

La recaudación de la III Carrera Solidaria Ruta 091 Teruel se destinará a Anudi

Bajo el lema 'Contra el acoso ¡denuncia!', se celebrará el próximo 23 de junio

Redacción
Teruel

El pasado 2 de mayo tuvo lugar la presentación de la III Carrera Solidaria Ruta 091 Teruel, en la sede de la Subdelegación del Gobierno en Teruel. Al acto acudieron el subdelegado del Gobierno en Teruel, Enrique Gómez, el comisario provincial, Fernando Mencía, el director de zona del Banco Santander y Begoña Cumplido y Laura Villalba como representantes de Anudi.

El comisario provincial Fernando Mencía actuó como anfitrión y explicó las motivaciones de este evento, cuyo lema es *Contra el acoso ¡denuncia!*. Uno de los objetivos de este tipo de acciones es mostrar a la sociedad la faceta social de los cuerpos policiales, que cumplen funciones mucho más allá de garantizar el cumplimiento de las normativas, como son la protección, el socorro y la atención a los ciudadanos.

El próximo domingo 23 de junio el Cuerpo Nacional de Policía organiza su tercera edición de la carrera solidaria Ruta 091 de Teruel, en esta ocasión la destinataria de la recaudación será la asociación Nuevo Día, Anudi.

La Comisaría Provincial de



Presentación de la III Carrera Solidaria Ruta 091

Teruel, en especial la Unidad de Participación Ciudadana, con el apoyo de todos sus compañeros, es la encargada de la organización de este evento, que espera reunir a unas 800 personas, y en

el que está invirtiendo muchas horas de trabajo e ilusión.

La carrera no tiene carácter competitivo, tendrá un recorrido de 5 kilómetros por las calles del centro de la ciudad, con salida y

llegada frente a la piscina cubierta, y desde el 2 de mayo están abiertas las inscripciones en www.ruta091.es

En ese mismo enlace, para quien no pueda acudir a la carre-

ra pero quiera colaborar, existe un Dorsal 0 con un precio de 10 euros que serán destinados íntegramente a Anudi.

El Ayuntamiento de Teruel colabora en este acontecimiento deportivo y social, y son el Banco Santander y Mupol los principales patrocinadores, pero en esta edición se cuenta con la colaboración de varias empresas de Teruel.

La recaudación de la carrera será destinada íntegramente a la subvención de terapias de los usuarios de Anudi, personas con discapacidad igual o superior al 33% que necesitan una serie de terapias, como logopedia, terapia ocupacional, fisioterapia, atención psicológica o psicopedagogía, para mantener o mejorar su autonomía personal.

El día de la carrera habrá un puesto de venta de camisetas de la carrera cuya recaudación también se destinará a Anudi y un puesto informativo donde quienes quieran colaborar con esta asociación se podrán hacer socios por 20 euros al año.

La junta de Anudi agradece enormemente esta aportación tanto del Cuerpo Nacional de Policía como de los terolenses que han colaborado y los que van a participar en este evento solidario.

Redacción
Teruel

“Y te preguntarán, ¿qué es la salud mental? ¿Es estar siempre feliz? ¿Es no tener problemas? ¿Es no ver dragones o no escuchar voces?”

La salud mental pueden ser muchas cosas. Va mucho más allá de eso y no solo son síntomas y etiquetas para recibir esta o aquella terapia o medicación.

Cada persona puede ver la salud mental de una manera diferente y cada una se merece su respeto. No hay una verdad que impere sobre las demás: cada sensación, sentimiento y percepción es importante y nada ni nadie debe imponer, sesgar o reprimir estas emociones.

La Confederación Salud Mental España muestra su 'Brand Manifesto' en su página web

Quieren contribuir a un mundo y una sociedad mejor

La salud mental también es poder caer, sabiendo que contamos con el apoyo y el soporte para conseguir levantarnos. Y respetar que cada caída puede ser un aprendizaje, y no juzgar por caernos, y mucho menos culpabilizarnos por ello.

Es vivir en comunidad, desa-

rollarnos y compartir, sentir y recibir los cuidados con el cariño que todas las personas nos merecemos.

La salud mental es amar la diversidad, reconocernos en la diferencia y celebrarla cuando miramos a los ojos a la persona que nos escucha cuando no estamos

todo lo bien que deseáramos estar.

Es escuchar y que se nos escuche, y tener las herramientas y condiciones para construir nuestro camino, con autonomía y libertad.

La salud mental es la defensa de nuestros derechos, que no se

nos sobremediquen ni se nos ate a la cama en soledad y sin entender nuestro sufrimiento. Porque nadie decide vivir con un malestar emocional.

Queremos tomar parte en nuestras decisiones con las herramientas de participación que consensuemos en cada momento de la atención que recibimos, ser dueños y dueñas de nuestras vidas.

La salud mental se construye cada día del año, con la mirada amable, con la escucha solidaria, con cada abrazo que compartimos, también aprendiendo a abrazarnos a nosotr@s mism@s.

Queremos construir una sociedad y un mundo mejor donde todas las personas tengan motivos para sonreír.”



La Asociación Pro Salud Mental Bajo Aragón en la Semana Europea

En esta edición se ha centrado en el término 'cocreación'

Redacción
Teruel

La entidad Asociación Pro Salud Mental Bajo Aragón ha querido participar, por primer año para la entidad, en la difusión de la campaña Mental Health Europe, Semana Europea de la Salud Mental, celebrada del 13-19 de mayo; y cuyo objetivo principal es crear conciencia sobre la importancia del cuidado de la salud mental y reducir el estigma. La temática principal de este año en la campaña es la cocreación.

