



www.bicisolidaria.es

PROYECTO :

“ De MURCIA a GETXO ”

**“UNIDOS CONTRA EL
PARKINSON”**



UNIDOS CONTRA
EL PARKINSON



www.bicisolidaria.es

CARTA PRESENTACION

BICISOLIDARIA



www.bicisolidaria.es

La **Asociación Ciclista Bicisolidaria** va a emprender un nuevo viaje en favor de los afectados por el mal de Parkinson. Esta enfermedad neurodegenerativa, progresiva e invalidante que afecta en España a más de 150.000 personas es, desde hace ya cuatro años, el objetivo solidario de esta asociación ciclista.

Una enfermedad muy difícil de detectar por gran parte de la sociedad y todavía, una gran desconocida. Desde el año 2.006 llevamos realizando viajes en bicicleta por toda España. En ellos portamos el mensaje de ayuda y reconocimiento que se merece este colectivo de personas.

De Teruel a Murcia (2006), de Murcia a Santiago de Compostela (2007) y de Murcia a Madrid (2008) han sido nuestros principales proyectos. Este año vamos a realizar el trayecto de Aljucer (Murcia) a Getxo (Bizkaia) con algo **más de 1.200 kilómetros de recorrido** durante 11 días de ruta.

Nos vamos a acercar a ellos para que sientan que no están solos, **que estamos con ellos**, y para llevarles el mensaje de unidad que, después de varios años de intento, hemos conseguido entre todos. El slogan que vamos a lucir durante el viaje va a ser el que todos deseábamos y por el que hemos luchado todo este tiempo :

“UNIDOS CONTRA EL PARKINSON”

La constancia que hemos mantenido nos ha llevado a conseguir varios reconocimientos públicos. El año 2.008 ha sido la confirmación para nuestra Asociación Ciclista. Hemos sido galardonados como **Asociación Deportiva y Solidaria del Año**, como **entidad colaboradora con el Parkinson (U.C.P.) a nivel internacional**, invitados a **Jornadas Nacionales de Parkinson**, invitados a la **Feria Internacional de la Salud FISALUD**, incluidos en los portales Web más importantes sobre la enfermedad de Parkinson y nuestras rutas de cada año son tratadas a nivel informativo como **Ruta tradicional por el Parkinson**.

Hemos transmitido confianza y por ello y por ellos queremos seguir trabajando y colaborando por el Parkinson. Lo que hemos conseguido no queremos que se deshaga y vamos a continuar colaborando y “pedaleando”

Queremos “enganchar” a muchas personas e implicarlas en nuestro proyecto. Un proyecto que necesita la ayuda y la colaboración de todos. Un proyecto para sentir de verdad y en donde siempre los afectados por el **Mal de Parkinson** son los verdaderos protagonistas.

Tenemos una cuenta corriente en Cajamar por si quiere ayudarnos económicamente para poder llevar a cabo este viaje. Es la **3058 0295 11 2720032907**.

Le invitamos a que nos visite y nos conozca en nuestra página Web. Aquí está toda la historia de nuestra asociación. Videos, fotografías y documentos que dan vida a **Bicisolidaria**.

Muchas Gracias. Asociación Ciclista Bicisolidaria. Aljucer (Murcia) – 2.009



www.bicisolidaria.es

PROYECTO

DE MURCIA A GETXO

UNIDOS **C**ONTRA EL **P**ARKINSON

Julio/09



www.bicisolidaria.es

1. DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD.

Realización de la ruta de Aljucer (Murcia) a Getxo (Bizkaia) en bicicleta de montaña, sin ningún tipo de vehículo de apoyo, con la finalidad de informar, sensibilizar y concienciar a la sociedad para ayudar al colectivo de personas que padecen la enfermedad de Parkinson.

El viaje solidario se llama :

**De MURCIA a GETXO,
¡ UNIDOS CONTRA EL PARKINSON !**

2. ANÁLISIS DE LA REALIDAD.

La enfermedad de Parkinson es una enfermedad neurodegenerativa, progresiva e invalidante que afecta en España a más de 150.000 personas. Es una enfermedad que dada sus especiales características es difícil de detectar por la mayoría de la sociedad y por tanto es bastante desconocida.

La enfermedad de Parkinson está muy necesitada de ser reconocida y conocida por todos, y que esté cubierta en sus aspectos fundamentales; **el aspecto social y el sanitario.**

3. FUNDAMENTACION. JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD.

La necesidad de realizar el viaje “De MURCIA a GETXO, ¡ Unidos contra el Parkinson !” es fundamentalmente que se le de, a la enfermedad de Parkinson y a sus afectados, la importancia, el respeto y la consideración que estas personas se merecen.

