



Semana de la Cinta Verde

Kit de herramientas de activación (2022)

#HablarParaSanar

14-18 de marzo de 2022

#HablarParaSanar para que podamos poner fin al estigma de la salud mental juntos.



Propósito

El propósito de esta guía es proporcionar herramientas, consejos y recursos para la Semana de la Cinta Verde que pueden apoyar la reducción del estigma, el aumento del conocimiento y encontrar formas de involucrarse en la Semana de la Cinta Verde. Creemos que todos tienen un rol para ayudar a luchar contra el estigma. Hemos creado este kit de herramientas para apoyarlo y brindar esperanza a su comunidad durante este tiempo sin precedentes.



Nuestra Esperanza

El kit de herramientas de activación de la Semana de la Cinta Verde (SCV) se crea para lograr 3 resultados:

- Informar a los miembros de la comunidad la historia y el propósito de la Semana de la Cinta Verde
- Activar a los miembros de la comunidad para participar en conversaciones sobre la salud mental y reducir el estigma
- Empoderar a los miembros de la comunidad para que tomen medidas y encuentren un rol sobre cómo pueden ayudar a poner fin al estigma

Si tiene más preguntas o preocupaciones, comuníquese con nuestra Organizadora de Capacidad Comunitaria, Brittany Nguyen en bnguyen@tricitymhs.org



¡Síguenos!
@TriCityMHS



¿Qué hay dentro?

Tabla de contenido para la guía del kit de herramientas de activación de Semana de la Cinta Verde

cinta verde semana 2022 cinta verde
semana 2022 cinta verde semana 2022
cinta verde semana 2022 cinta verde
semana 2022 cinta verde semana 2022
cinta verde semana 2022 cinta verde
semana 2022 cinta verde semana 2022

Tabla de contenido

Historia y propósito de la Semana de la Cinta Verde

Lima y tema de GRW para 2022

Calendario de eventos para la Semana de la Cinta Verde 2022

Campaña de compromiso

Campaña en redes sociales

Recursos

- Tarjetas de compromiso
- Fondos de zoom
- Póster

Formas de actuar



Historia y propósito de la Semana de la Cinta Verde

Semana de la Cinta Verde (SCV) se estableció en 2014 para ayudar a expandir aún más los esfuerzos de la campaña de reducción del estigma y abordar la inseguridad de la vivienda. Como parte de la campaña de reducción del estigma de Tri-City, EspacioParaTodos, Semana de la Cinta Verde se creó para ayudar a las personas a tener conversaciones cotidianas sobre la salud mental y el estigma que la rodea. El estigma es una de las principales razones por las que las personas no piden ayuda y no saben dónde acceder al apoyo. Hasta 1 de cada 4 personas tiene una afección de salud mental, sin embargo, casi el 60% no recibe la ayuda que necesita. Cuanto más hablemos de condiciones de la salud mental, más personas se sentirán seguras pidiendo ayuda.



Cinta verde lima y SCV tema para 2022

Verde Lima es el color nacional para la concientización sobre la salud mental. Su objetivo es eliminar el estigma y la discriminación que enfrentan las personas con problemas de salud mental.

¿Por qué es importante la cinta verde lima?

Para que cada persona sepa que la ayuda está disponible y se sienta lo suficientemente segura para pedirla. Usamos las cintas verde lima para invitar a conversaciones sobre Salud Mental y para que otros sepan que no solo la Salud Mental importa, ¡sino que está bien hablar de ello! ¡Debemos hablar de ello! La mejor manera de romper el estigma es hablar abiertamente sobre las enfermedades mentales y compartir historias de esperanza y recuperación.

¿Puede explicar sobre el tema de SCV para 2022? #Hablarparasanar

#Hablarparasanar es el tema de la Semana de la Cinta Verde de este año para ayudar a alinearnos con nuestros esfuerzos de campaña de reducción del estigma y a través de compartir historias, educar a nuestras comunidades y crear mensajes en los medios de comunicación que apoyen el tratamiento y la recuperación. Todos los días, nuestra comunidad que sufren de problemas de salud mental, hacen todo lo posible para mantener eso en secreto de los demás. El miedo a lo que la gente dirá de ellos los mantiene en silencio. El miedo a lo que la gente pensará de ellos, y en algunos casos el miedo a lo que la gente puede hacerles refuerzan la sensación de que están solos y no hay esperanza.



