

YO SOY activista mundi



Guía de activismo mundi por el derecho a la salud

Septiembre, 2021.

Texto y gráficos: **medicusmundi** Navarra-Aragón-Madrid.

Imágenes: Freepik.com.

nam@medicusmundi.es

Tlf. 948 131510

www.lasaludunderecho.es

Desarrollada con el apoyo de la Comunidad de Madrid.



Dirección General de Servicios Sociales
e Innovación Social
CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES,
FAMILIAS, IGUALDAD Y NATALIDAD



EL PORQUÉ Y PARA QUÉ DEL ACTIVISMO MUNDI

Las personas que forman parte de **medicusmundi** NAM no son solo personas socias que contribuyen con una cuota económica, **¡son mucho más!** Se trata de personas involucradas, participativas y activas que se implican en un proyecto asociativo colectivo en el que creen y al que contribuyen desde su diversidad y circunstancias múltiples.

Luchar hoy, por un mañana mejor

En **medicusmundi** somos muy conscientes de que poder disfrutar del acceso a los servicios sanitarios, desde la concepción de que la salud es un derecho que debe ser garantizado por el Estado, es fruto de la lucha de generaciones anteriores. Por eso, queremos poner nuestro granito de arena y trabajar hoy para hacer posible un futuro mejor a quienes vendrán después.

Del mismo modo, somos muy conscientes del privilegio que supone vivir en España, un país donde tenemos ampliamente garantizado el derecho a la salud en la sanidad pública. Pero sabemos que en la mayoría del mundo esto no es así. Por desigualdades históricas e injusticias del sistema en el que vivimos, millones de personas en África, Latinoamérica y Asia, pero también en nuestro entorno más cercano, no pueden acceder a sistemas sanitarios de calidad. Y nos preocupan especialmente aquellas que se encuentran en situación de mayor vulnerabilidad: mujeres embarazadas, niñas y niños, población marginalizada, comunidades empobrecidas, colectivos discriminados por su etnicidad, género, etc.

Porque consideramos insoportable este desequilibrio es por lo que luchamos para que la salud sea un derecho para todas las personas, todas las culturas y todos los pueblos más allá de nuestras fronteras.

Para ser activista mundi también es fundamental integrar el **enfoque de derechos humanos** con el que **medicusmundi** trabajamos, según el cual las personas son concebidas como titulares de derechos y no entes pasivos receptores de caridad. Cualquier persona debe tener derecho a una vida digna en la que se proteja su salud y poder acceder a un sistema público de salud que garantice los cuidados que necesite. Pero las inequidades, las desigualdades y las injusticias existentes a nivel mundial están arrebatando este derecho a millones de personas. Por eso, apostamos por cambios transformadores que modifiquen el sistema y no solo en poner parches que palien temporalmente la situación mientras contribuyen a perpetuar la desigualdad.



SALUD PARA TODAS LAS PERSONAS, TODAS LAS CULTURAS, TODOS LOS PUEBLOS.

Queremos que la situación actual cambie y queremos hacerlo con **especial atención al género**. Por eso, defendemos la igualdad de derechos de mujeres y hombres y nuestra actuación de lucha contra la pobreza y las desigualdades en salud está guiada por la perspectiva feminista.

La transformación será colectiva o no será

Creemos firmemente que está a nuestro alcance mejorar la situación actual y es solo una cuestión de voluntad conseguirlo. Pero para ello necesitamos aunar las mayores voluntades posibles, que nos permitan movilizar los recursos que necesitamos para hacer realidad un mundo mejor.

Solo con tu apoyo lograremos fortalecer **medicmundi**. Para garantizar el futuro y viabilidad de nuestra misión necesitamos:

- Aumentar el número de personas y entidades públicas y privadas implicadas en la asociación de diferentes formas: socias, donantes, voluntarias, simpatizantes...
- Aumentar la captación de fondos privados.
- Aumentar el conocimiento del trabajo de **medicmundi NAM** en las tres comunidades autónomas: Aragón, Madrid y Navarra.



¿QUÉ HACEMOS LAS Y LOS ACTIVISTAS MUNDI?

Somos personas diversas en acción y movimiento. Somos personas dinámicas que queremos incitar al cambio colectivo por un mundo mejor. Gente a la que nos gusta forma parte de algo grande. Algo más grande que cada una de las individualidades que lo componemos.