Este fundamento lo hemos ido experimentando a través de nuestra relación con afectados y el apoyo incondicional de familiares y amigos a través de nuestros anteriores viajes.



www.bicisolidaria.es

La justificación de realizar este nuevo viaje es :

- Por la necesidad de los afectados del mal de Parkinson de ser oídos y escuchados.
- Por la necesidad de comprensión y rehabilitación.
- Por la necesidad de conocer sus “**barreras arquitectónicas**” muy difíciles de detectar y, sobretodo, de comprender por gran parte de la sociedad.
- Por la necesidad de concienciar a la sociedad de los problemas y del día a día de este colectivo de personas.
- Por la necesidad de conocer en primera persona su problemática
- Por la necesidad de acercarnos a ellos para escuchar sus necesidades.
- Por la necesidad de transmitir e informar en los medios de comunicación nuestra actividad y nuestro mensaje.

4. **OBJETIVOS GENERALES.**

El objetivo marcado por “**De MURCIA a GEXTO, UNIDOS CONTRA EL PARKINSON !**” es fundamentalmente el de dar a conocer los problemas reales de los afectados. Queremos llegar más cerca de la sociedad y llamar su atención de la manera que mejor sabemos hacer, pedaleando.

5. **OBJETIVOS ESPECIFICOS.**

- Conseguir una mayor concienciación social acerca de la enfermedad de Parkinson.
- Recaudar fondos económicos.
- Lectura de testimonios reales de afectados para que otros conozcan su situación personal.
- Unión entre asociaciones de Parkinson para luchar todos en un mismo frente.
- Mostrar y demostrar que los afectados de Parkinson son los verdaderos protagonistas en esta aventura.



www.bicisolidaria.es

- Potenciar el lema de **UNIDOS CONTRA EL PARKINSON** como si fuéramos una sola voz.

6. DESTINATARIOS.

a. *Destinatarios.*

Nos dirigimos a todos los afectados de la enfermedad de Parkinson. Queremos que con nuestro esfuerzo sientan que no están solos y que sirva para un acercamiento de toda la sociedad hacia ellos.

b. *Participantes.*

Participamos dos miembros de la **Asociación Ciclista BICISOLIDARIA** que pedalearemos desde Aljucer (Murcia) hasta Getxo (Bizkaia) durante 11 días.

Tendremos la indiscutible ayuda de un amplio colectivo de afectados que darán cobertura informativa diaria a nuestro viaje.

7. METODOLOGÍA.

“De MURCIA a GETXO ¡ UNIDOS contra el Parkinson !” es un proyecto activo, dinámico, participativo y solidario.

- Es activo porque todos los miembros de la **Asociación ciclista BICISOLIDARIA** vamos a trabajar en el proyecto con mucha ilusión y entrega.
- Es dinámico porque va a mover a muchas personas que van a ayudar en su logística para llevarla a buen término.
- Es solidario porque va con la idea de ayudar a los afectados por la enfermedad de Parkinson a través de nuestro viaje.
- Es participativo porque diversas asociaciones de Parkinson de España van ayudarnos y participar como si fueran una sola.



www.bicisolidaria.es

8. CONTENIDOS. ACTIVIDADES A REALIZAR.

Esta aventura está compuesta por varios apartados o actividades a desarrollar.

1. Realización del proyecto para presentar la aventura ante medios de información, entidades públicas y privadas y asociaciones de Parkinson.
2. Confeccionar una ruta de viaje exhaustiva desde Aljucer (Murcia) hasta Getxo (Bizkaia) en 11 etapas.
3. Preparación física de los miembros de la Asociación ciclista que van a realizar la aventura. Entrenamientos técnicos y específicos para afrontar esta dura ruta con garantías de éxito.
4. Preparación detallada del material necesario para realizar este viaje.
5. Recopilar documentos (dossier, trípticos, etc) acerca de lo que es el Parkinson para acercarlos a las personas que nos encontremos a nuestro paso.
6. Contactar personalmente con miembros de distintas Asociaciones de Parkinson para conseguir su colaboración y participación para que este proyecto sea lo más preciso posible para un total acercamiento a ellos.
7. Confeccionar camisetas, pósters, pins, etc. para conseguir medios económicos y publicitarios y aplicar estos fondos a la realización del proyecto y a ayudar a distintas asociaciones de Parkinson.
8. Acercamiento día a día a los afectados y difusión de nuestro viaje y sus motivos.
9. Contactar con medios de comunicación de toda España para que conozcan nuestro viaje y que sigan diariamente nuestra ruta.
10. Mantenimiento diario de nuestra página Web para un perfecto conocimiento de la preparación de nuestro viaje y también, ya en ruta, con



www.bicisolidaria.es

la inclusión al final de cada etapa de un documento - resumen y de material visual (fotografías, videos, etc.)

11. Regreso de la expedición a Murcia y elaboración detallada y minuciosa de un libro y material audiovisual.

9. TEMPORALIZACION. CALENDARIO.

“De MURCIA a GETXO, ¡ UNIDOS CONTRA EL PARKINSON !” comenzará su andadura el próximo día 04 de Julio de 2.009. Serán 11 etapas desde Aljucer (Murcia) hasta Getxo (Bizkaia) que realizaremos diariamente.

