavorir la connexió social. Lloc: Plaça Vella.
- **Taller "Art pel benestar emocional"** | Espai d'artteràpia dinamitzat per professionals de la Fundació Arte Paliativo. Lloc: Stand del Carrer Major.
- **Ràdio Mental Fest - Podcast en directe + Micro obert de poesia** | Amb les veus de La Flama, Voluntalks, Ràdio Nowhere, Virals, Innergamers, Habitando la Ausencia i Pluralment. Organitza: Ràdio Víbria - La Víbria Intercultural.
- **Visita guiada a l'exposició "Sala d'Espera"** | Instal·lacions artístiques co-creades per Prodis, SRCT, El Corralito i altres agents culturals i socials de la ciutat. Organitza: Barris Futurs, Prodis, SRCT-CST, El Corralito i Adhoc.cat.
- **Presentació institucional del festival + Lectura del manifest** | Amb la participació de representants d'Ocell de Foc, la Taula de Salut Mental i activistes en primera persona. Interpretació en llengua de signes a càrrec d'Inclusivxs.
- **Actuacions corals: Coral Renaixença del CST i Coral GospelBo** | Una mostra d'inclusió i

MON TERRASSA

02/10/2025

Terrassa visibilitza la salut mental en un Mental Fest ple de novetats

L'esdeveniment es trasllada a la plaça Vella en una jornada que comptarà amb tallers, conferències, música o cinema



Acte de presentació de la tercera edició del Mental Fest a Terrassa | Lluïsa Tarrida

Terrassa acull una nova edició del festival dedicat a la salut mental. El pròxim divendres, dia 10 d'octubre, la plaça Vella serà l'epicentre d'un esdeveniment que enguany estarà enfocad a reivindicar la importància de blindar els drets socials "per tenir una salut mental digna i accessible". Organitzat per Ocell de Foc Volant, la jornada s'iniciarà a les deu del matí (10h) i finalitzarà a les onze de la nit (23h) i hi podrem trobar tallers, conferències, música, cinema i art.

Enguany s'ha decidit canviar la ubicació i passar del Parc de Vallparadís a la plaça Vella. La intenció és, d'aquesta manera, "donar encara més visibilitat a la salut mental, i garantir que se li posi veu i fer més soroll", han manifestat els organitzadors. Coincidint amb el Dia Mundial de la Salut Mental la programació serà "diversa, participativa i plena de missatges". I és que més enllà del trasllat d'espai, també s'ha optat per fer-lo en dia laborable -i no festiu- per aconseguir atraure un públic més jove, de les escoles i instituts de la ciutat. "Aquest any hem volgut facilitar la seva participació i el matí està especialment pensat per a ells, per això hem donat un espai a processos participatius liderats per joves", perquè els sigui més fàcil involucrar-s'hi i perquè és en aquesta diana d'edat on volen incidir.

Enguany s'ha decidit canviar la ubicació i passar del Parc de Vallparadís a la plaça Vella. La intenció és, d'aquesta manera, "donar encara més visibilitat a la salut mental, i garantir que se li posi veu i fer més soroll", han manifestat els organitzadors. Coincidint amb el Dia Mundial de la Salut Mental la programació serà "diversa, participativa i plena de missatges". I és que més enllà del trasllat d'espai, també s'ha optat per fer-lo en dia laborable -i no festiu- per aconseguir atraure un públic més jove, de les escoles i instituts de la ciutat. "Aquest any hem volgut facilitar la seva participació i el matí està especialment pensat per a ells, per això hem donat un espai a processos participatius liderats per joves", perquè els sigui més fàcil involucrar-s'hi i perquè és en aquesta diana d'edat on volen incidir.

MON TERRASSA

02/10/2025

Programació del Mental Fest 2025

La programació es divideix en dues franges, matí i tarda, per altra banda, hi ha activitats que estaran presents durant tot el dia.

Tot el dia

- Passadís d'Entitats

Espai on les entitats col·laboradores del Mental Fest oferiran activitats, dinàmiques participatives i informació per a tothom.

- Campanya "No t'ho empassis"

Campanya antiestigma per trencar amb els mites i els estereotips en relació la salut mental

- Graffiti en viu + Photocall

Els artistes locals B.Y.B i SKAIL (el petit cabronet) pintaran un mural reivindicatiu en directe que funcionarà com a fons per a fotografies. Organitza: Ocell de Foc

Matí (de 10h a 13h)

- Programa el Submarí de la Ràdio Municipal de Terrassa. El submarí emetrà un programa especial en directe pel dia Mundial de la Salut Mental. A càrrec de: Ràdio Municipal de Terrassa i Consell Esportiu VO Terrassa

