

# AVIFES

Pausoz pauso  
osasun mentala  
hobetuz

Paso a paso  
hacia la mejora  
de la salud  
mental



urriak

10

de octubre

**DMSM**  
Osasun Mentalaren Munduko Eguna 2013

Osasun Mentalaren  
Munduko Eguna

Día Mundial de  
la Salud Mental



Asociación Vasca de Familiares  
y Personas con Enfermedad Mental

T. 94 445 62 56  
info@avifes.org  
www.avifes.org



Laguntzaileak  
Colaboradores



# ¡Ven a celebrar con AVIFES el Día Mundial de la Salud Mental!

Te esperamos en el Colegio Berrio-otxoa el **Sábado 5 de octubre**.  
¡Con un montón de actividades y sorpresas durante la mañana  
a partir de las 10:30 h.!

Para empezar el día con energía contaremos con la animación de ERRALDOIEN ONDALAN KONPARTSA eta BIZKAIKO GAITEROAK.

Visita la Exposición Camino de Santiago y descubre las experiencias vividas por parte de nuestras personas usuarias durante su recorrido.

Si lo tuyo es el deporte y la aventura, te lo ponemos fácil: hinchables, tiro con arco, ping pong, rocódromo, tirolina, jumping y **un fantástico globo aerostático** para disfrutar de unas vistas por todo lo alto ... ¿te atreves?

Talleres para todos los gustos completarán las actividades de la mañana y además:

De **12:30 a 12:50** tienes una cita con la magia del **mago Imanol**.

Y a las **13:00**, ¡A mover el esqueleto con la **Wii Dance!**

A las **14:30** Comida y actuación del **coro de Avifes** en el Frontón.

\* *Para asistir a la comida es imprescindible haberte inscrito antes. Retira tu ticket el mismo día 5 de octubre en el stand de información.*

Y como colofón final... SORTEO Y ACTUACIÓN DE **DJ XAIBOR**  
en el frontón.

## ¡Anímate y participa!

No te pierdas la exposición en la SALA REKALDE "Joanetorriak. Destellos de creación". Itinerario creativo de las personas usuarias de Avifes.  
Del 8 al 20 de octubre en Alameda Rekalde, 30 - Bilbao

## Etorri AVIFESekin Osasun Mentalaren Munduko Eguna ospatzera!

Berrio-otxoa Ikastetxean egongo gara **urriaren 5 ean, larunbata**.

**Jarduera eta sorpresa piloia izango ditugu goizean zehar, 10:30etik aurrera!**

Eguna energiaz hasteko ERRALDOIEN ONDALAN KONPARTSAREN eta BIZKAIKO GAITEROEN animazioa izango dugu.

Etorri Done Jakue bidearen Erakusketara eta ezagutu gure erabiltzaileek bidean zehar izandako esperientziak.

Abentura eta kirola gustuko badituzu, erraz daukazu: puzgarriak, arku-tiroa, ping-pong, eskalada-murrua, tirolina, jumping eta **globo aerostatiko ikusgarri bat**, han goitik ikuspegiak gozatzeko... ausartuko al zara?

Gustu guztietarako tailerrak izango ditugu goizeko jarduera-aukera osatzeko, eta gainera:

**12:30etik 12:50era Imanol magoaren** magia gozatzeko aukera izango duzu.

**Eta 13:00ean, Wii Dance.** Animatu eta mugitu gorputza!

**14:30ean** bazkaria eta **Avifeseko abesbatzaren** emanaldia Frontoian.

\* *Bazkarian parte hartzeko aurretik izena eman behar da. Hartu zure tiketa urriaren 5ean bertan, informazio-gunean.*

Eta amaitzeko... ZOKKETA ETA **DJ XAIBOR-EN** EMANALDIA frontoian.

## Animatu eta parte hartu!

Ez galdu REKALDE ARETOKO erakusketa: "Joanetorriak. Destellos de creación".  
Avifeseko erabiltzaileen sormen-ibilbidea.  
Urriaren 8tik 20ra Errekalde Zumardiko 30. zenbakian. Bilbo.