Tenemos previsto llegar a Getxo el próximo día 14 de Julio de 2.009. El horario de salida de cada una de las etapas será aproximadamente a las 7 de la mañana, y durarán entre 7 y 8 horas cada una con unas distancias medias de 100 kilómetros diarios.

El rutómetro diseñado es el siguiente :

ET.	DÍA	INICIO	LLEGADA	KMS.
1.	04-07-09	MURCIA	JUMILLA	86,00
2.	05-07-09	JUMILLA	ALBACETE	105,00
3.	06-07-09	ALBACETE	MOTILLA DEL PALANCAR	99,00
4.	07-07-09	MOTILLA DEL PALANCAR	CUENCA	67,00
5.	08-07-09	CUENCA	FRIAS DE ALBARRACIN	102,00
6.	09-07-09	FRIAS DE ALBARRACIN	DAROCA	136,00
7.	10-07-09	DAROCA	ZARAGOZA	88,00
8.	11-07-09	ZARAGOZA	TUDELA	83,00
9.	12-07-09	TUDELA	LOGROÑO	96,00
10.	13-07-09	LOGROÑO	VITORIA	128,00
11.	14-07-09	VITORIA	GETXO	84,00
TOTAL ...				1.074,00



www.bicisolidaria.es

10. LUGAR DE REALIZACIÓN

Realizaremos toda la preparación logística y organizativa de “De MURCIA a GETXO, ¡UNIDOS CONTRA EL PARKINSON !”, desde el domicilio social de la Asociación. :

Asociación Ciclista Bicisolidaria
C/. Francisco Egea Aroca, 19.
30.152 - Aljucer (Murcia).

11. RECURSOS HUMANOS.

“De MURCIA a GETXO, ¡ UNIDOS CONTRA EL PARKINSON !” cuenta con el apoyo de todos los miembros de la **Asociación Ciclista BICISOLIDARIA**, así como de distintas asociaciones de Parkinson.

Colaborarán con nosotros en la logística del viaje en el cual tendrán especial importancia las diversas recepciones en nuestros finales de etapa, en las Asociaciones de Parkinson por donde pasemos desde Murcia hasta Getxo y por supuesto la cobertura informativa que deseamos que esta aventura tenga (radio, prensa, televisión, etc), y las visitas a organismos públicos (Ayuntamientos, Conserjerías, etc.)

12. RECURSOS MATERIALES.

La Asociación Ciclista Bicisolidaria cuenta con recursos materiales que poco a poco ha ido adquiriendo según las necesidades de cada viaje solidario.

Vamos a realizar todo el trayecto en nuestras bicicletas de montaña cargadas con alforjas con el material necesario para viajar durante 11 días de ruta. No llevaremos ningún tipo de vehículo de apoyo durante todo el trayecto por lo que todo el material necesario lo tendremos que soportar diariamente sobre nuestras bicicletas. Lógicamente esto hace que el viaje sea aún más duro.



www.bicisolidaria.es

Los recursos materiales por conseguir para cumplir con el mejor objetivo de este viaje solidario son los siguientes :

- **Material inventariable** : Ropa ciclista, Ordenador portátil, GPS, Conexión 3G, cámara de video, etc.
- **Desplazamientos** : Vehículo de alquiler para el viaje de regreso de Getxo a Murcia para 2 personas.
- **Manutención** : Gastos de hospedaje y de comida para 2 personas durante 12 días.
- **Otros** : Cubiertas, cámaras, herramientas, medicinas, material informativo (imprimación maillots, camisetas, pins, dossier, póster, trípticos, banderas, etc.)

13. RECURSOS ECONOMICOS. PRESUPUESTO.

GASTOS :

- Manutención y Alojamiento : **1.500,00 euros.**
- Desplazamientos (Coche regreso + combustible) : **300,00 euros.**
- Publicidad y difusión (Ropa) : **250,00 euros.**
- Material Inventariable GPS, Ordenador, Conexión Telefónica y cámara de video portátil: **800,00 euros.**
- Imprevistos : **150,00 euros.**

Total de gastos : 3.000,00 euros.

Fdo. Ricardo López Rubio.
Presidente.
Teléfono : 619 -48 52 63
E-Mail : ricardo.lopez@bicisolidaria.es

José Matas Abellán
Vicepresidente
Teléfono : 666 -21 19 72
E-Mail : jose.matas@bicisolidaria.es



www.bicisolidaria.es

**DATOS
MIEMBROS
ASOCIACION
CICLISTA
BICISOLIDARIA**



www.bicisolidaria.es

Ricardo López Rubio
C/. Francisco Egea Aroca, 19
30.152 – Aljucer (Murcia)
E-mail : ricardo.lopez@bicisolidaria.es
Teléfono : 619 – 48 52 63

José Matas Abellán
Barrio de la Victoria
30.152 – Aljucer (Murcia)
E-mail : jose.matas@bicisolidaria.es
Teléfono : 666 – 21 19 72

Cuenta Solidaria

Titular : Asociación Ciclista BICISOLIDARIA
Entidad Bancaria : CAJAMAR

3058 0295 11 2720032907