● Taula rodona sobre salut mental i l'esport dins del Programa de Ràdio PluralMENT El programa de ràdio PluralMent, referent a la ciutat en temes de salut mental, acollirà la taula rodona sobre resiliència i gestió emocional en l'esport. Hi participaran la nadadora paralímpica Sarai Gascón, el boxejador Hamza Selahmi i la psicòloga esportiva Sara Cordeiro, amb la moderació de Paula Solís (Crisàlide Comunicació). A càrrec de: PluralMent (comissió antiestigma de Terrassa) i Consell Esportiu VO Terrassa

- Projecció del curtmetratge "REMAR" (Sala Noble de l'Esport)

Curtmetratge i xerrada participativa sobre valors com la resiliència, l'esforç i el suport col·lectiu. Dirigit per: Adán Aguilar – Kalaxy Films. Organitza: Consell Esportiu de Terrassa

- Hora Blava (13:30h – 16h) – Espai de reducció sensorial

Franja de calma per facilitar l'accessibilitat i un ambient tranquil per visitar les exposicions.

Tarda (de 16h a 23h)

- Activitat artística "Generació Àlbum". Exposició col·lectiva i taller participatiu amb Virals Terrassa

- Punt de Voluntariat. Espai de recollida de testimonis per a un vídeo sobre voluntariat i salut mental. Organitza: Punt del Voluntariat de Terrassa

- Taller "Moviment i relaxació" (Prodis), Activació suau del cos a través de moviments guiats i pilates per millorar l'estat d'ànim i afavorir la connexió social. Lloc: Plaça Vella

- Taller "Art pel benestar emocional". Espai d'artteràpia dinamitzat per professionals de la Fundació Arte Paliativo. Lloc: Stand del Carrer Major

- Ràdio Mental Fest – Podcast en directe + Micro obert de poesia. Amb les veus de La Flama, Voluntalks, Ràdio Nowhere, Virals, Innergamers, Habitando la Ausencia i Pluralment. Organitza: Ràdio VÍbria – La VÍbria Intercultural

- Visita guiada a l'exposició "Sala d'Espera". Instal·lacions artístiques co-creades per Prodis, SRCT, El Corralito i altres agents culturals i socials de la ciutat. Organitza: Barris Futurs, Prodis, SRCT-CST, El Corralito i Adhoc.cat

- Presentació institucional del festival + Lectura del manifest. Amb la participació de representants d'Ocell de Foc, la Taula de Salut Mental i activistes en primera persona. Interpretació en llengua de signes a càrrec d'Inclusivxs.

- Actuacions corals: Coral Renaixença del CST i Coral GospelBo. Una mostra d'inclusió i expressió artística a través de la música.

- Taula d'expertes: Validació emocional i suport en moments difícils. Diàleg entre psicòlegs, professionals de l'àmbit comunitari i primeres persones sobre com acompanyar des de l'empatia.

- Batucada amb Desterrás. Música i cultura popular per fer vibrar la plaça!

- Espectacle de dansa "El aire que me habita". A càrrec de Hanami Danza sota la direcció de Priscila Garrido. Peça que reflexiona poèticament sobre el temps, el sentit i la pròpia suficiència.

- Concert de "Evadirse". Banda emergent de rock de Terrassa, guanyadora del concurs "Sonomav". Presentaran els seus temes en directe.

- Arribada del Club 0822RUN. El grup de running social arriba a la plaça com a punt final de la seva cursa, integrant l'activitat esportiva al Mental Fest.

- DJ Set – The Hive. Tancament del festival amb música electrònica a càrrec de The Hive, entitat cultural que promou espais segurs, inclusivxs i creatius per a joves i artistes locals.

La Víbria Intercultural mujer la bienvenida a 13 jóvenes europeas para hacer voluntariado a entidades sociales de Terrassa

La Víbria Intercultural mujer la bienvenida a 13 jóvenes europeas para hacer voluntariado a entidades sociales de Terrassa

La asociación terrassenca La Víbria Intercultural acoge, un año más, 13 jóvenes voluntarias que realizarán, durante 10 meses, actividades de voluntariado a diferentes asociaciones locales de la ciudad en el marco del proyecto Cuerpo Europeo de Solidaridad.

El Cuerpo Europeo de Solidaridad es una iniciativa de la Unión Europea que ofrece oportunidades a las jóvenes para participar en proyectos de voluntariado y solidaridad en toda Europa. De este modo, pueden contribuir de manera activa a la sociedad y en las comunidades locales mientras adquieren experiencia y habilidades.

Las 13 jóvenes, con edades comprendidas entre 18 y 30 años, vienen de Georgia, Francia, Grecia, Alemania, Eslovaquia, e Italia. Se han trasladado a Terrassa para realizar tareas voluntarias en varias entidades locales, como por ejemplo LaFACT Fupar, Prodis, Taller *Jeroni de Moragas y La Víbria Intercultural. Estos proyectos alcanzan una amplia variedad de tareas, que van desde el trabajo diario con personas con capacidad diversas hasta tareas de oficina que incluyen colaborar en proyectos con otros jóvenes o apoyar con la comunicación y diseño de la entidad.

