

UN CAFÉ CON... **AZAHARA RUIZ**, Técnica de Voluntariado, Salud y Medioambiente



1. ¿Cómo llegaste a **Cruz Roja**?

Mi llegada a CRE es hace muy poco tiempo, de hecho, hace escasos cuatro meses que comencé mi camino en esta casa.

Esta llegada va asociada a un cambio importante a nivel personal, ya que yo tenía una carrera profesional orientada en otro sector, pero después de la pandemia, junto con un break mental decidí reorientar mi futuro profesional y decidí formarme para poder trabajar en lo que es mi pasión.

En mayo con mi formación acabada, me dispuse a buscar una oportunidad laboral de repente apareció CRE en mi vida, durante estos meses he sentido lo que es haber encontrado tu lugar, ese equilibrio que se crea cuando consigues unir tu vida laboral con tus valores personales, estoy FELIZ de que la vida me haya permitido formar parte de esta familia..

2. ¿Qué es lo mejor de trabajar en **Cruz Roja**?

Lo mejor de trabajar en Cruz Roja es que formar parte de la entidad no es solo eso, si no es una manera de vivir. Cruz Roja te permite aportar tu granito de arena para que el mundo sea mejor, te permite sumar.

3. ¿En qué proyectos colaboras? ¿Por qué esos proyectos?

Mi trabajo en Cruz Roja es ocupar los puestos como Técnica de Voluntariado, Salud y Medioambiente. Como he dicho anteriormente llevo poco tiempo, tanto en la entidad como en los puestos, por lo que no puedo tener una idea muy definida. Lo que me ha dado tiempo a reflexionar es que el puesto como técnica de voluntariado me permite tener un control y contacto transversal con todos los proyectos de la asamblea, además de ocupar un papel fundamental ya que gestiono la pieza clave de la entidad: lxs voluntarixs. En cuanto al proyecto de Salud y Medioambiente me permite gestionar esa parte de intervención y vivir la realidad de lxs usuarixs, algo que también disfruto mucho.

4. Cuéntanos alguna anécdota que te haya pasado colaborando/trabajando en **Cruz Roja**

Aún es pronto para poder destacar una anécdota en concreto, por poder decir algo, las primeras semanas me parecía que mis compañeras hablaban un cierto idioma encriptado con siglas que no conseguía entender. Después descubrí que son las famosas siglas de Cruz Roja jeje algo a lo que estoy ya acostumbrada.

5. Elige tu **ODS** preferido; ¿por qué?

Difícil tarea elegir uno, pero creo que voy a barrer hacia casa y hacía mi trabajo diario como técnica de salud y elijo el ODS3- GARANTIZAR UNA VIDA SANA Y PROMOVER EL BIENESTAR PARA TODOS EN TODAS LAS EDADES.

Lo elijo porque para mí antes la salud ya tenía importancia pero ahora que trabajo día a día con este objetivo me parece que es esencial, sin salud la vida no existe, por lo que garantizar el acceso a la salud es un derecho humano.

Cuando hablamos de salud generalmente nos solemos centrar en paliar la enfermedad, pero hay una parte generalmente olvidada que es la prevención. Precisamente Cruz Roja pone empeño en trabajar esta parte porque, trabajando la prevención desde sus proyectos de salud y la sensibilización a la población, podemos llegar a conseguir que exista menos prevalencia de enfermedad.

6. Cuéntanos algo de ti fuera de **Cruz Roja**

De pequeña montaba a caballo, hobby que me echo mucho de menos. Me encanta la psicología de las emociones y de hecho estoy formada en Inteligencia Emocional y PNL. Siempre me verás con un libro de esa temática en mi mesita de noche. Soy una mujer muy espiritual, arraigada a la naturaleza. He encontrado en el Yoga mi mejor compañero de vida para gestionar el equilibrio que tanto me cuesta en muchas ocasiones conseguir ya que soy una persona muy autoexigente.

Adoro los animales, viajar, hacer senderismo en la naturaleza y comer rico 😊

7. Tu plan perfecto de **vacaciones**

Mi plan perfecto de vacaciones sería una combinación de dos tipos de vacaciones jajaja.

Por un lado viajar a un país con una riqueza cultural muy diferente a la nuestra, me encanta nutrirme de esos contrastes y aprender de sus culturas. Por último acabar en una casita en un pueblo de Cantabria, con un prado grande verde que se escuche solo los sonidos de la naturaleza y que el mar estuviera cerca.

8. Tu **película** o tu **música** favorita

Mi película/libro favorito es Come, Reza, Ama.

Me encanta la música, me acompaña en la mayoría de mis días, últimamente escucho bastante indie.

9. Un **personaje** histórico o conocido con quien te tomarías un café

Como personaje favorito femenino me encantaría tomarme un café con Clara Campoamor y como personaje masculino, Gandhi.

10. El consejo que darías a todo el mundo para que se animen a ser voluntarixs de Cruz Roja

*El cambio empieza hacia dentro, ¡Anímate y pasa a la acción!
"Muchos pocos hacen un mucho"*