



Zamora celebra la 6ª edición del Mójate por la Esclerosis Múltiple

Este año, el dibujante Mikel Urmeneta y su proyecto Katuki Saguyaki diseñan la imagen Mójate 2019, siendo una divertida silueta con medio cuerpo debajo del agua y unos saltarines peces los que protagonizan este año el diseño.

*El diseño aparece en el material solidario que vendemos.

¿Te mojas por la EM?

¿QUÉ ES EL "MÓJATE POR LA EM"?

¿EN QUÉ CONSISTE?

La campaña "Mójate por la Esclerosis Múltiple" es una **acción de sensibilización social y de solidaridad** con las 55.000 personas que tienen Esclerosis Múltiple en España. El "Mójate", iniciado en España por la Fundación Esclerosis Múltiple en 1.994, es un **acto de participación ciudadana y de captación de recursos**, cuyo objetivo es mejorar la calidad de la atención a las personas afectadas.

La actividad se realiza en piscinas y playas de las localidades adheridas y **consiste en nadar metros por las zonas acotadas en un acto simbólico de solidaridad**. Al término de la jornada se suman los metros nadados en todas las localidades. Es una **campaña de natación solidaria** en la que se implican alrededor de 900 piscinas públicas y privadas, a lo largo de toda España, para que los ciudadanos colaboren con la Esclerosis Múltiple.

Todas las personas pueden participar libre y gratuitamente y las que se “mojan” reciben un diploma acreditativo de su colaboración.



El formulario de inscripción está dividido en dos secciones principales. La parte superior tiene un fondo de patrón de círculos amarillos y contiene tres campos de texto con líneas azules para escribir: 'NOMBRE', 'PISCINA / PLAYA' y 'METROS'. Debajo de estos campos, se muestran los logos de los organizadores (EM España y M) y los colaboradores (varios ayuntamientos y ONGs). La parte inferior del formulario es un cartel vertical con fondo azul oscuro. En el centro del cartel hay un dibujo de un personaje azul con un cuerpo que se divide en una parte superior que parece una piscina y una parte inferior que parece un cuerpo humano, con brazos y piernas extendidas. Hay peces rojos nadando alrededor. El cartel incluye el texto 'MÓJATE' en la parte superior, '14 JULIO 2019' y 'MÓJATE POR LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE' en la parte inferior. También se menciona '#MOJATE2019' y el nombre del ayuntamiento organizador, 'La Sordica'.

Los voluntarios inscriben a las personas participantes y se contabilizan los metros nadados en solidaridad con las personas afectadas de esclerosis múltiple. La campaña es coordinada por Esclerosis Múltiple España y cuenta con el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad como colaborador principal.

La **captación de recursos se realiza a través del material de merchandising** que las propias Organizaciones de EM suministran a las piscinas para su venta, **en el caso de AZDEM**, como material contamos con **camisetas, bolsas, delantales, toallas, botes, yoyós, frisbees y llaveros diseñadas por Katuki Saguyaki**, siendo una divertida silueta con medio cuerpo debajo del agua y unos saltarines peces los que protagonizan este año el diseño:



¿CUÁNDO SE CELEBRA?

Cada año se celebra el segundo domingo de julio. En cualquier caso, podéis mojaros por la EM de muchas formas diferentes y durante todo el año. Por ejemplo adquiriendo material de la campaña en las asociaciones que desarrollan el Mójate.

**La celebración en Zamora tendrá lugar el domingo 14 de julio,
a partir de las 12h.**

¿DÓNDE SE CELEBRA?

En Zamora, el Mójate por la Esclerosis Múltiple se celebrará en la **piscina de la Ciudad Deportiva de Zamora, "La Sindical"**.

¿CÓMO TE PUEDES MOJAR POR LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE?

- Acude el día 14 de julio a la piscina de la Ciudad Deportiva de Zamora, "La Sindical" y nada unos cuantos largos solidarios por las personas con EM.
- Hazte Voluntario del Mójate y colabora con AZDEM en la organización de la actividad.
- Comprando las divertidas camisetas, bolsas, delantales, toallas, botes, yoyós, frisbees y llaveros del Mójate.

¿QUIERES SER VOLUNTARIO/A DEL MÓJATE?

