**Fecha de envío:** lunes, 31 de agosto, 2020

**Asunto del correo electrónico:** “Caja de herramienta de activación para la Semana de Prevención del Suicidio de SanaMente: La esperanza, resiliencia, y la recuperación”

La semana próxima inicia la Semana de Prevención del Suicidio y el Dia Mundial para la Prevención del Suicidio, el cual alienta personas y organizaciones a través del país y del mundo a unir sus voces para transmitir el mensaje de que el suicidio puede prevenirse. También durante esta semana, probemos herramientas y recursos para alcanzar tantas personas que sea posible para que se ayuden a sí mismos y los que están a su alrededor. Durante el mes de septiembre, también se celebra el Mes Nacional de la Recuperación el cual es un tiempo para aumentar el conocimiento y la compresión sobre desórdenes mentales y/o del uso de sustancias mientras se celebra aquellos que se recuperan.

Estamos emocionados de compartir el tema de la caja de herramienta de este año de 2020 para la Semana de Prevención del Suicidio, “**La Esperanza, Resiliencia, y la Recuperación**”. El tema de este año está enfocado en la esperanza el cual se puede fortalecer a través de promover la resiliencia, el aprendizaje social y emocional, y celebrando la recuperación. Al celebrar los factores protectores como la esperanza y resiliencia, se puede reducir la probabilidad de que alguien que está pasando por una crisis emocional, pase por crisis de suicidio. Estos factores protectores también pueden ayudar a prevenir el uso de sustancias tanto como promover la recuperación y el bienestar.

La caja de herramienta de este año incluye recursos en inglés y español, y muchas actividades que se pueden hacer individualmente, en grupo o entre comunidades, en persona, así como en plataforma virtual o en casa.

Explora la caja de herramienta para la Semana de Prevención del Suicidio de SanaMente de 2020 [aquí](https://www.eachmindmatters.org/spw2020/) para encontrar materiales que incluyen lo siguiente y mucho más:

* Resúmenes informativas y temas de discusión sobre la prevención del suicidio, el uso de alcohol y drogas y el aprendizaje social y emocional
* Hoja de actividades con estas nuevas actividades:
  + Juego de SanaMente
  + Instalación de arte de pared
  + Marcador de diario de esperanza
* Guía para los medios de comunicación social
* Mensajería para y como trabajar con los medios de comunicación

La semana próxima recibirá correos electrónicos diariamente con recursos, información y más. ¡Este pendiente de estos correos!:

* Lunes7 de septiembre: Sembrando la esperanza
* Martes 8 de septiembre: Promoviendo la resiliencia
* Miércoles 9 de septiembre: Celebrando la recuperación
* Jueves 10 de septiembre: Involúcrate en el Dia Mundial para la Prevención del Suicidio
* Viernes 11 de septiembre: Tiempo para la reflexión

Etiqueta @SanaMente y usa los hashtags #EachMindMatters #PrevenciónDelSuicidio #SemanaDePrevenciónDelSuicidio2020 #MesDeLaRecuperación #ReconozaLasSeñales para conectarte con SanaMente y miles de personas a través del país durante la Semana de Prevención del Suicidio y el Mes Nacional de la Recuperación (Mes de la Recuperación).