Como parte de sus tareas con La *Víbria, las voluntarias organizan cada jueves acontecimientos interculturales al *Baumann Bar, encuentros abiertos a todas las jóvenes de la ciudad con el objetivo de fomentar la diversidad, impulsar el voluntariado local e internacional y crear conexiones.

A través del Cuerpo Europeo de Solidaridad, La Víbria Intercultural también involucra cada año a jóvenes voluntarias de la ciudad de Terrassa. La fase de adaptación de las voluntarias europeas es crucial para hacer que su experiencia sea más enriquecedora. Para conseguirlo, La Víbria Intercultural está buscando voluntarias locales para actuar como mentoras: personas interesadas a conocer jóvenes otras culturas y dispuestas a dedicar parte de su tiempo libre para facilitar la integración de las voluntarias en un entorno completamente desconocido, ofreciéndoles apoyo en su proceso de aprendizaje.



INTERNACIONALS

06/10/2025



L'associació terrassenca La VÍbria Intercultural acull, un any més, 13 joves voluntàries que realitzaran, durant 10 mesos, activitats de voluntariat a diferents associacions locals de la ciutat en el marc del projecte Cos Europeu de Solidaritat.

El Cos Europeu de Solidaritat és una iniciativa de la Unió Europea que ofereix oportunitats a les joves per a participar en projectes de voluntariat i solidaritat en tota Europa. D'aquesta manera, poden contribuir de manera activa a la societat i a les comunitats locals mentre adquireixen experiència i habilitats.

Les 13 joves, amb edats compreses entre 18 i 30 anys, vénen de Geòrgia, França, Grècia, Alemanya, Eslovènia, i Itàlia. S'han traslladat a Terrassa per realitzar tasques voluntàries en diverses entitats locals, com ara LaFACT Fupar, Prodis, Taller Jeroni de Moragas i La VÍbria Intercultural. Aquests projectes abasten una àmplia varietat de tasques, que van des del treball diari amb persones amb capacitats diverses fins a tasques d'oficina que inclouen col·laborar en projectes amb altres joves o donar suport amb la comunicació i disseny de l'entitat.

Com a part de les seves tasques amb La VÍbria, les voluntàries organitzen cada dijous esdeveniments interculturals al Baumann Bar, trobades obertes a totes les joves de la ciutat amb l'objectiu de fomentar la diversitat, impulsar el voluntariat local i internacional i crear connexions.

A través del Cos Europeu de Solidaritat, La VÍbria Intercultural també involucra cada any a joves voluntàries de la ciutat de Terrassa. La fase d'adaptació de les voluntàries europees és crucial per a fer que la seva experiència sigui més enriquidora. Per aconseguir-ho, La VÍbria Intercultural està buscant voluntàries locals per actuar com a mentores: persones interessades a conèixer joves d'altres cultures i disposades a dedicar part del seu temps lliure per facilitar la integració de les voluntàries en un entorn completament desconegut, oferint-los suport en el seu procés d'aprenentatge.



Joves europeus fan voluntariat en entitats socials de Terrassa

Durant 10 mesos, activitats a diferents associacions locals de la ciutat en el marc del projecte Cos Europeu de Solidaritat

L'associació terrassenca La VÍbria Intercultural acull, un any més, 13 joves voluntàries que realitzaran, durant 10 mesos, activitats de voluntariat a diferents associacions locals de la ciutat en el marc del projecte Cos Europeu de Solidaritat. El Cos Europeu de Solidaritat és una iniciativa de la Unió Europea que ofereix oportunitats a les joves per a participar en projectes de voluntariat i solidaritat en tota Europa. D'aquesta manera, poden contribuir de manera activa a la societat i a les comunitats locals mentre adquireixen experiència i habilitats.

Les 13 joves, amb edats compreses entre 18 i 30 anys, venen de Geòrgia, França, Grècia, Alemanya, Eslovènia, i Itàlia. S'han traslladat a Terrassa per realitzar tasques voluntàries en diverses entitats locals, com ara LaFACT Fupar, Prodis, Taller Jeroni de Moragas i La VÍbria Intercultural. Aquests projectes abasten una àmplia varietat de tasques, que van des del treball diari amb persones amb capacitat diverses fins a tasques d'oficina que inclouen col·laborar en projectes amb altres joves o donar suport amb la comunicació i disseny de l'entitat.

A la recerca de mentors

Com a part de les seves tasques amb La VÍbria, les voluntàries organitzen cada dijous esdeveniments interculturals al Baumann Bar, trobades obertes a totes les joves de la ciutat amb l'objectiu de fomentar la diversitat, impulsar el voluntariat local i internacional i crear connexions.

