



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



# **PROYECTO VIAJE**

**“V Viaje Solidario”**

**“Desde ALJUCER (Murcia)**

**a**

**LLORET DE MAR (Gerona)”**

**“TODOS JUNTOS UNIDOS  
CONTRA EL PARKINSON”**

---



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



## 1. DESCRIPCION DE LA ACTIVIDAD.

Realización de la ruta de **Aljucer (Murcia) a Lloret de Mar (Gerona)** 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 ALJUCER (Murcia) a LLORET DE MAR (Gerona),  
¡TODOS JUNTOS 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 dadas sus especiales características es muy 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:

- ✓ **SOCIAL.**
- ✓ **SANITARIO.**



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



### 3. **FUNDAMENTACION. JUSTIFICACIÓN DE LA NECESIDAD.**

La necesidad de realizar el viaje “**De ALJUCER a LLORET DE MAR, ¡Todos juntos Unidos contra el Parkinson!**” es fundamentalmente que se le de, a la enfermedad de Parkinson, a sus afectados y a sus familiares, la importancia, el respeto y la consideración que todas estas personas se merecen.

Todo esto lo hemos ido experimentando a través de nuestra relación con afectados y el apoyo incondicional de nuestros familiares y amigos tras el éxito de nuestros anteriores viajes.

La justificación de realizar este nuevo evento solidario es:

- Por la necesidad de los afectados de Parkinson de acercarnos a ellos y ser oídos y sobretodo escuchados.
- Por la necesidad de conocer su “**problemática diaria**” muy difícil 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 darles información a pacientes y familiares.
- 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 LLORET DE MAR, ¡Todos juntos 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 hacerlo, pedaleando, y siempre colaborando en conjunción con las Asociaciones de Parkinson y las administraciones publicas.



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



## 5. OBJETIVOS ESPECIFICOS.

- Conseguir una mayor concienciación social acerca de la enfermedad de Parkinson.
- Reconocimiento de la enfermedad de Parkinson como enfermedad neurodegenerativa, progresiva e invalidante que cada vez afecta a más personas y con un perfil de edad cada vez más joven.
- Lectura de testimonios de vida reales de afectados para que otras personas, afectadas o no, conozcan su situación personal.
- Unidad entre todas las Asociaciones de Parkinson para luchar todos en un mismo frente con más fuerza y empuje.
- Mostrar y demostrar que todos los afectados de Parkinson son los verdaderos protagonistas en este nuevo reto solidario.
- Potenciar el lema de **“TODOS JUNTOS UNIDOS CONTRA EL PARKINSON”** como si fuéramos toda una sola voz.

## 6. DESTINATARIOS.

### a. Destinatarios.

Nos dirigimos, en primer lugar, a todos los afectados de la enfermedad de Parkinson en general.

Queremos que con nuestro esfuerzo sientan que no están solos y que sirva para un acercamiento de toda la sociedad hacia ellos.

Nos dirigimos también a las administraciones públicas, cuya participación en el desarrollo de políticas de apoyo a los afectados y las familias **es indispensable.**



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



### **b. Participantes.**

Participamos dos miembros de la **Asociación Ciclista BICISOLIDARIA** que pedalearemos desde Aljucer (Murcia) hasta Lloret de Mar (Gerona) durante 12 días e invirtiendo **más de 1.000 kilómetros de recorrido**, y con la participación, la colaboración y solidaridad de los vecinos, las asociaciones e instituciones de las ciudades que encontraremos a nuestro su paso.

Tendremos la inestimable ayuda de un amplio colectivo de personas afectadas por la enfermedad de Parkinson que darán cobertura informativa diaria a nuestro viaje y también con la participación **de acompañamiento** de toda persona, que con su bicicleta, desee pedalear junto a nosotros en las diferentes etapas de nuestro viaje solidario.

## **7. METODOLOGÍA.**

“De MURCIA a LLORET DE MAR, ¡Todos juntos 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 este nuevo proyecto con mucha ilusión y entrega.
- Es dinámico porque va a mover a muchas personas, asociaciones de Parkinson, medios de comunicación, entidades públicas y privadas que van a ayudar en la logística para poder realizarlo.
- 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 muchas asociaciones de Parkinson de España van a colaborar, ayudar y participar como si fueran una sola.



[www.bicisolidaria.es](http://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 ruta solidaria a las asociaciones de Parkinson, medios de comunicación y entidades públicas y privadas.
2. Confeccionar una ruta de viaje exhaustiva desde Aljucer (Murcia) hasta Lloret de Mar (Gerona) en 12 etapas.
3. Preparación física de los miembros de la Asociación Ciclista Bicisolidaria que van a realizar la aventura. Entrenamientos técnicos y específicos para afrontar esta dura ruta con total garantía de éxito.
4. Preparación detallada del material necesario para realizar este viaje.
5. Recoger documentos (dossier, trípticos, etc.) en distintas asociaciones de Parkinson acerca de lo que es la enfermedad de 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 quinto proyecto solidario 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.
8. Acercamiento diario a los afectados y difusión de nuestro viaje y sus motivos para que nos aporten sus experiencias.
9. Contactar con medios de comunicación de toda España para que conozcan nuestro viaje y que sigan diariamente nuestra ruta.



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



10. Mantenimiento diario de nuestra página Web ([www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)) para un perfecto conocimiento de la preparación de nuestro viaje y también, ya en ruta, con 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 LLORET DE MAR, ¡Todos juntos Unidos contra el Parkinson!” comenzará su andadura el próximo día 30 de Junio de 2.010 a las 09'00 horas.

Serán 12 etapas desde Aljucer (Murcia) hasta Lloret de Mar (Gerona) que realizaremos diariamente.

