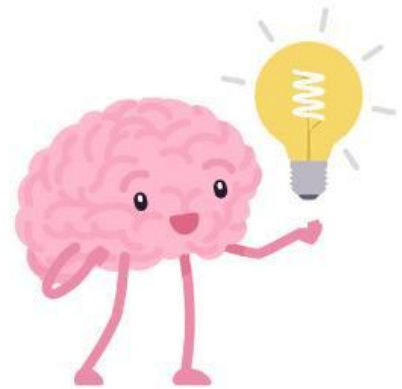


Nom: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

## COPEPS: Tot bé! (I si no?)

### Tasca adaptada



Després d'haver vist el vídeo "Què és la Salut Mental?" de l'Info K, marca aquelles frases que són **CERTES**.

- 1 La salut mental és estar bé emocionalment amb nosaltres mateixos i amb el nostre entorn.
- 2 Quan estem bé de salut mental ens costa anar a l'institut
- 3 Quan tenim un problema de salut mental podem ocupar-nos de les nostres responsabilitats.
- 4 Quan estem bé de salut mental podem gaudir de la vida
- 5 Quan estem bé de salut mental podem tenir també alguna emoció desagradable de tant en tant
- 6 Les emocions i els pensaments són invisibles, per això costa saber si algú ho està passant malament.
- 7 Quan algú està constipat o s'ha trencat un braç ho notem de seguida.
- 8 És molt fàcil saber que algú està passant per un moment difícil o algun problema de salut mental