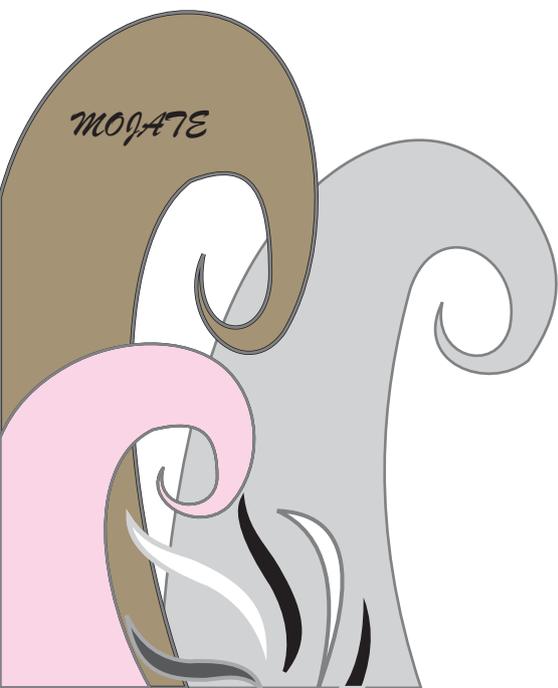


# mójate por la esclerosis múltiple

## 8ª EDICIÓN



Dossier

¿ Qué es la Esclerosis Múltiple?

¿Qué es el Mójate por la EM?

8ª edición: 10 de julio de 2011  
Objetivos de la campaña  
Características del Mójate

Funcionamiento de la campaña

Quiénes participan  
Cómo participar  
Merchandising  
Voluntariado

Localidades que han participado

Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple

Objetivos  
Actividades

Centro de Día, Residencia y Atención Integral  
para enfermos de EM y otras enfermedades  
neurodegenerativas

Anexos

7º Edición del Mójate 2010  
Repercusión en Prensa



# esclerosis múltiple

La Esclerosis Múltiple (EM), es una enfermedad crónica del Sistema Nervioso Central, invalidante y generalmente progresiva, que puede causar trastornos físicos, emocionales y socio-laborales.

Esta enfermedad afecta a la sustancia blanca (mielina) que recubre las fibras nerviosas de la médula espinal y del cerebro de forma intermitente. Allí donde se destruye la mielina, aparecen placas de tejido endurecido (esclerosis). Como consecuencia de esto, los impulsos nerviosos se interrumpen periódicamente o, en los casos más graves, de forma definitiva.

Su causa es desconocida, por lo que no tiene curación.

El grado de incapacidad es muy variable, tanto en la evolución de un mismo paciente, como al comparar diversos afectados entre sí. Esta variabilidad, junto a la dificultad de establecer un pronóstico, confiere a esta dolencia unas características especiales: incertidumbre y miedo al futuro que puede provocar graves problemas psicológicos.

La Esclerosis Múltiple es la enfermedad neurológica más frecuente entre jóvenes adultos, que se diagnostica habitualmente entre los 20 y los 35 años.

Afecta más a mujeres que a hombres

Es la segunda causa de discapacidad en personas jóvenes, por detrás de los accidentes de tráfico.

Es una enfermedad crónica, que puede dar lugar a secuelas que limitan la calidad de vida, por lo que tiene gran impacto social.

**NO es una enfermedad contagiosa**

**NO se puede prevenir**

**NO es hereditaria**

**NO tiene cura**

**NO es mortal**

Cada 8 horas se diagnostica un nuevo caso en España.

**900 PERSONAS** padecen Esclerosis Múltiple en Aragón  
**40.000 PERSONAS** en España.  
**400.000 PERSONAS** en Europa

# ¿ qué es el mójate?

MÓJATE es una acción de sensibilización social y de solidaridad con las personas que sufren Esclerosis Múltiple, que se realiza en piscinas y playas a nivel nacional el segundo domingo de Julio.