Tenemos previsto llegar a Lloret de Mar el próximo día 11 de Julio de 2.010. El horario de salida de cada una de las etapas será aproximadamente a las 9 de la mañana, ajustándonos siempre a las actividades organizadas, tanto en puntos intermedios de las etapas como al final de ellas.

## 10. RUTA DEL VIAJE.

El rutómetro se ha elaborado siguiendo varias directrices:

- ✓ Distancia media entre poblaciones en cada etapa de unos 100,00 kms.
- ✓ Elección de puntos de destino donde hay asociación de Parkinson, si es posible.
- ✓ Marcha de la ruta por carreteras de segundo orden por motivos de seguridad.

A partir de estas directrices, el rutómetro diseñado es el siguiente :



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



## EL RUTÓMETRO

	ETAPA Y DIA	DESDE	HASTA	KILOMETROS
1	mie, 30 de junio	Aljucer (Murcia)	Caravaca de la Cruz	90,00 Kms.
2	jue, 01 de julio	Caravaca de la Cruz	Novelda	122,00 Kms.
3	vie, 02 de julio	Novelda	Almansa	87,00 Kms.
4	sáb, 03 de julio	Almansa	La Roda	129,00 Kms.
5	dom, 04 de julio	La Roda	Utiel	105,00 Kms.
6	lun, 05 de julio	Utiel	Valencia	92,00 Kms.
7	mar, 06 de julio	Valencia	Castellón	70,00 Kms.
8	mié, 07 de julio	Castellón	Tortosa	121,00 Kms.
9	jue, 08 de julio	Tortosa	Tarragona	100,00 Kms.
10	vie, 09 de julio	Tarragona	Barcelona	94,00 Kms.
11	sáb, 10 de julio	Sant Cugat del Valles	Blanes	73,00 Kms.
12	dom, 11 de julio	Blanes	Lloret de Mar	7,00 Kms.
<b>TOTAL KILOMETROS A REALIZAR ...</b>				<b>1.090,00 Kms.</b>



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



## 11. LUGAR DE REALIZACIÓN

Realizaremos toda la preparación logística y organizativa de “De MURCIA a LLORET DE MAR, ¡Todos juntos Unidos contra el Parkinson!”, desde el domicilio social de la Asociación. :

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

y, naturalmente, trabajaremos conjuntamente con los responsables de ACAPBLANES, UCP y todas aquellas asociaciones de Parkinson y entidades públicas que se interesen en este proyecto.

## 12. RECURSOS HUMANOS.

“De MURCIA a LLORET DE MAR, ¡Todos juntos Unidos contra el Parkinson!” cuenta con el apoyo de todos los miembros de la **Asociación Ciclista BICISOLIDARIA**, así como de distintas asociaciones de Parkinson y con el soporte directo del barco “DESCANSO SOLIDARIO” del Ayuntamiento de Lloret de Mar en las distintas etapas con puerto de mar.

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 Lloret de Mar y por supuesto la cobertura informativa que deseamos que esta aventura tenga (radio, prensa, televisión, etc.), y las visitas a organismos públicos (Ayuntamientos, Consejerías, etc.)



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



### 13. RECURSOS MATERIALES.

La Asociación Ciclista Bicisolidaria cuenta con recursos materiales que poco a poco ha ido adquiriendo.

Vamos a realizar todo el trayecto en nuestras bicicletas de montaña cargadas con alforjas con el material necesario para viajar durante 12 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.

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

- **Material inventariable:** Ropa ciclista, conexión 3G, cámara fotográfica y cámara de video.
- **Desplazamientos:** Vehículo de alquiler para el viaje de regreso de Lloret de Mar a Murcia para 6 personas, las bicicletas y el equipaje.
- **Manutención:** Gastos de hospedaje y de comida para 6 personas durante 12 días.
- **Seguro:** Contratación del seguro que cubra las distintas incidencias de viaje, (Todo incluido para dos personas y coche así como RPC.) inicio y fin seguro (0h del 30 de junio a 24h 12 de julio 2010)
- **Otros:** Cubiertas, cámaras, herramientas, medicinas, material informativo (imprimación maillots, camisetas, pins, dossier, póster, trípticos, banderas, etc.)



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



#### 14. RECURSOS ECONOMICOS. PRESUPUESTO.

##### GASTOS:

CONCEPTO	IMPORTE
Manutención y Alojamiento	3.100,00 euros.
Desplazamientos (Coche regreso + combustible)	670,00 euros.
Publicidad y difusión (Pósters, etc.)	500,00 euros.
Conexión ADSL y cámara fotográfica y de video	725,00 euros.
Contratación seguro viaje todo riesgo	2.000,00 euros.
Imprevistos 5%	350,00 euros.
<b>TOTAL GASTOS PRESUPUESTADOS ...</b>	<b>7.345,00 EUROS.</b>

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

José Matas Abellán  
Vicepresidente  
Teléfono : 666 -21 19 72  
E-Mail : [jose.matas@bicisolidaria.es](mailto:jose.matas@bicisolidaria.es)



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



# DATOS MIEMBROS ASOCIACIÓN CICLISTA BICISOLIDARIA



[www.bicisolidaria.es](http://www.bicisolidaria.es)



Ricardo López Rubio  
C/. Francisco Egea Aroca, 19  
30.152 – Aljucer (Murcia)  
E-mail : [ricardo.lopez@bicisolidaria.es](mailto: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](mailto:jose.matas@bicisolidaria.es)  
Teléfono : 666 – 21 19 72.

## Cuenta Solidaria

**Titular** : Asociación Ciclista BICISOLIDARIA  
**Entidad Bancaria** : CAJAMAR

**3058 0295 11 2720032907**