Para ser voluntario del Mójate en Zamora, ponte en contacto con nosotros en el teléfono 980.67.12.04 o en el móvil 646.01.45.54, por e-mail azdemzamora@gmail.com, por facebook [Esclerosis Múltiple Zamora – AZDEM](#), twitter [@AZDEM_Zamora](#) o Instagram [esclerosismultiplezamora](#). Te ampliaremos la información sobre el Mójate y resolveremos tus dudas.

Te informaremos sobre cómo se desarrollará la jornada y qué tareas puedes realizar como voluntario/a:

- Informar a los ciudadanos sobre esta iniciativa y sensibilizar a la sociedad sobre la EM, animándoles a que naden por la EM.
- Colaborar en la venta de material de la campaña Mójate por la Esclerosis Múltiple.
- Rellenar los diplomas de participación a las personas que se mojen por la esclerosis múltiple.
- Dinamizar la actividad.

Zamora

Piscina Municipal de
la Ciudad Deportiva
"La Sindical"



**14 JULIO
2019**

MÓJATE
POR LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

#MOJATE2019

MÁS INFORMACIÓN EN:
WWW.MOJATEPORLAEM.ORG
WWW.AZDEMAMORA.ES



ORGANIZADOR



EDICIÓN ESPECIAL DE JUNIO DE 2019

ENTIDAD MIEMBRO DE



www.esclerodemultiple.com

COLABORADORES



14 JULIO 2019

MÓJATE

POR LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE

#MOJATE2019

MÁS INFORMACIÓN EN: WWW.MOJATEPORLAEM.ORG
WWW.AZDEMZAMORA.ES



ORGANIZADORES

COLABORADORES

Zamora
 Piscina Municipal de la Ciudad Deportiva
 "La Sindical"

14 JULIO 2019 #MOJATE2019

MÁS INFORMACIÓN EN: WWW.MOJATEPORLAEM.ORG



Mójate tú también por la Esclerosis Múltiple (EM)

Acude a tu piscina o playa más próxima y participa en esta jornada solidaria.

El 'Mójate' es una acción de sensibilización social y de solidaridad con las más de 55.000 personas que viven con Esclerosis Múltiple (EM) en España.

Esta campaña, iniciada en nuestro país por la Fundación Esclerosis Múltiple en 1994, es un acto de participación ciudadana y de captación de recursos, cuyo objetivo es mejorar la calidad de la atención a las personas afectadas y apoyar la investigación de la EM.

El domingo 14 de julio, acércate a la playa o piscina más próxima y colabora nadando en solidaridad con las personas con Esclerosis Múltiple. Los participantes recibirán un diploma acreditativo. Además, podrás adquirir camisetas y otro material del 'Mójate'.

Mójate para ayudarnos a ayudar.

¿QUÉ ES LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE?

ESCLEROSIS MÚLTIPLE EN NÚMEROS

- 2.5 MILLONES En todo el mundo
- 700.000 En Europa
- 55.000 en España
- CADA 5 HORAS se diagnostica un nuevo caso en España.

LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE ES:

- HETEROGÉNEA:** También recibe el nombre de "la enfermedad de los 1000 casos"
- NEUROLÓGICA:** Falta la transmisión del impulso nervioso
- SINTOMAS DIVERSOS:** Problemas de movilidad, visión, oído, fatiga, dificultades cognitivas.
- TRES DE CADA CUATRO PERSONAS CON EM SON MUJERES**
- IMPREDECIBLE:** Su curso no se puede prever con certeza y puede empeorar con el tiempo
- PRIMERA CAUSA DE DISCAPACIDAD NEUROLÓGICA:** únicamente por enfermedad entre los 20 y 40 años
- NO SE CONOCE SU CAUSA NI SU CURA**
- LA REHABILITACIÓN Y LOS HABITOS DE VIDA SALUDABLES** resultan beneficiosos en el día a día
- EXISTEN TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS** que pueden ayudar a manejar la evolución, los brotes y los síntomas
- LA INVESTIGACIÓN Y TU APOYO** SON IMPREDECIBLES

INFORMACIÓN EN LA ORGANIZACIÓN DE PERSONAS CON EM EN LA PROVINCIA