Es un acto de participación ciudadana donde se invita a que participen todas las personas lanzándose al agua con un objetivo común: colaborar en la lucha contra la esclerosis múltiple

La campaña MÓJATE tendrá lugar el próximo 10 de julio de 2011,, en diversos puntos de Aragón.

En cada edición se intenta ampliar las localidades Mójate, con el fin de llegar al mayor número de personas posibles.

Es una campaña solidaria en la que cada año participan muchos ciudadanos aragoneses. En la edición 2010, participaron 31 piscinas, más de 300 voluntarios y se nadaron 1.094.871 metros solidarios

## Objetivos de la Campaña

- Sensibilizar e informar a la sociedad sobre la problemática que presenta esta enfermedad que afecta a personas jóvenes.
- Obtener fondos destinados a financiar los servicios asistenciales y de rehabilitación integral que ofrecemos a las personas con EM en nuestro centro.



# ¿qué es el mójate?

## Características del Mójate

La campaña "Mójate por la Esclerosis Múltiple" es una actividad enriquecedora y atractiva porque es:

- Un acto social que FOMENTA LA SOLIDARIDAD
  - Sensibilizando e informando sobre una enfermedad neurológica crónica y degenerativa que afecta a más de 900 personas y sus familiares en Aragón.
- Una actividad que crea UN VÍNCULO DE UNIÓN DE TODA LA SOCIEDAD ARAGONESA por una buena causa.
  - El objetivo de esta campaña es llegar al máximo número de piscinas y personas de todos los aragoneses en una actividad solidaria y creando de esta forma un tejido social participativo.
- Un evento que propone y permite una PARTICIPACIÓN ACTIVA.
  - Se trata de nadar el máximo número de metros entre todos durante ese día. Al final de la jornada se contabilizan los metros nadados en todos los puntos donde se haya celebrado la actividad.
- La participación es VOLUNTARIA, GRATUITA Y ABIERTA A TODO TIPO DE PÚBLICO.
  - Se habilitan una o dos calles de cada piscina participante para que los que quieran nadar por la lucha contra la EM puedan hacerlo, dejando espacio para el resto de personas que utilicen las instalaciones.
  - Se invita a todas las asociaciones y grupos sociales a participar en el evento.



# funcionamiento de la campaña

La Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple cuenta con la colaboración fundamental de las instalaciones deportivas, ayuntamientos, y asociaciones o grupos sociales, que autorizan y apoyan la celebración del Mójate en las piscinas de las diferentes localidades.

## Quiénes participan

Mójate es una campaña de gran repercusión social, por lo que participan representantes de diversos ámbitos de la sociedad:

- Ayuntamientos
- Clubes Deportivos
- Medios de Comunicación
- Asociaciones
- Grupos sociales
- Voluntarios anónimos
- Socios de Fadema
- Personajes famosos de la sociedad.

## Cómo participar

El Mójate consiste en nadar los metros que se deseen, por la zona acotada en la piscina para esta campaña.

En una zona de las instalaciones se coloca una mesa con la información de la campaña, de la EM y de la fundación, además del merchandising.

Cerca de la zona acotada habrá otra mesa en la cual se contabilizarán los metros nadados y se entregarán diplomas acreditativos a todas las personas que naden. Al término de la jornada se sumarán todos los metros nadados en un acto simbólico de apoyo a las personas de EM.

Durante la jornada, los voluntarios (se necesitan entre seis y ocho) ofrecerán información y repartirán dípticos en los que se explica qué es la EM y la forma de participar y colaborar en esta campaña.

La campaña cuenta con un mensaje que se escuchará por megafonía en las instalaciones deportivas, para animar al público a participar

## Voluntariado

En la realización de la campaña es fundamental la colaboración de entre seis y ocho voluntarios por piscina, los cuales son previamente informados sobre la campaña y su funcionamiento.