A través del Cos Europeu de Solidaritat, La VÍbria Intercultural també involucra cada any a joves voluntàries de la ciutat de Terrassa. La fase d'adaptació de les voluntàries europees és crucial per a fer que la seva experiència sigui més enriquidora. Per aconseguir-ho, La VÍbria Intercultural està buscant voluntàries locals per actuar com a mentores: persones interessades a conèixer joves d'altres cultures i disposades a dedicar part del seu temps lliure per facilitar la integració de les voluntàries en un entorn completament desconegut, oferint-los suport en el seu procés d'aprenentatge.



Benvinguda als joves europeus que faran tasques de voluntariat a Terrassa | La VÍbria



CANAL TERRASSA

23/10/2025

Baumann Connexions reflexiona sobre la participació juvenil en la societat actual



La manca participació juvenil és un dels grans reptes socials i polítics actuals. Les institucions estan preocupades perquè aquesta desafecció posa en perill el mateix sistema. Així, la majoria d'associacions i moviments remarquen que necessiten un relleu generacional.

La 3a edició de Baumann Connexions reflexiona sobre aquest tema. És una jornada anual que serveix per compartir coneixements sobre diferents temes i que s'emmarca en el Pla Local de Joventut.

No existeix una fórmula màgica per articular i dinamitzar aquesta participació juvenil. Però és l'única manera de promoure canvis i aconseguir objectius.

Els participants argumenten que cal una escolta activa per part de les administracions per conèixer les opinions i les necessitats reals del col·lectiu. També demanen que es legitimin totes les formes d'implicació (no només les convencionals) i que s'articulin nous espais de participació.

A més, s'han de tenir en compte els obstacles: econòmics, socials i culturals. Per a moltes persones joves la precarietat laboral o habitacional fa inviable mantenir-se actives en una entitat i, per altres, la manca de referents o de resultats visibles les desmotiva.

La jornada, titulada *Diàlegs sobre Participació*, ha comptat amb la intervenció d'entitats i col·lectius i s'ha celebrat a Cal Reig.

CANAL TERRASSA

23/10/2025



Treballadors socials i juvenils de la Bretanya visiten l'Ajuntament



[Fotos: Ajuntament de Terrassa]

Un grup de treballadors i treballadores socials i juvenils provinents de la Bretanya francesa ha visitat aquest dimarts l'Ajuntament de Terrassa.

La delegació ha estat rebuda per Patricia Reche, tinenta d'alcalde d'Acció Social, Participació i Qualitat Democràtica.

La trobada ha estat motivada per l'entitat La Vibria de Terrassa.

Durant la reunió, s'ha donat a conèixer informació sobre com es gestionen a Terrassa els equipaments socials, educatius i juvenils.

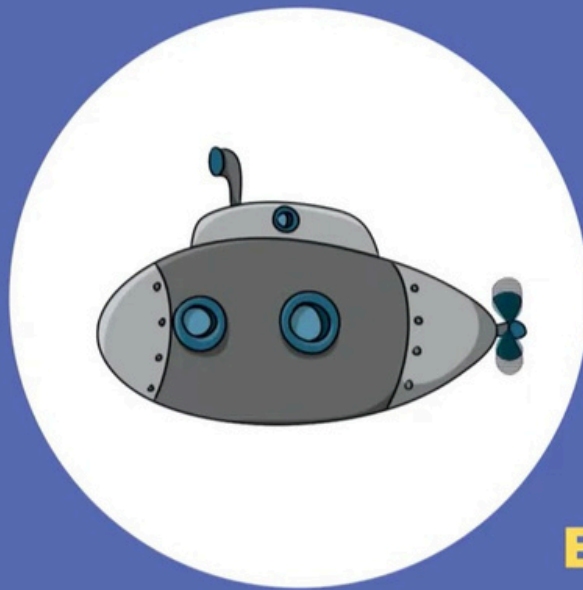
D'altra banda, la delegació també s'ha adreçat a l'Oficina Jove de la Casa Baumann.

CANAL TERRASSA

05/12/2025

  @elsubmaritrs
 650 506 307

RàdioMunicipal
Terrassa95.2 



El Submarí
amb Mariona Tomàs

El Submarí Divendres 05/12/2025

122 visualizaciones Emitido en directo el 5 dic 2025 [Ràdio Municipal de Terrassa](#)

El Submarí és el magazín diari de Ràdio Municipal de Terrassa que ofereix dues hores plenes d'informació i entreteniment. Cada dia parlem de l'actualitat local i dels temes que més t'interessen: política, cultura, societat o economia, entre d'altres. També comptem amb col·laboradors que aporten continguts variats, des de educació i salut fins a oci i estilisme.

Un espai per conèixer què passa a la ciutat i escoltar històries i veus que connecten amb tu.