El papel fundamental de la persona activista mundi es llevar a cabo la transformación positiva de la sociedad. Es decir, convertirse en **agentes de cambio que empujan la transformación a su alrededor**. Somos el eslabón que conecta la ONG con el día a día de la ciudadanía real.

Si estás leyendo esto es porque sientes que tú eres una de estas personas. A continuación, listamos cinco pasos que te ayudarán a decidirte y ponerte manos a la obra con tu activismo.

Tú tienes algo que aportar, desde tu individualidad única

En **medicumsundi** valoramos mucho tu motivación, tu sensibilidad por la salud, tu tiempo disponible para la causa, tu disposición y voluntariedad. Por eso, te escuchamos y cuidamos cada acción, adaptándola para que satisfaga las necesidades de todas las partes implicadas. Nuestro acompañamiento será cercano y adaptado a tus circunstancias durante toda tu actividad.

PASO 1: ENCUENTRA TU MOTIVACIÓN

Piensa que es aquello con lo que quieres contribuir. Dedícale un tiempo a sentir qué es aquello que te apetece aportar. Puede estar relacionado con tu experiencia profesional o con una afición, pero también pueden ser áreas de tu vida que no te has atrevido a explorar hasta ahora. Siente qué es lo que genuinamente quieres aportar y comunícalo.

PASO 2: ENTIENDE EL PROBLEMA

Profundiza en el concepto del derecho a la salud. Conoce los principales retos que encontramos en esta lucha y algunas de las alternativas planteadas para solventarlos. Conocer los mimbres de esta causa te hará más pertinente en tus propuestas.

Puedes empezar por visitar nuestra web www.lasalunderecho.es, conocer nuestro [Plan Estratégico 2021-2024](#) y suscribirte a nuestro [boletín digital Somos Mundi](#), en el que quincenalmente te contamos las últimas noticias e iniciativas relacionadas con el derecho a la salud.



PASO 3: PON EN MARCHA TU INICIATIVA

Piensa de qué manera puedes tú apoyar a **medicusmundi**. Cuéntanoslo y dinos qué necesitarías para llevar a cabo tu acción. Recuerda que estás aquí para aportar tu visión de las cosas. Siempre te agradeceremos que nos compartas tus ideas y puntos de vista.

Si lo prefieres, únete a alguna iniciativa que ya esté en marcha o planea una acción en grupo con otras personas activistas.

Podrás contar con los siguientes recursos y herramientas de **medicusmundi NAM**:

Para comunicar:

- + Página web con artículos periódicos en ella: www.lasaludunderecho.es
- + Boletín digital quincenal [Somos Mundi](#)
- + Redes Sociales: [Twitter](#), [Facebook](#), [YouTube](#), [LinkedIn](#), [Instagram](#).
- + Avisos difundidos por grupos de WhatsApp
- + [Memoria anual](#)
- + Dossier institucional (general y específico para empresas)
- + Hojas volanderas (institucional, voluntariado, espacio mundi, proyectos concretos)
- + Roll-ups institucionales
- + Exposiciones temáticas
- + Encuentros on-line temáticos

Para generar ingresos:

- + Cajas de experiencias [Mundibox](#) (20 €/caja)
- + Lotería de Navidad (5 €/participación)
- + [Mascarillas](#) higiénicas con bolsa (10 €)
- + [Gorros](#) con telas senegalesas (10 €/gorro)
- + Productos de comercio justo (solo en el [Espacio Mundi de Aragón](#))

PASO 4: COMPROMÉTETE

Esto significa acordar unas acciones y llevarlas efectivamente a cabo. Recuerda que esto es un compromiso voluntario y personal contigo y con los valores en los que crees. Sabemos que en ocasiones otras obligaciones dificultan tu implicación en la causa, por eso, adaptamos las acciones a las circunstancias de cada persona implicada.



Pero ten en mente que el activismo requiere un tiempo de dedicación y tu compromiso debe ser consistente, realista y respetuoso con el tiempo de quienes te están acompañando.

PASO 5: INVOLUCRA A TU ENTORNO

Contagia a personas de tu entorno del espíritu de tu iniciativa y multiplica el potencial y alcance de tu acción. No subestimes el poder de tu ejemplo. Repiensa tus hábitos y cuestiona si están alineados con tus valores. Puedes ser la inspiración para quienes te rodean.



PASA A LA ACCIÓN

¡Hay tantos modos de activismo mundi como personas!