## Merchandising

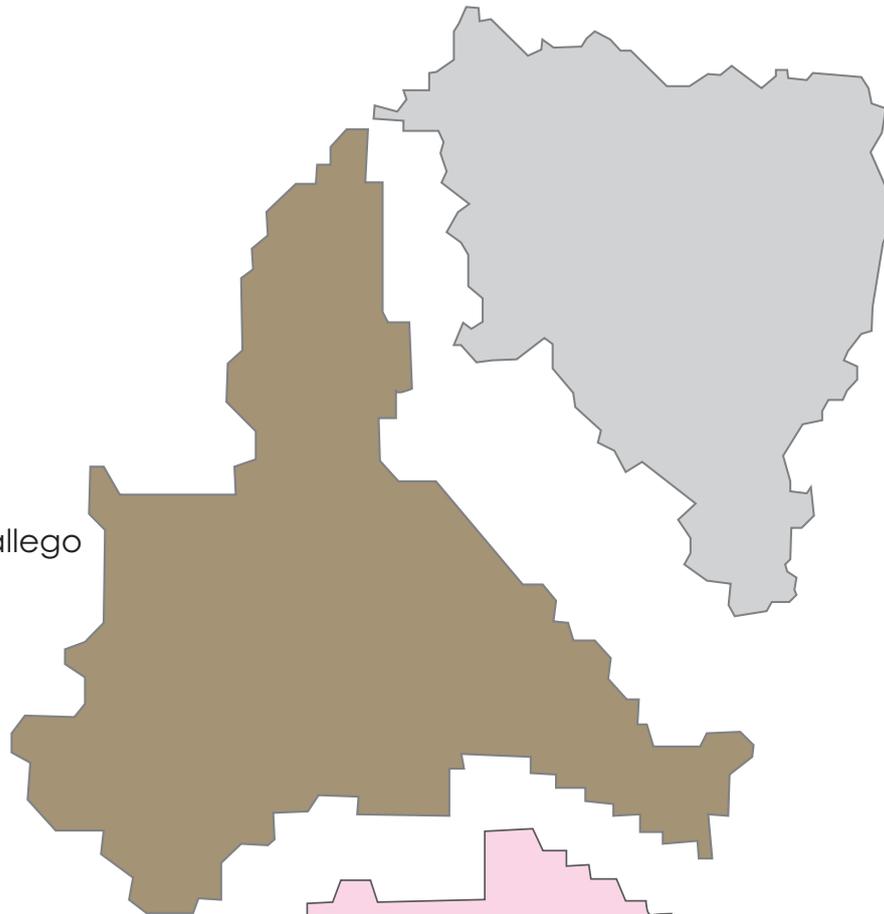
Durante la jornada se pondrá a la venta material de merchandising:

camisetas diseñadas en exclusiva por la firma Kukuxumusu

Y más cosas, de cuya venta se obtienen los fondos que irán destinados a financiar los servicios de asistencia y rehabilitación integral que se ofrecen en la fundación

# localidades que han participado

Alagón  
Ariza  
Borja  
Calatayud  
Caspé  
Castiliscar  
Daroca  
Épila  
La Muela  
Lucena de Jalón  
María de Huerva  
Nonaspe  
Remolinos  
Riela  
Salillas de Jalón  
Tarazona  
Tauste  
Villanueva de Gállego  
La Zaida  
Zaragoza  
Zuera



Alcañíz  
Alcorisa  
Calamocha  
La Puebla de Hajar



# fundación aragonesa de esclerosis múltiple

La Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple es una entidad socio-sanitaria, sin ánimo de lucro, que desarrolla su trabajo en el territorio de Aragón, con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas con EM y sus familias.

La fundación nace en el año 2001 de la Asociación Aragonesa de Esclerosis Múltiple (ADEMA), que en la actualidad cuenta con más de 400 asociados.

Fadema es una entidad de referencia en EM de la comunidad aragonesa. Mantiene una relación dinámica con Instituciones, profesionales sanitarios, medios de comunicación y la sociedad en general, ganándose su credibilidad cada año, a través de las diferentes campañas, eventos, jornadas e intervenciones en prensa, televisión y radio.

## nuestros objetivos

- Mejorar la calidad de vida de las personas con EM de Aragón y sus familias.
- Promover la investigación y la relación con los profesionales sanitarios.
- Sensibilizar e informar a la sociedad sobre la problemática que presenta esta enfermedad.