#Hablarparasanar
#SCV2022



Eventos
#Hablarpara
sanar

Semana de Cinta Verde de 2022 Actividades



14
de
marzo

[RSVP Here](#)

Salud Mental 101 at 3:30PM

unase a nosotros para aprender mas sobre qué es la salud mental, las enfermedades mentales, cómo nos afecta el estigma y la comprensión del espectro de la salud mental.

15
de
marzo

no hay eventos

16
de
marzo

[RSVP Here](#)

Hablemos Del Estigma at 3:30PM

¿Alguna vez nas sentido que es tabu hablar de la salud mental? Únase a nosotros a una plática dirigida por pares donde usted y otros pueden compartir sus experiencias de estigma en la salud mental y las formas en que podemos luchar como comunidad.

17
de
marzo

[RSVP Here](#)

Luces, cámara, acción: los medios de comunicación pueden ayudar a dar forma a una imagen positiva para la enfermedad mental at 4PM

unase a nosotros para aprender como los medios de comunicación reducen el estigma y la discriminación relacionados con las enfermedades mentales, y para promover la salud mental. Se estrenarán cortometrajes de salud mental de los cineastas de dirigir cambio.

18
de
marzo

[RSVP Here](#)

Mentes Valientes at 6PM

unase a nosotros para escuchar a una de nuestras oradoras de Mentes Valientes, Lydia, quien compartirá su experiencia y viaje de su salud mental.

PRÓXIMO



Síguenos y participa en nuestro Desafíos de redes sociales / regalos GRATIS!



@TriCityMHS



Campaña en redes sociales

¡Únase a nosotros en nuestros esfuerzos de campaña de reducción del estigma!
#Hablarparasanar #SCV2022

Síguenos @TriCityMHS en Instagram



Educación de Salud Mental

Una de las razones por las que existe el estigma es la falta de educación de salud mental. Conocer los hechos puede ayudarte a educar a otros y rechazar los estereotipos estigmatizantes. Comprender la salud mental no se trata solo de poder identificar los síntomas y tener un nombre para las afecciones, sino también de disipar ideas falsas sobre las afecciones de salud mental. Echa un vistazo a nuestra historia y página de Instagram para obtener más información sobre la salud mental y cómo el estigma nos afecta.

Desafíos de actividad + SORTEOS GRATIS

¡Esta es una de las formas en que esperamos interactuar con los miembros de nuestra comunidad! ¡Cada día, publicaremos un mensaje para que responda a continuación en nuestros comentarios que ayuda a reducir el estigma! ¡Al final del día, seleccionaremos al azar a un seguidor y anunciaremos su premio de regalo al día siguiente! ¡Los premios de regalo pueden incluir artículos de botín geniales o tarjetas de regalo para su pequeña empresa local!

Campaña de compromiso virtual

Además de las tarjetas de compromiso que creamos para que las use dentro de su espacio comunitario, ¡lo alentamos a participar en nuestra campaña de promesa virtual! ¡Publíquelos en su historia de Instagram y / o publicación de Instagram y use nuestros hashtags #Hablarparasanar#SCV2022 o etiquétenos @TriCityMHS para que posiblemente aparezcan en nuestra página!

Formas en que puedo actuar

¡Únase a nosotros en nuestros esfuerzos de campaña de reducción del estigma!

#Hablarparasanar #SCV2022

semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde semana 2022 cinta verde

Formas en que puedo tomar medidas

Puede ser el cambio positivo que desafía las actitudes negativas y el estigma de la salud mental, una conversación a la vez.



Infórmate

Ayude a otros a aprender que hay ayuda y esperanza. Infórmese a sí mismo y a los demás sobre las condiciones de salud mental y los recursos disponibles.



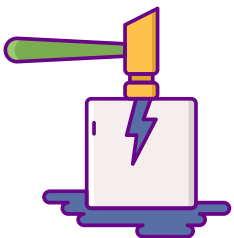
Comparte tu historia

Convértete en un orador de mentes valientes y comparte tu historia personal. Puedes ayudar a otros a saber que está bien hablar abiertamente sobre la salud mental.



Haga una promesa

No usar palabras estigmatizantes como "loco" o "psicópata". Para hablar en contra del estigma. Ofrecer apoyo y escuchar con compasión.



Empieza la conversación

Hable abiertamente sobre la salud mental con amigos y familiares. Consulte con ellos y pregúnteles cómo se sienten.