Para arrancar, te proponemos algunas ideas de cómo puedes entrar en acción, por si te sirven de inspiración. Las hemos organizado en tres grandes bloques en función de los objetivos que buscamos:


- darnos a conocer (se nuestro altavoz)
- implicar a nuevas personas y entidades (anima a tu entorno a implicarse)
- aumentar la captación de fondos propios (ayúdanos a conseguir fondos)


Te las presentamos en forma de tabla que puedes ir rellenando, por si te puede facilitar tu activismo.

Escoge la actividad que más encaje contigo y tus circunstancias. Llévala a cabo y si te apetece, márcala en tu tabla como realizada en la columna de la derecha. Te motivará ver cuantas cosas haces, en realidad, por la defensa del derecho a la salud.

HAZ DE ALTAVOZ 	
COMPARTO EN MIS REDES SOCIALES LAS PUBLICACIONES DE MEDICUSMUNDI NAM: POR FACEBOOK, WHATSAPP, TWITTER, YOUTUBE, INSTAGRAM O LINKEDIN	
ANIMO A MI ENTORNO A SUSCRIBIRSE, COMO YO, AL BOLETÍN DIGITAL DE NOTICIAS SOMOS MUNDI	
LLEVO ALGUNOS FOLLETOS DE INFORMACIÓN O CARTELES DE ACTIVIDADES DE MEDICUSMUNDI NAM A MI CLUB O ASOCIACIÓN	
HABLO A MI FAMILIA Y MIS AMISTADES SOBRE MEDICUSMUNDI	



ATRAE IGUALES	
DIFUNDO EN MI ENTORNO UNA CAMPAÑA DE CAPTACIÓN DE NUEVAS PERSONAS SOCIAS, VOLUNTARIAS O DONACIONES	
PROPONGO UNA INICIATIVA PARA ATRAER NUEVAS PERSONAS SOCIAS O VOLUNTARIAS	
PROMUEVO LA PUESTA EN MARCHA DE ALGUNA INICIATIVA SOLIDARIA QUE REÚNA A POTENCIALES ACTIVISTAS MUNDI, PERSONAS VOLUNTARIAS O SOCIAS, COMO CHARLAS EN CENTROS SOCIALES, VIAJES, COLOQUIOS...	
INVITO A PERSONAS DE MI ENTORNO CON POTENCIAL DE ACTIVISTA MUNDI A QUE ME ACOMPAÑEN A UNA ACTIVIDAD	

COLECTA FONDOS	
POR MI CUMPLE O ANIVERSARIOS CREO UNA RECAUDACIÓN DE FONDOS DE CUMPLEAÑOS EN FACEBOOK PARA MEDICUSMUNDI	
VENDO A MI ENTORNO FAMILIAR, LABORAL O DE AMISTAD ALGUNOS PRODUCTOS MUNDI: CAJAS MUNDIBOX , GORROS TELA SENEGALESA , MASCARILLAS ...	
PROMUEVO LA PUESTA EN MARCHA DE ALGUNA INICIATIVA SOLIDARIA DE RECAUDACIÓN: CONCIERTO SOLIDARIO, REPRESENTACIÓN TEATRAL BENÉFICA, MARATÓN, MUSICAL...	
REGALO CAJAS DE EXPERIENCIA MUNDIBOX EN CUMPLEAÑOS O NAVIDADES	



<p>REEMPLAZO EL DETALLE A PERSONAS INVITADAS DE LA BODA POR UNA POSTAL DE DONACIÓN A MEDICUSMUNDI</p>	
<p>PARTICIPO EN LA VENTA DE LOTERÍA SOLIDARIA ENTRE LAS PERSONAS DE MI ENTORNO. POR EJEMPLO: PUEDO LLEVAR UN TACO PARA SU VENTA EN LA FARMACIA DE MI BARRIO</p>	
<p>ELABORO PEQUEÑOS DETALLES PARA ENTREGAR SIMBÓLICAMENTE A CAMBIO DE UN DONATIVO ECONÓMICO. POR EJEMPLO: COCINO GALLETAS, TEJO BUFANDAS, CREO LLAVEROS...</p>	
<p>ORGANIZO MERCADILLOS SOLIDARIOS A FAVOR DE MEDICUSMUNDI EN CENTROS EDUCATIVOS, CLUB SOCIALES, FIESTAS DE MI BARRIO...</p>	
<p>DECIDO DEJAR UNA PARTE DE MIS BIENES A MEDICUSMUNDI NAM, MEDIANTE LA FIGURA DEL LEGADO SOLIDARIO</p>	
<p>COMPARTO CON PERSONAS CONOCIDAS LA INFORMACIÓN DE LAS HERENCIAS Y LEGADOS SOLIDARIOS</p>	
<p>ME ASOCIO A MEDICUSMUNDI CONTRIBUYENDO CON UNA CUOTA Y UNA PERIODICIDAD QUE YO ESTABLEZCO FLEXIBLEMENTE</p>	
<p>REGALO A MIS HIJAS, HIJOS O NIETOS EL PAGO DE SU CUOTA DE SOCIO DURANTE UN AÑO (BENEFICIÁNDOME DE DEDUCCIONES FISCALES)</p>	