### Actividad Asistencial

#### Servicio de Rehabilitación Integral

Servicio impartido por un equipo profesional interdisciplinar compuesto por:

- Médico Rehabilitador
- Fisioterapeutas
- Terapeutas ocupacionales
- Logopeda
- Psicólogo
- Trabajadora social.

Otros servicios y programas:

- Servicio propio de transporte adaptado.
- Talleres de rehabilitación cognitiva
- Talleres creativos terapéuticos
- Programa de voluntariado
- Unidad de asesoramiento en eliminación de barreras arquitectónicas y ayudas técnicas.
- Visitas domiciliarias.

### Centro de Día y Residencia

### Formación y Docencia

- Edición de la publicación cuatrimestral "ARAGON MÚLTIPLE"
- Organización de jornadas científicas
- Organización de cursos monográficos sobre la EM

### Sensibilización y captación de recursos

- Campaña "Mójate por la EM"
- Cena de la Esperanza
- Día Nacional de la EM
- Un día por la EM
- Organización de diversos actos benéficos

### Ocio y Tiempo Libre

- Jornadas de convivencia
- Salidas culturales

# centro de día, residencia y atención integral especializada para personas con em y otras enfermedades neurodegenerativas

La Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple, ha inaugurado un Centro de Día, Residencia y Atención Integral pionero en nuestra comunidad.

Este centro consta en sus instalaciones con:

- 41 plazas de Centro de Día.
- 19 plazas de Residencia / Unidad Temporal de Estancia Supervisada.
- Centro de Rehabilitación Integral
- Área de entrenamiento de actividades de la vida diaria.
- Aulas de formación



# anexos

## 7ª Edición del Mójate 2010

El 11 de julio del 2010 se celebró la septima edición de la campaña "Mójate por la Esclerosis Múltiple" en 31 piscinas repartidas por toda la comunidad de Aragón.

Las cifras obtenidas demuestran que el acto fue un éxito social:

31 piscinas - 310 voluntarios - 1.094.871 metros nadados - cerca de 4000 personas solidarias



# anexos

## repercusión en prensa



**Última Hora**  
 Caballeros, 31 años, nuevo portavoz del CDTI en el Procedimiento de Selección de 2010

### “Mójate por la Esclerosis Múltiple” este domingo en Alcañiz

Viernes, 9 Julio, 2010 | Por Fco de Teruel | Categoría: Bajo Aragón



Representantes del Ayuntamiento, Cruz Roja y Cáritas muestran los artículos que se podrán comprar para colaborar con los enfermos de EM

De 10 a 14 horas en la piscina municipal

El Ayuntamiento de Alcañiz, a través del Área de Acción Social, se adhiere con la piscina municipal exterior de la Ciudad Deportiva de Santa María a la campaña “Mójate por la Esclerosis Múltiple”, que se desarrollará en municipios de toda España el próximo domingo, 11 de julio. Esta actividad, organizada por la Federación Española para la Lucha contra la Esclerosis Múltiple (FELEM), está coordinada en Aragón por la Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple (FADEMA); en Alcañiz, además del apoyo municipal, cuenta con la colaboración de las delegaciones locales de Cáritas y de Cruz Roja Española.



### La comarca

#### La campaña ‘Mójate por la esclerosis múltiple’ llega a las piscinas de Alcañiz

Miércoles, 07 de Julio de 2010 14:01 LA COMARCA



Por segundo año consecutivo, Alcañiz acogerá en sus piscinas la campaña nacional ‘Mójate por la esclerosis múltiple’ que pretende concienciar a la sociedad sobre esta grave enfermedad que afecta, sobre todo, a una población muy joven.

Durante el día 11 julio y desde las 10 hasta las 2 del mediodía, todos los vecinos de Alcañiz podrán participar en esta campaña que recaudará fondos para finalizar un centro de salud en Zaragoza y que además pretende que conozcamos esta enfermedad.

Como curiosidad, el año pasado los alcañizanos fueron los que más metros nadaron de todo Aragón.