

¿Cómo puede **“iniciar la conversación”** para la concientización sobre las conmociones cerebrales?

Mientras nos preparamos para el Día Nacional de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales el viernes 20 de septiembre, queremos asegurarnos de que nuestros defensores de CAN cuenten con la información y los recursos necesarios para iniciar la conversación con sus amigos, familias y comunidades.

Primero, lo invitamos a convertirse en un defensor de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) si aún no lo es. Mejor todavía: ¡invite a sus amigos y familiares a unirse! Fíjese el objetivo de invitar a cinco personas que conozca y ayúdenos a aumentar nuestra base antes del Día Nacional de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales. Ser un defensor de la CAN implica tener siempre acceso a las últimas noticias, eventos y oportunidades de esta. **Únase a nuestra causa [aquí](#).**

A continuación, planifique cómo iniciará la conversación para la concientización sobre las conmociones cerebrales. Hemos preparado una lista de ideas grandes y pequeñas para ayudarlo a comenzar:

Oportunidades presenciales:

- **Comprométase a hablar con un amigo o familiar.** Tal vez sea su hermana que practica deportes, o un amigo que está planeando una caminata. No importa quién sea, fije como objetivo hablar con alguien importante en su vida sobre qué es realmente una conmoción cerebral, cuáles son los signos y qué hacer si cree que podría tener una. Lea las respuestas a todas estas preguntas en el [sitio web de CAN](#).
- **Planifique un evento presencial.** Desde una charla comunitaria informal hasta un evento más completo con expertos en conmociones cerebrales y otras actividades, un evento es una gran oportunidad para reunir a varias personas para aprender más sobre las conmociones cerebrales. ¡Si está considerando realizar un evento, contamos con un recurso completo de planificación de eventos para ayudarlo a comenzar!
- **Pida permiso para colocar carteles y distribuir recursos.** Muchas personas van a diario a lugares como el consultorio del médico, el supermercado habitual, el gimnasio y el banco. El sitio web de CAN tiene varias opciones de carteles y hojas informativas: [asegúrese de revisarlas](#).

Oportunidades en línea:

- **Comparta cómo está “iniciando la conversación” en las redes sociales.** Descargue uno de estos carteles, complételo con la razón por la cual considera importante la concientización sobre las conmociones cerebrales, tómese una selfi y publíquela en sus redes sociales.
- **Planifique un evento digital.** Si usted o alguien que conoce se vio afectado por una conmoción cerebral, considere asociarse con esa persona para tener una conversación en una “transmisión” de Instagram, Facebook o incluso LinkedIn. Las historias personales generan una mayor conexión. Asegúrese de etiquetar a Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) en [Facebook](#), [Instagram](#) o [LinkedIn](#) y use los hashtags #StartTheConversation (Iniciar la conversación) y #ConcussionAwarenessNow (Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya).
- **Considere recaudar fondos para apoyar la concientización sobre las conmociones cerebrales e invite a otros a donar a la Asociación contra las Lesiones Cerebrales de Estados Unidos (Brain Injury Association of America, BIAA).** La Asociación contra las Lesiones Cerebrales de Estados Unidos (Brain Injury Association of America, BIAA) copreside la coalición Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) y juntos trabajamos para proporcionar información, apoyo y recursos de manera continua al público, profesionales de la salud, sobrevivientes y cuidadores. Con su ayuda, podemos hacer más para difundir nuestro mensaje.

¿Cómo puede **“iniciar la conversación”** para la concientización sobre las conmociones cerebrales?

Mientras nos preparamos para el Día Nacional de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales el viernes 20 de septiembre, queremos asegurarnos de que nuestros defensores de CAN cuenten con la información y los recursos necesarios para iniciar la conversación con sus amigos, familias y comunidades.

Primero, lo invitamos a convertirse en un defensor de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) si aún no lo es. Mejor todavía: ¡invite a sus amigos y familiares a unirse! Fíjese el objetivo de invitar a cinco personas que conozca y ayúdenos a aumentar nuestra base antes del Día Nacional de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales. Ser un defensor de la CAN implica tener siempre acceso a las últimas noticias, eventos y oportunidades de esta. **Únase a nuestra causa aquí.**

A continuación, planifique cómo iniciará la conversación para la concientización sobre las conmociones cerebrales. Hemos preparado una lista de ideas grandes y pequeñas para ayudarlo a comenzar:

Oportunidades presenciales:

- **Comprométase a hablar con un amigo o familiar.** Tal vez sea su hermana que practica deportes, o un amigo que está planeando una caminata. No importa quién sea, fíjese como objetivo hablar con alguien importante en su vida sobre qué es realmente una conmoción cerebral, cuáles son los signos y qué hacer si cree que podría tener una. Lea las respuestas a todas estas preguntas en el [sitio web de CAN](#).
- **Planifique un evento presencial.** Desde una charla comunitaria informal hasta un evento más completo con expertos en conmociones cerebrales y otras actividades, un evento es una gran oportunidad para reunir a varias personas para aprender más sobre las conmociones cerebrales. ¡Si está considerando realizar un evento, contamos con un recurso completo de planificación de eventos para ayudarlo a comenzar!
- **Pida permiso para colocar carteles y distribuir recursos.** Muchas personas van a diario a lugares como el consultorio del médico, el supermercado habitual, el gimnasio y el banco. El sitio web de CAN tiene varias opciones de carteles y hojas informativas: [asegúrese de revisarlas](#).

