

City of Sonoma

No. 1 The Plaza
Sonoma California 95476-6690
Phone (707) 938-3681 Fax (707) 938-8775
E-Mail: cityhall@sonomacity.org



PARA DISTRIBUCIÓN INMEDIATA

FECHA: **Septiembre 9, 2021**

CONTACTOS:

Sarah Tracy, Analista Administrativa
Ciudad de Sonoma
stracy@sonomacity.org
707-338-3759

Christina Wilde, Productora de Eventos
Wilde Collective
christina@wildecollective.com
707-732-1042



“Respira Sonoma, Cultivando Fortaleza” Se Une al Mercado de los Martes de Sonoma el 21 de septiembre de 5:00 – 8:00 PM

Se invita a los miembros de la comunidad a participar en este evento gratis de preparación para emergencias que celebra la fortaleza y resistencia de Sonoma

Como parte del Mes Nacional de Preparación para Emergencias, la Ciudad de Sonoma (Ciudad) y la Cámara de Comercio del Valle de Sonoma (Cámara) están patrocinando “Respira Sonoma” – un evento de preparación y fortaleza comunitaria que se realizará como parte del Mercado de Agricultores de los Martes en la Plaza de Sonoma el 21 de septiembre de 5:00 - 8:00 p.m. Los asistentes recibirán información importante de preparación para emergencias de varias organizaciones locales, encontrarán apoyo y conocerán herramientas para enfrentar mejor una posible emergencia.

Respira Sonoma fue concebida por la Rev. Dr. Curran Reichert, pastor de First Congregational Church Sonoma, donde ha sido ministra por cinco años. Reconociendo que el humo en el aire es difícil para muchos que han sufrido tanto en las últimas tres temporadas de incendios, la Rev. Reichert deseaba encontrar una forma de ayudar a la comunidad a estar mejor preparada emocional y prácticamente para la temporada de incendios. Ella reclutó a Christina Wilde y a la directora de eventos de la ciudad Lisa Janson para organizar un evento para toda la comunidad para aumentar la preparación para emergencias y promover los recursos disponibles en el Valle de Sonoma.

“Respirar no es tan simple como era antes, durante los pasados dos años respirar se ha convertido en un tema de justicia y un problema serio de salud. La temporada de incendios y los continuos brotes de COVID realmente nos recuerdan esto”, dice Curran Reichert. “Sin respiración no hay vida. Estamos llamando este evento Respira Sonoma, porque necesitamos recordar que aunque sea complicado -- ¡debemos continuar respirando!”

Una gran variedad de organizaciones locales y profesionales de la salud estarán en la Plaza para ofrecer orientación sobre todo desde cómo empacar una "bolsa para llevar" a cómo las personas se pueden conectar para apoyarse durante estos tiempos difíciles. Además, la Rev. Reichert conducirá una demostración interactiva de simples técnicas de respiración que los individuos pueden usar para manejar el estrés en momentos de crisis. La demostración también será en español.

"Hemos visto directamente lo importante que es la preparación y saber que entre mejor preparados estemos físicamente y psicológicamente, seremos más fuertes como comunidad", dice la Alcaldesa Madolyn Agrimonti. "Invitamos a todos a que aprovechen la experiencia profesional, recursos, y apoyo disponible en Respira Sonoma – sin importar que tanto o tan poco se haya preparado usted para una posible emergencia".

Las organizaciones participantes incluyen el Departamento de Manejo de Emergencias del Condado de Sonoma, el Departamento de Policía de Sonoma, el Distrito de Bomberos del Valle de Sonoma, la Asociación de Ministerios Interreligiosos del Valle de Sonoma, el Centro Ecológico de Sonoma, el Centro La Luz, Vintage House, el grupo de los Springs "Traza tu Barrio" y otros. El Centro de Salud Comunitaria del Valle de Sonoma también estará disponible para contestar preguntas sobre la vacuna del COVID-19 y ofreciendo primeras y segundas dosis de las vacunas Moderna y Pfizer a aquellos que las deseen.

"Las emergencias y las crisis de salud son avisos importantes sobre nuestra interconexión en el Valle de Sonoma", dice Mark Bodenhamer, director de la Cámara. "Los residentes, negocios, grupos comunitarios y agencias del gobierno todos dependen entre sí para avanzar con salud, sin importar los retos que enfrentemos. La Cámara de Sonoma se enorgullece de participar de "Respira Sonoma" mientras fortalecemos relaciones y desarrollamos las herramientas y los recursos que son esenciales para la salud, seguridad y bienestar de nuestra comunidad".

Más información sobre Respira Sonoma y una lista actualizada de participantes disponible en el sitio web de la Ciudad, www.sonomacity.org.