

## ¿CÓMO ESTÁ ORGANIZADA LA ESCUELA DE SALUD?

Tiene tres apartados diferenciados que se interconectan para darte el máximo potencial de aprendizaje:



### → CUIDA TU SALUD

Encuentra recomendaciones, enlaces de interés y actividades para una vida saludable.



### → ESCUELA DE PACIENTES

Conoce los cuidados que se necesitan para vivir mejor con enfermedades crónicas.



### → SALUD EN TU COMUNIDAD

Aprende cómo mejorar tu entorno y aprovechar los recursos de tu municipio.



Escanea el QR y descubre recursos y actividades para cuidar de tu salud.



## CONÉCTATE Y PARTICIPA

en la Escuela de Salud La Rioja



@escuelasaludrioja

@escuelasaludrioja

@EscuelaSaludLR

@escuelasaludrioja

Canal de WhatsApp

escuelasaludlarioja@larioja.org



La Rioja



ESCUELA  
DE SALUD

# ESCUELA DE SALUD LA RIOJA



**SALUD  
UN VALOR  
COMPARTIDO**

*Tu espacio para promoverla y fortalecerla*

**CUÍDATE  
CUÍDALA**



La Rioja



ESCUELA  
DE SALUD

# ¿QUÉ ES LA ESCUELA DE SALUD LA RIOJA?

Es un espacio donde **informarte, formarte y participar** para que la salud sea tu prioridad y un valor compartido.

Es el resultado del trabajo coordinado de la administración en todos sus niveles (estatal, autonómico y local), y de la participación de profesionales relacionados con la salud, ciudadanía y entidades sociales que influyen en la salud.

La Escuela de Salud La Rioja, pertenece a la **Red de Escuelas de Salud para la Ciudadanía del SNS**.



## ¿QUÉ NOS APORTA?

Nos ayuda a **tomar decisiones** con buena información, a **encontrar los recursos** que necesitamos en nuestro barrio o municipio, y a crecer como ciudadanos comprometidos con el **autocuidado**, el cuidado de otras personas, de las condiciones ambientales y de los entornos, **para favorecer la salud**.

## ¿CUÁLES SON LAS FUNCIONES PRINCIPALES DE LA ESCUELA DE SALUD?

- 1** Ofrecer **información actual, fiable y de calidad**, con recursos y materiales educativos (guías, folletos, fotografías) que se pueden descargar.
- 2** Difundir **actividades educativas** en formatos adaptados a los medios digitales (cursos, píldoras informativas, vídeos...).
- 3** Capacitar a **pacientes y sus cuidadores** en la gestión y autocuidados de la enfermedad, aportarles autonomía personal y evitar las complicaciones.
- 4** Facilitar el **intercambio de experiencias y buenas prácticas**, con la organización y participación en actividades formativas, talleres, encuentros y jornadas.
- 5** Trabajar en red con entidades locales, asociaciones, grupos comunitarios..., para el **desarrollo de iniciativas promotoras de la salud**.
- 6** Facilitar y proporcionar los medios necesarios a profesionales que realizan actividades de educación para la salud, prevención y de cuidados de las enfermedades crónicas.
- 7** Conocer y acercar los recursos y actividades que hay en el territorio para mantener y mejorar la salud.  
**Localiza recursos de salud.**