

El 'Circuito Relife' arriba a Madrid després de formar 1.750 joves contra les addiccions a substàncies i pantalles

- **CaixaBank i Fundación Relife impulsen una iniciativa dirigida a conscienciar els joves d'entre 15 i 18 anys sobre les conseqüències de les noves addiccions com xarxes socials, apostes, jocs online i videojocs, i les addiccions tradicionals com alcohol, tabac i drogues**
- **El 40% dels adolescents passa almenys quatre hores al dia connectats als seus telèfons mòbils i el 45% atribueix l'inici del consum de substàncies a problemes emocionals o familiars**
- **La jornada, a la qual ha assistit el director d'Acció Social de CaixaBank, Josep Parareda, ha comptat amb la participació de la consellera de Sanitat de la Comunitat de Madrid, Fátima Matute; de Julio Alberto Moreno, exfutbolista i fundador de Relife; del Dr. Josep Maria Fàbregas, psiquiatre especialista en addiccions; del projecte 'La meva empremta digital'; i de Cristina Llanas, delegada de l'Associació de Voluntaris de CaixaBank a Madrid**
- **El 'Circuit Relife' ja s'ha celebrat a Saragossa, Tarragona, Sevilla, Barcelona i Valladolid, i també l'acolliran aquest curs acadèmic Palma, Tenerife, Lleida i Toledo**

Madrid, 8 d'abril del 2025

CaixaBank i la Fundació Relife han organitzat aquest dimarts a CaixaForum Madrid la sisena jornada del 'Circuit Relife', un cicle formatiu dirigit a prevenir l'entrada de joves estudiants d'entre 15 i 18 anys en noves addiccions com xarxes socials, apostes, jocs online i videojocs, així com en addiccions tradicionals com alcohol, tabac i drogues.

El programa, que ha format ja 1.750 joves i arribarà a un total de 3.500 joves de deu províncies durant aquest curs acadèmic, té com a objectiu educar i debatre sobre què són les addiccions, com evitar-les i, en cas d'estar travessant un procés, a qui es pot demanar ajuda i com superar-les.

El 'Circuito Relife' té com a ponent habitual l'exfutbolista i fundador de Fundació Relife, Julio Alberto Moreno, qui ha compartit la seva experiència personal sobre la lluita contra les addiccions i ha ofert eines per afrontar-les.

La jornada ha estat inaugurada per la consellera de Sanitat de la Comunitat de Madrid, Fátima Matute, i ha comptat amb la participació del psiquiatre especialista en addiccions, Josep Maria Fàbregas, i amb Cristina Llanas, delegada de l'Associació de Voluntaris de CaixaBank a Madrid, que ha instat els joves a sumar-se al Voluntariat CaixaBank per fomentar la responsabilitat social i el suport entre iguals.

Durant la sessió, 'La meva empremta Digital', una iniciativa de l'empresa Youforget.me, ha impulsat un taller titulat 'Benestar i Protecció Digital. Qui sóc a Internet?'. Els joves han après a reconèixer la seva empremta digital, reflexionar sobre com els afecta emocionalment i obtenir eines per prevenir riscos com el ciberassetjament, el *grooming* o el *sexting*. Tot i que en una escala de l'1 al 5 valoren en 3,5 que l'ús del mòbil afecta el seu benestar mental, el 40% dels adolescents passen almenys quatre hores connectats als seus telèfons mòbils diàriament i el 45% atribueix l'inici del consum de substàncies a problemes emocionals o familiars.

Julio Alberto Moreno ha subratllat que el propòsit de Relife és "posar les addiccions i els seus perills en el debat públic" i ha insistit en la necessitat de fer un esforç conjunt entre administracions, organitzacions i centres educatius. "Volem apropar als joves informació clara i real sobre les conseqüències de les seves decisions perquè adquireixin habilitats que els ajudin a dir no", ha destacat.

Les enquestes realitzades en finalitzar la jornada reflecteixen que un 20% dels assistents no serien capaços de demanar ajuda si patissin un problema d'addicció, mentre que més del 70% considera necessària una assignatura que reforci les seves habilitats socials i els seus hàbits saludables.

En la jornada, també, ha estat present el director d'Acció Social de CaixaBank, Josep Parareda. "Per a nosaltres és fonamental estar prop de les persones, també dels nostres joves, i creiem en el caràcter absolutament transformador d'aquest programa que ofega en dues claus que considerem essencials: la prevenció i treballar la conscienciació". "Creiem que els projectes de sensibilització ajuden a modificar conductes mitjançant l'ús d'eines educatives que fomenten la presa de decisions informades i promouen hàbits saludables. I nosaltres, en aquesta matèria, tenim molt a dir amb la nostra plataforma de Voluntariat oberta per a tothom", ha apuntat.

El 'Circuit Relife' va iniciar la seva andadura a Saragossa i, després del seu pas per Tarragona, Sevilla, Barcelona i Valladolid, arriba a Madrid per continuar a Palma, Tenerife, Lleida i Toledo.

El programa compta amb la col·laboració de la Fundació "la Caixa", la Fundació del FC Barcelona, Immunokids, Youforget.me a través de la seva iniciativa 'Mi Huella Digital', Diario

Sport, Viceroy, Volkswagen Retail Group España i l'Asociación de Directivos Deportivos d'Espanya (ADDE).

Sobre l'Acció Social de CaixaBank

CaixaBank és una entitat amb una vocació profundament social, a més d'un referent en banca socialment responsable. La seva actitud de servei envers els seus clients i tota la societat en general es veu reflectida en l'impuls de programes d'acció social i en el foment del voluntariat, com a via per donar resposta als reptes que demanda la societat.

Des d'Acció Social CaixaBank es promouen iniciatives, activitats i campanyes solidàries, algunes en col·laboració amb la Fundació "la Caixa". Gràcies a la seva presència a tot el territori, la seva xarxa d'oficines, la més gran d'Espanya, pot detectar les necessitats locals i ajudar des de la rodalia, així com donar suport a la Fundació "la Caixa" en la canalització de les ajudes econòmiques a les entitats socials. A més, a través de l'activitat financera, l'entitat ofereix serveis i solucions per a tot tipus de persones.

D'altra banda, l'actuació responsable de CaixaBank ha estat reconeguda pels principals organismes internacionals. El Dow Jones Sustainability Index la situa entre els millors bancs mundials en termes de sostenibilitat i l'organització internacional CDP la inclou com a empresa líder contra el canvi climàtic.

Sobre la Fundació Relife

Relife és la marca-fundació creada l'any 2023 per l'exfutbolista de FC Barcelona, Atlético de Madrid i selecció espanyola Julio Alberto Moreno per recuperar les vides de les persones que han caigut en alguna addicció i per treballar en aquests casos. A través de programes educatius, formatius, de prevenció i d'ajuda, la fundació treballa com a altaveu per conscienciar joves i majors d'aquesta problemàtica.