

# Obra de Teatre "És Bo Xerrar De Ment"

Red adscrita  CAT

## Temas

Mujeres, Hombres, Salud mental/Bienestar emocional, Cultura, ocio y naturaleza.

## Descripción

L'activitat consisteix en la representació de l'obra de teatre "**És Bo Xerrar De Ment**" (**EBXDM**), una proposta escènica del grup **Till-Tall Teatre** enfocada a la **promoció i prevenció de la salut mental**. L'obra, escrita i dirigida per l'infermer David Garcia Livingston, combina humor i reflexió per abordar temes com la identitat, els pensaments, l'entorn, les decisions, les distorsions cognitives i els estigmes, oferint eines pràctiques per afavorir el benestar emocional.

Amb una durada de 110 minuts i un format proper i accessible, EBXDM utilitza situacions quotidianes i personatges diversos per connectar amb el públic i fomentar una mirada menys estigmatitzant sobre la salut mental. L'obra ha estat **guardonada amb el Premi a la Millor Proposta Innovadora en Salut Mental 2024** pel Col·legi d'Infermeres de Catalunya i compta amb el **vist-i-plau de Salut Mental Catalunya**, l'**Associació Catalana de Professionals de la Salut Mental**, entre d'altres entitats del sector.

L'activitat està concebuda com una eina de prevenció validada per la pràctica professional i pensada per ser aplicada en contextos comunitaris, educatius i sanitaris.

Preu a Llinars del Vallès: 8 euros

Preu a Palau-Solità i Plegamans: Gratuït

Codi descompte: receptacultura2025

Entrades a Llinars disponibles a: <https://www.entrapolis.com/entradas/es-bo-xerrar-de-ment-ronda-sant-antoni-19>

Més informació per Palau-solità i Plegamans a: <https://www.palauplegamans.cat/actualitat/agenda/pln263/teatre-non-solum-27>

## Población

Población General - Cualquiera ()

## Persona de contacto

David Garcia Livingston Infermer, escritor i director de EBXDM (638720385) (esboxerrardement@gmail.com)

## Entidad participante/colaboradora/promotora

Till Tall Teatre

## Fecha de última actualización de la actividad

31/07/2025

## Situación actual de la actividad

Activa

---

## Gratuita

No

---

## Localización

Ronda Sant antoni 19 08450 Llinars del Vallès Teatre Auditori Llinars Llinars del Vallès Barcelona Catalunya España  
Calle Anselm Clave 13 08184 Palau-solità i Plegamans Teatre de la vila Palau-solità i Plegamans Barcelona Catalunya España



## Fecha de la Actividad

De 18/10/2025 a 18/10/2025

---

## Página web del proyecto

<http://@esboxerrardement>

<http://@EBXDM>

---

## Imagen de la Actividad



TEATRE  
AUDITORI  
LLINARS

Ajuntament de  
Llinars del Val

# ÉS BO XERRA DE MENT

TEATRE / COMÈDIA

18 D'OCTUBRE 2019

3 de 4

TEATRE AUDITORI LLINARS

