



Guía para celebración del Mes del Corazón en Septiembre y el Día Mundial del Corazón el 29 de Septiembre

Preguntas Básicas:

- **¿Cuál es la propuesta?**

- ✓ Campaña de sensibilización **“tu corazón cuida tu vida”**. Se trata de un kit compuesto por un afiche, un tríptico educativo, un paquete de 15 infografías, baners para redes sociales, banderas, muro de corazones y presentación para participantes en eventos.

Los aliados pueden utilizar todas estas herramientas, incluyendo sus logotipos.

1. Afiche. Puede divulgarse vía correo o imprimirse.
2. Folleto tríptico. Puede divulgarse vía correo o imprimirse.
3. Infografías. Para compartir en redes sociales, correos, salvapantallas, carteleras, whatapps, etc.
4. Banners. Para identificar redes sociales y sumarse al mes del corazón.
5. Presentación. Para generar sesiones de sensibilización en reuniones, conferencias, eventos académicos, puestas en común, etc.
6. Muro de Corazones. Para que en el día mundial los empleados. dejen en el corazón su compromiso en el Muro de Corazones.
7. Banderas. Para adornar las oficinas y lugares de trabajo.
8. Afiches RCP y PQs. Para imprimir o para enviar vía electrónica.
9. Colección de íconos. Para generar piezas como infografías o mensajes.

- ✓ Campaña de fotos y selfies llamada **“me cuido de corazón”**. **#mecuidodecorazon** Consiste en mostrar el compromiso de las personas en sus redes sociales con fotografías o selfies que involucren el corazón formado por las manos.

Las fotos o selfie se pueden compartir en redes propias o en las nuestras agregando el **#mecuidodecorazon**

Se trata de hacer visibles las invitaciones de muchas personas a **optar por el cuidado**.

Miles de ciudadanos sellan con esa foto o selfie su compromiso con el cuidado. El evento arranca desde el 15 de agosto hasta el 30 de septiembre.

- ✓ **Maratón del movimiento**, bajo el nombre **“maratón tu corazón cuida tu vida”** Consiste en organizar un escenario lúdico para promover el movimiento y reflexionar sobre la importancia de ser activos.

Los aliados pueden generar la maratón del movimiento, como una maratón de aeróbicos (**maratón del movimiento “tu corazón cuida tu vida”**) o una caminata (**caminata del movimiento “tu corazón cuida tu vida”**), una carrera (**carrera “tu corazón cuida tu vida”**) o incluso un paseo en bici (la bici te mueve **“tu corazón cuida tu vida”**)

- ✓ Campaña de sensibilización sobre el programa **“salve una vida”** con el mes del RCP. El primer eslabón del ciclo vital son las personas más cercanas cuando ocurre una emergencia.

Cuidar el corazón es aprender a reaccionar y estar preparados.

La **Ley 2831 de mayo de 2017** regula el uso del Desfibrilador Automático DEA y es de vital importancia la capacitación.

Hemos preparado una serie de piezas pedagógicas para que el mes del corazón sea también el **mes de la RCP** (Resucitación Cardiopulmonar).

La propuesta es que nuestros aliados generen una **campaña de sensibilización** entorno de la importancia de estar capacitados para responder a las exigencias de la Ley.

PREGUNTAS CLAVE

- **¿En qué consiste la Maratón del Movimiento?**
En 90 o 120 minutos de activación con rumba, aeróbicos y propuestas lúdicas, de manera que durante ese tiempo los participantes puedan divertirse con el movimiento. Puede ser una caminata, un paseo, una carrera o incluso un paseo en bici.
- **¿Quiénes puede promover la celebración con las dos propuestas?**
Empresas, universidades y entidades aliadas de la Fundación Colombiana del Corazón o que manifiesten su deseo de utilizar los elementos pedagógicos para la celebración.
- **¿Tengo que hacer todas las propuestas?**
Es su decisión. Puede hacer una sola de ellas o todas. Nosotros le entregamos el soporte para todos los eventos.
- **¿Dónde se lleva a cabo el evento?**

En el caso de la Maratón, caminata o paseo en un escenario donde sea posible una amplia convocatoria de público para que pueda vivir la oferta del movimiento.

- **¿Cuándo?**

La Maratón del Movimiento se propone para celebrar el Día Mundial del Corazón. En el mundo se celebrará el 29 de septiembre, pero cualquier día seleccionado en el mes de septiembre y octubre será bienvenido para llevar a cabo esta propuesta lúdica.

Las fotos y selfies de **“ME CUIDO DE CORAZÓN” #mecuidodecorazon** se inicia desde el 15 de agosto hasta el día de la maratón.

Campaña de sensibilización “tu corazón cuida tu vida”. Programar durante 45 días desde el 15 de agosto hasta el 30 de septiembre.

Campaña de sensibilización sobre el programa “salve una vida”. Durante el mes de septiembre.

- **¿Si mi empresa o universidad quiere hacerlo, qué necesito?**

Solo es necesario que nos comunique su decisión y su empresa o universidad lo adelantan con el soporte del KIT PEDAGÓGICO de la FUNDACIÓN COLOMBIANA DEL CORAZÓN, el cual le compartiremos vía Dropbox después de recibir su solicitud.

- **¿Cómo obtengo el kit?**

Solo basta con que nos envíe un correo manifestando su interés y nosotros les enviamos un link al kit vía Dropbox.

- **¿Tiene algún costo hacer el evento?**

La Fundación le ofrece el kit de manera gratuita, además de aval y soporte para que utilice todas las piezas de comunicación. Usted, en su empresa o universidad, decide sus costos. Por ejemplo: Infraestructura, profesores, camisetas, refrigerios, afiches, impresiones, etc.

- **¿En qué consiste el kit?**

1. **Afiche** para que usted pueda disponer su logotipo (Puede imprimirlo o compartirlo en forma digital).
2. **Folleto en tríptico** con las reflexiones sobre la cultura del cuidado al cual también le puede agregar los detalles de su identidad (Puede imprimirlo o compartirlo en forma digital).
3. **Bitácora del cuidado** para el mes de agosto y septiembre (Se trata de 60 infografías sobre las reflexiones principales del significado del Mes y Día Mundial del Corazón, promoción de la maratón del movimiento, promoción de la cultura del cuidado, promoción de la cultura del movimiento, promoción de la campaña “Me Cuido de Corazón” y promoción de la campaña “Salve una vida” las cuales se pueden compartir vía correo electrónico, redes sociales, whatapps o incluso carteleras fijas o electrónicas) La bitácora estará disponible en la primera semana de agosto. Se trata de una infografía para cada día.
4. **Presentación.** Para generar sesiones de sensibilización en reuniones, conferencias, eventos académicos, puestas en común, etc.
5. **Muro de Corazones.** Para que en el día mundial los empleados dejen en el corazón su compromiso en el Muro de Corazones.

6. **Banderas.** Para adornar las oficinas y lugares de trabajo.
 7. **Afiches RCP y PQs.** Para imprimir o para enviar vía electrónica.
 8. **Colección de íconos.** Para generar piezas como infografías o mensajes.
- **¿Puedo registrar mi evento?**
Sí. Usted nos envía los datos de número de personas, lugar y día, además de registro fotográfico y consolidaremos su evento dentro en el informe global-país que participaremos con la World Heart Federation. Hágalo por favor enviando su registro a este correo electrónico comunicaciones@corazoneresponsables.org

También puede registrar su experiencia si sube fotos, videos, textos y mensajes con el [#mecuidodecorazon](https://twitter.com/mecuidodecorazon) a sus redes sociales. Nosotros revisamos y posteamos.