



## La Fundación Hestia y el proyecto #Matealestigma

La **Fundación Hestia** es una entidad sin ánimo de lucro destinada a la protección, innovación y sensibilización en el ámbito de las personas afectadas por trastornos mentales o enfermedades asociadas al envejecimiento.

Una de sus líneas de actuación es el desarrollo de proyectos de sensibilización para concienciar a la sociedad de la necesidad de implicarse en la efectividad de los derechos que garantizan el bienestar y la integración de esas personas vulnerables. En el marco de esta actividad de sensibilización, se encuadra el proyecto #Matealestigma.

**#Matealestigma** es un proyecto deportivo y social que pretende luchar contra la estigmatización que conllevan las enfermedades mentales y concienciar a la sociedad sobre los beneficios de la actividad física a la hora de prevenirlas y de mejorar la integración de quien las padece.

Este proyecto nace de la voluntad de la **Fundación Hestia** y el Bàsquet Menorca de “formar equipo” en favor de la salud mental, e implica:

- La asunción por parte de la Fundación Hestia del papel de patrocinador principal del Bàsquet Menorca, que, desde la temporada 2018–2019, juega con el nombre de **Hestia Menorca**.
- La colaboración del Club menorquín en el proyecto social que lleva aparejado el patrocinio.

Concretamente, este proyecto se traduce en el desarrollo de acciones, que permitan:

1. Promocionar la actividad física y el deporte (disfrute y / o práctica) como instrumento de mejora de la salud mental de las personas.
2. Favorecer la integración social de los colectivos con enfermedad mental grave.
3. Visibilizar la enfermedad mental y posicionarse en la lucha contra el estigma.

Las acciones se llevan a cabo coincidiendo con el desarrollo de la temporada en LEB Plata y, principalmente, en Menorca y en las ciudades donde el equipo juegue como visitante, sin perjuicio de la ejecución de otras en paralelo.

En la ejecución de estas acciones, la **Fundación Hestia** busca la complicidad de los otros clubes de la liga LEB Plata, entidades públicas y privadas vinculadas a la problemática de la salud mental o la promoción del deporte, y los medios de comunicación.

Durante la pasada temporada, más de 800 personas y medio centenar de organizaciones, entre entidades deportivas y sociales y medios de comunicación, se sumaron al proyecto #Matealestigma asistiendo a partidos de baloncesto y a diferentes coloquios y seminarios sobre la relación entre actividad física y salud mental.



## ¿Cómo puedes colaborar si eres...?

### UNA PERSONA CON PROYECCIÓN PÚBLICA

- Siendo entrevistado para la serie de entrevistas #MatealEstigma.
- Difundiendo el proyecto entre los tuyos, personalmente o mediante las redes sociales usando la etiqueta #matealestigma.
- Haciéndote una fotografía alusiva al proyecto y compartiéndola en las redes sociales con la etiqueta #matealestigma.
- ...

### UN CLUB

- Cediendo entradas para que personas con enfermedad o trastorno mental y sus acompañantes acudan al partido.
- Posibilitando una foto de tu equipo con o sin el Hestia Menorca, pero con algún elemento alusivo al #matealestigma, y compartiéndola en tus redes sociales, con esta misma etiqueta.
- Permittiéndonos repartir por las localidades *flyers* sobre el proyecto #matealestigma y la relación entre la actividad física y la salud mental.
- Permittiéndonos pasar una encuesta con la que intentamos averiguar el grado de conocimiento de los beneficios de la actividad física en la sociedad.
- Organizando una charla sobre la relación entre actividad física y salud mental a jugadores, equipos de base, seguidores..., que podría ofrecer nuestro psicólogo deportivo.
- Difundiendo las acciones en las que vas a colaborar en la convocatoria previa al partido y añadiendo en las valoraciones post-partido que, con independencia del resultado, estéis contentos de haber contribuido al #matealestigma.
- Pidiendo a tu *speaker* que durante el partido mencione las acciones en las que habéis colaborado y/o anuncie que tu club se ha sumado al #matealestigma de la Fundación Hestia y el Bàsquet Menorca.
- ...

### UNA ENTIDAD

- Ayudándonos a organizar una charla sobre la relación entre actividad física y salud mental a usuarios, familiares e interesados... La puede ofrecer nuestro psicólogo deportivo.
- Posibilitando una foto de la charla, con algún elemento alusivo al #matealestigma, y compartiéndola en tus redes sociales, con esta misma etiqueta.
- Permittiéndonos repartir en la sede de su entidad *flyers* o documentación sobre el proyecto #matealestigma y la relación entre la actividad física y la salud mental.
- Facilitando entre tus usuarios el reparto de entradas para la asistencia a aquellos partidos cuyos clubs se hayan implicado en el proyecto #matealestigma con la cesión de las mismas.
- ...



## UN GABINETE O UN MEDIO DE COMUNICACIÓN

- Haciéndote eco de esta iniciativa: utilízala como excusa para hablar de la salud mental; cuenta que hay un patrocinio que más allá de la habitual aportación económica pide a los directivos, jugadores y aficionados de un club deportivo que se posicionen en la lucha contra el estigma que acompaña a las personas que padecen una enfermedad mental.
- Dando difusión a las actividades que se organizan en relación a este proyecto y empleando la etiqueta #matealestigma en tus redes sociales si compartes en ella los contenidos que elabores.
- Difundiendo contenidos que hagan visible la realidad de la enfermedad mental y de la importancia de la actividad física a la hora de prevenirla y de contribuir a la integración de quien la padece: puedes hacer un reportaje o entrevista a personas vinculadas a esta realidad, como nuestro psicólogo deportivo, los responsables de la Fundación Hestia o del Básquet Menorca, o de entidades públicas o privadas que trabajan en el ámbito de la salud mental...
- ...

## ¿Qué haremos nosotros?

- Gestionar el tema de las entradas. Sólo nos tendrás que decir de cuántas podemos disponer y nosotros nos encargamos de que les llegue al colectivo beneficiario a través de las entidades que trabajan con él.
- Aportar el elemento alusivo al #matealestigma para la foto.
- Repartir y recoger *flyers* y encuestas.
- Dar la charla.
- Difundir la colaboración y los contenidos relacionados en los medios locales y las redes sociales.
- Agradecer tu colaboración en el proyecto siempre que nos sea posible.
- ...

## ¿Por qué ...?

Porque ésta es una propuesta abierta. Podemos diseñar conjuntamente acciones diferentes que nos permitan dar un #matealestigma por la salud mental. ¡Depende de nosotros! Contáctanos a través de [hestiafundacion.org](http://hestiafundacion.org) o del 900 92 19 28.