Oportunidades en línea:

- **Comparta cómo está “iniciando la conversación” en las redes sociales.** Descargue uno de estos carteles, complételo con la razón por la cual considera importante la concientización sobre las conmociones cerebrales, tómese una selfi y publíquela en sus redes sociales.
- **Planifique un evento digital.** Si usted o alguien que conoce se vio afectado por una conmoción cerebral, considere asociarse con esa persona para tener una conversación en una “transmisión” de Instagram, Facebook o incluso LinkedIn. Las historias personales generan una mayor conexión. Asegúrese de etiquetar a Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) en [Facebook](#), [Instagram](#) o [LinkedIn](#) y use los hashtags [#StartTheConversation](#) (Iniciar la conversación) y [#ConcussionAwarenessNow](#) (Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya).
- **Considere recaudar fondos para apoyar la concientización sobre las conmociones cerebrales e invite a otros a donar a la Asociación contra las Lesiones Cerebrales de Estados Unidos (Brain Injury Association of America, BIAA).** La Asociación contra las Lesiones Cerebrales de Estados Unidos (Brain Injury Association of America, BIAA) copreside la coalición Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) y juntos trabajamos para proporcionar información, apoyo y recursos de manera continua al público, profesionales de la salud, sobrevivientes y cuidadores. Con su ayuda, podemos hacer más para difundir nuestro mensaje.

¿Cómo puede **“iniciar la conversación”** para la concientización sobre las conmociones cerebrales?

Mientras nos preparamos para el Día Nacional de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales el viernes 20 de septiembre, queremos asegurarnos de que nuestros defensores de CAN cuenten con la información y los recursos necesarios para iniciar la conversación con sus amigos, familias y comunidades.

Primero, lo invitamos a convertirse en un defensor de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) si aún no lo es. Mejor todavía: ¡invite a sus amigos y familiares a unirse! Fíjese el objetivo de invitar a cinco personas que conozca y ayúdenos a aumentar nuestra base antes del Día Nacional de la Concientización sobre las Conmociones Cerebrales. Ser un defensor de la CAN implica tener siempre acceso a las últimas noticias, eventos y oportunidades de esta. **Únase a nuestra causa [aquí](#).**

A continuación, planifique cómo iniciará la conversación para la concientización sobre las conmociones cerebrales. Hemos preparado una lista de ideas grandes y pequeñas para ayudarlo a comenzar:

Oportunidades presenciales:

- **Comprométase a hablar con un amigo o familiar.** Tal vez sea su hermana que practica deportes, o un amigo que está planeando una caminata. No importa quién sea, fíjese como objetivo hablar con alguien importante en su vida sobre qué es realmente una conmoción cerebral, cuáles son los signos y qué hacer si cree que podría tener una. Lea las respuestas a todas estas preguntas en el [sitio web de CAN](#).
- **Planifique un evento presencial.** Desde una charla comunitaria informal hasta un evento más completo con expertos en conmociones cerebrales y otras actividades, un evento es una gran oportunidad para reunir a varias personas para aprender más sobre las conmociones cerebrales. ¡Si está considerando realizar un evento, contamos con un recurso completo de planificación de eventos para ayudarlo a comenzar!
- **Pida permiso para colocar carteles y distribuir recursos.** Muchas personas van a diario a lugares como el consultorio del médico, el supermercado habitual, el gimnasio y el banco. El sitio web de CAN tiene varias opciones de carteles y hojas informativas: [asegúrese de revisarlas](#).

Oportunidades en línea:

- **Comparta cómo está “iniciando la conversación” en las redes sociales.** Descargue uno de estos carteles, complételo con la razón por la cual considera importante la concientización sobre las conmociones cerebrales, tómese una selfi y publíquela en sus redes sociales.
- **Planifique un evento digital.** Si usted o alguien que conoce se vio afectado por una conmoción cerebral, considere asociarse con esa persona para tener una conversación en una “transmisión” de Instagram, Facebook o incluso LinkedIn. Las historias personales generan una mayor conexión. Asegúrese de etiquetar a Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) en [Facebook](#), [Instagram](#) o [LinkedIn](#) y use los hashtags #StartTheConversation (Iniciar la conversación) y #ConcussionAwarenessNow (Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya).
- **Considere recaudar fondos para apoyar la concientización sobre las conmociones cerebrales e invite a otros a donar a la Asociación contra las Lesiones Cerebrales de Estados Unidos (Brain Injury Association of America, BIAA).** La Asociación contra las Lesiones Cerebrales de Estados Unidos (Brain Injury Association of America, BIAA) copreside la coalición Concientización sobre las Conmociones Cerebrales Ya (Concussion Awareness Now, CAN) y juntos trabajamos para proporcionar información, apoyo y recursos de manera continua al público, profesionales de la salud, sobrevivientes y cuidadores. Con su ayuda, podemos hacer más para difundir nuestro mensaje.

**CONCUSSION
AWARENESS NOW**

concussionawarenessnow.org