Ayúdanos a identificar entidades que pudieran llegar a apoyarnos

Si algo nos han dejado claro los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) es que, sin las empresas, organizaciones e instituciones, el cambio no será posible. En **medicmundi** así lo creemos y por eso hemos ideado el 'abrepuertas'.

Para que nos pongas en contacto con personas de entidades susceptibles de apoyarnos de la forma que mejor consideren (donación económica, implicación de trabajadores, visibilidad a sus "grupos de interés", publicidad gratuita, experiencias para Mundibox, venta de productos solidarios como regalo de empresa, etc.) y establecer colaboraciones beneficiosas para ambas partes.

Probablemente estés a menudo en contacto con empresas, organizaciones o instituciones públicas donde trabajas o trabaja tu familia o amistades. O igual has creado tu propio emprendimiento. O formas parte de alguna institución pública. O de un club deportivo, una asociación cultural, una sociedad gastronómica... Sea donde sea, hay una puerta esperando a abrirse a **medicmundi NAM**.

Te animamos a rellenar esta tabla y enviárnosla (puede ser una foto de la misma o adjuntar la tabla por mail) cuando esté completada. ¡Será de grandísima utilidad!

 ABRE PUERTAS A EMPRESAS O INSTITUCIONES				
NOMBRE DE LA ENTIDAD	PERSONA DE CONTACTO	TELÉFONO O EMAIL DE LA PERSONA DE CONTACTO	PUESTO QUE LA PERSONA DE CONTACTO TIENE EN LA ENTIDAD	RELACIÓN QUE LA PERSONAS DE CONTACTO TIENE CONTIGO

Atrévete a practicar varias de las acciones propuestas e implica a personas de tu entorno, ¡animándolas a unirse a este movimiento transformador! Siéntete libre, también, de compartir esta **GUÍA** con todas las personas que conozcas y tengan inquietudes mundi.

REQUISITOS

Ser mayor de edad, cumplir con el compromiso que decidas adquirir, firmar el [Código de Conducta](#) de **medicusmundi NAM** y la aceptación de la Ley General de Protección de Datos (LGPD).

Tus actividades de voluntariado estarán cubiertas por nuestro seguro de voluntariado.

Si prevés algún tipo de gasto para llevar a cabo tu activismo, avísanos antes para que valoremos si podemos asumirlo.

Si necesitas algún tipo de justificante de tu activismo, pídenoslo igualmente y te lo facilitaremos.

CONTACTO

Para cualquier duda o consulta puedes contactar las veces que lo necesites con:

- ◉ Si eres de **Aragón**: Hilda Vásquez:
hilda.vasquez@medicusmundi.es - 621 282 306
- ◉ Si estás en **Madrid**: Esther Hernández:
esther.hernandez@medicusmundi.es - 621 282 305
- ◉ Si eres de **Navarra**: Natalia Herce:
natalia.herce@medicusmundi.es – 621 291 537
- ◉ Si eres de **otra comunidad**: Natalia Herce,
natalia.herce@medicusmundi.es - 621 291 537



GRACIAS POR UNIRTE A LA DEFENSA DEL DERECHO A LA SALUD

Esta guía es tuya. Toma notas, subraya, haz tus esquemas, traza tu plan de acción, apunta las ideas geniales que te lleguen a la cabeza para no perder nada y recoge los contactos de potenciales personas o entidades aliadas.

¡Recuerda que siempre puedes diseñar tu propia forma de colaborar!



NOTAS PARA CAMBIAR EL MUNDO





medicusmundi
navarra-aragón-madrid

nam@medicusmundi.es

Tif. 948 131510

www.lasaludunderecho.es

@medicusmundinam