Esta campaña tiene una corta historia de vida, ya que su primera edición tuvo lugar hace 5 años, siendo este año el 5º que se ha celebrado, y siendo el mes de mayo el mes elegido para conmemorarlo. A través de esta campaña, se quiere ofrecer una oportunidad a la sociedad en general para que todos y todas intercambien conocimientos y experiencias sobre todos los aspectos de la salud mental y se resalte la necesidad de actuar.

La temática en torno a la cual se ha centrado la Semana Europea de la Salud mental 2024 es *Mejor juntos: cocreando el futuro de la salud mental*. Por cocreación se quiere transmitir el hecho de que diferentes personas trabajan juntas para lograr un propósito, que en este caso es una mejor salud mental para todos y todas, dando el mismo valor al conocimiento de las personas con experiencia vivida, sus seguidores y profesionales.

Las acciones en salud mental deben centrarse en las necesidades reales de las personas, de ahí la importancia de sus voces. "Para promover una salud mental positiva, diseñar caminos hacia la recuperación y mejorar juntos la atención en salud mental y la inclusión social, es necesaria la participación de cada uno/a de nosotros y trabajar con quienes nos rodean", aseguran.

Por ello, "desde Asapme Bajo Aragón os invitamos a que participéis de esta campaña, de la forma que cada uno mejor consideréis, podéis entrar en su web www.mentalhealtheurope.org/european-mental-health-week-2024/ o compartiendo el hashtag #Semana EuropeaDeLaSaludMental".

"Desde Asapme Bajo Aragón hemos querido implicarnos activamente en esta campaña, formar parte de esta cocreación, por ello nos hemos conectado on line a algunos de los eventos tan interesantes que han tenido lugar en diferentes lugares de Europa, por supuesto hemos hablado de salud mental con nuestros usuarios/as y familiares, nos hemos



Cartel de la Semana Europea de la Salud Mental

colocado una cinta verde en señal de apoyo e incluso hemos realizado una actividad en nuestra comunidad educativa a través de la cual queríamos compartir, enseñar y al mismo tiempo aprender de salud mental", indicaron.

Concretamente la actividad realizada en la comunidad educativa fue la actividad *Apúntate a lo sano*, organizada desde el IES Bajo Aragón de Alcañiz y en la que un año más "nuestra entidad ha querido colaborar activamente". El fin de esta actividad es que los jóvenes y el alumnado del centro educativo participen y tomen conciencia de las actividades tan saludables que puede haber a nivel sanitario, social, deportivo, etc. "Desde nuestra entidad realizamos dos talleres de sa-

lud mental: un taller de tarjetas de agradecimiento, mediante el cual queremos ofrecer la oportunidad de dar las gracias a personas de nuestro entorno que nos ayudan, apoyan o están a nuestro lado; y otro taller sorteo de la salud mental, donde el alumnado debía coger a ciegas una tarjeta, la cual podía ser de salud o de enfermedad mental, con el objetivo de dar a conocer y crear conciencia en la realidad de que 1 de cada 4 personas sufre un problema de salud mental y nadie estamos inmunes frente a estas enfermedades, a no ser que nos *vacunemos* a través de un buen cuidado de nuestra salud mental".

Desde Asapme Bajo Aragón agradecen al IES Bajo Aragón su colaboración.



Firma del convenio entre Atadi y Embou

Embou y Atadi firman un convenio para colaborar en servicios de telefonía

Redacción
Teruel

Embou, en su compromiso social, ha suscrito un acuerdo de colaboración con la asociación Atadi. Con esta acción, la operadora de servicios de telefonía e internet ofrece un descuento del 5% en su factura a los usuarios, familiares, trabajadores, socios o amigos de la asociación.

Este acuerdo va más allá, ya que la operadora hará una donación a Atadi del 5% de la facturación anual de aquellos clientes que se identifiquen como amigos o colaboradores de la entidad.

Todas aquellas personas que ya tengan un servicio contratado con Embou, pueden contactar con Atadi si quieren beneficiarse de este convenio: solo tendrán que facilitar el nombre completo del titular de la línea. Las personas que quieran contratar los servicios de Embou con esta promoción, deben hacerlo a través de Puyo Área Tecnológica, el distribuidor oficial para la provincia de Teruel, e indicar que quieren colaborar con Atadi.

En la rúbrica del convenio estuvieron presentes Sergio Puyo, CEO en Puyo Área Tecnológica; Carlos Gimeno, responsable de Desarrollo de Negocio en Embou; y José Luis Gómez, presidente de Atadi.

Según Gimeno, el objetivo de este acuerdo es "conectar el territorio aragonés, a la vez que reforzamos nuestro compromiso social. Es una acción en la que Embou reinvierte en los propios socios".

A través de esta acción, Embou y Puyo Área Tecnológica vuelven a demostrar su apuesta por el territorio. "Una de las políticas de nuestra compañía es dejar un beneficio en el territorio. Para ello, articulamos nuestros servicios a través de Puyo Área Tecnología para que las contrataciones se hagan a través de un proveedor local", indicó Gimeno.

Por parte de Atadi, José Luis Gómez agradeció la iniciativa de Embou, destacando que "es una empresa que apuesta por el territorio y tiene muy en cuenta el medio rural, por lo que coincide en muchos valores con Atadi".



La carrera Bujas Bike Jabaloyas entrega un cheque de 240 euros a Anudi

La VIII edición de la carrera de bicicleta de montaña Brujas Bike, que se celebró el pasado domingo en Jabaloyas, tuvo un marcado carácter solidario ya que 2 euros de cada una de las 120 inscripciones que se formalizaron para la prueba se destinaron a la asociación Anudi que instaló un puesto en la zona de meta. La organización de la prueba entregó un cheque por valor de 240 euros a las responsables Anudi tras la carrera.