

## Benvolguda família,

Hem viscut moments molt complexos arran de la pandèmia provocada per la covid-19 i de la crisi que ha generat. Una crisi que ha tingut uns efectes importants sobre el benestar emocional de moltes persones. L'emergència sanitària ha evidenciat la importància de cuidar la nostra salut mental i la de les persones que estimem. Cal protegir la salut mental amb polítiques públiques, sense deixar ningú enrere.

Aquesta és una qüestió que ens afecta a tots i totes, però són els joves i els adolescents els qui més estan patint els efectes de la pandèmia sobre la seva salut mental: segons l'Enquesta a la joventut de Barcelona (2020), gairebé la meitat dels i les joves manifesten que han tingut símptomes relacionats amb depressió, ansietat o altres trastorns o malestars psicològics degut a la covid-19 i el confinament.

Aquest patiment emocional, de vegades, requereix un acompanyament especialitzat. Per això, des de l'Ajuntament de Barcelona, posem a la vostra disposició **Konsulta'm**, un servei municipal pioner, fruit del **Pla de salut mental de Barcelona 2016-2022**, per atendre els malestars emocionals i psicològics dels adolescents i joves d'entre 12 i 22 anys. Podeu trobar aquest servei a tots els districtes de la ciutat. No cal cita prèvia i és totalment gratuït, confidencial i anònim.

Actualment hi ha tretze punts d'atenció a la ciutat. Cadascun d'aquests punts consta d'un equip format per professionals que atenen les consultes d'adolescents i joves que necessiten un suport especialitzat, i també les de les seves famílies. En podeu consultar la localització i els horaris al díptic que adjuntem a aquesta carta o al web [barcelona.cat/konsultam](http://barcelona.cat/konsultam).

Per cuidar Barcelona hem de tenir cura del més important: la seva gent. Per això posem en marxa nous serveis municipals orientats a tenir cura de la nostra salut emocional. Si us cal ajuda, no dubteu a fer ús d'aquest servei.

Cordialment,

**Ada Colau Ballano**  
L'Alcaldeessa de Barcelona

Juny 2022



**Ajuntament  
de Barcelona**

# Konsulta'm

Benestar emocional  
per a joves i adolescents

Parla  
del que  
sents

Parla  
del que  
t'amoïna

Parla  
de com  
estàs

Parla  
de salut  
mental