

Els museus del Baix Empordà esdevenen espais de benestar emocional per tercer any consecutiu

La iniciativa començarà el proper 16 d'octubre

Del 16 al 19 d'octubre, sis museus i les cinc àrees bàsiques de salut del Baix Empordà s'uneixen per celebrar la tercera edició del projecte Museus, Espais de Benestar, una iniciativa que vincula cultura, salut i benestar emocional. La jornada inaugural tindrà lloc al Museu d'Història de Sant Feliu de Guíxols, sota el títol "Disconnectar per connectar", una proposta per reflexionar sobre la relació entre tecnologia i salut mental. Aquesta trobada, adreçada a professionals dels àmbits de la salut, la cultura, l'educació i el sector social, vol posar en valor els museus com a espais de desconexió digital i actius per al benestar. El cap de setmana del 18 i 19 d'octubre, es duran a terme diverses activitats gratuïtes als museus participants. Les propostes inclouen visites guiades, caminades conscients, banys de so, sessions de mindfulness i itineraris sensorials, amb l'objectiu de promoure la connexió personal i emocional a través de la cultura. Les activitats requeriran inscripció prèvia, ja que les places són limitades. Una de les grans novetats d'aquesta edició és la presentació d'una autoguia sensorial, un itinerari que convida a explorar els museus a través dels cinc sentits —vista, oïda, tacte, olfacte i gust— amb exercicis de respiració i visualització guiada. A més, els centres de salut podran "prescriure" aquestes visites sensorials a persones per a qui puguin suposar una eina terapèutica. El projecte compta amb el suport del Ministeri de Sanitat i el Departament de Salut, i està coordinat per l'Espai Pro-Beta, el laboratori d'innovació de SSIBE, amb el suport del Consorci Social i Salut de Catalunya.

Font del document:

<https://www.diaridegirona.cat/baix-emporda/2025/09/29/els-museus-baix-emporda-esdevenen-122092112.html>