

# GUÍA PARA ORGANIZAR TU PROPIO EVENTO SOLIDARIO



*¡En apoyo a la investigación de la Esclerosis Múltiple!*



# ¡HOLA!

Si estás leyendo esto, muy probablemente te haya entrado curiosidad por saber cómo podrías tú mism@ organizar un evento en favor de la investigación de la Esclerosis Múltiple. Pues bien, tenemos una buena noticia: SIEMPRE hay algo que tú puedes hacer. Existen muchos tipos de eventos, unos más complejos de organizar, y otros muy sencillos y al alcance de todo el mundo.

Antes de comenzar, nos gustaría darte las **GRACIAS**. A través de tu iniciativa estarás ayudando a que otras personas conozcan la enfermedad y a que comprendan lo importante que es que sumemos fuerzas para que la investigación de la EM avance más rápido que nunca...

**¡Juntos, llegaremos más lejos!**

## ÍNDICE

TEN EN CUENTA...	2
ALGUNAS IDEAS	5
COMUNICANDO TU EVENTO	6
LA RECAUDACIÓN DE FONDOS	8
DURANTE EL EVENTO/ DESPUÉS DEL EVENTO	10
INFORMACIÓN BÁSICA	11
SOBRE EME	12

**Aviso:** Todas las imágenes incluidas en la guía han sido publicadas con permiso de los organizadores de los eventos.

Guía publicada en abril de 2016 por Esclerosis Múltiple España.

## TEN EN CUENTA...

El tipo de evento que decidas organizar dependerá de muchos factores: el tiempo del que dispongas para su organización, los apoyos con los que cuentes, el número de personas a las que quieras movilizar... Pero el único límite sobre la temática de tu evento lo marca tu imaginación... ¡Las posibilidades son infinitas!

A la hora de decidir qué evento quieres hacer, conviene tener en cuenta...

- ▶ **Los objetivos:** Si el objetivo de tu evento es recaudar fondos para la investigación de la Esclerosis Múltiple, este debe mantenerse siempre como foco principal... ¡no olvides explicarlo claramente en todas tus comunicaciones! Por otra parte, es muy importante que tampoco pierdas de vista el otro objetivo: ¡DISFRUTAR DEL DÍA! Será un día memorable, cargado de emoción, que no olvidarás jamás. Vívelo al máximo ;)

*"No hace falta montar un evento a lo grande, mientras el mensaje llegue a la gente. ¡Eso es lo importante!" – Karly*

- ▶ **Recursos humanos (¡buscando aliados!):** ¿Vas a organizar el evento tú sol@, o alguien más va a participar? ¿Puedes involucrar al Ayuntamiento o a alguna organización local? Si vas a organizar un evento relacionado con el deporte, ¿tal vez quiera ayudarte alguna asociación o centro deportivo? Ten en cuenta que, muy probablemente, necesitarás apoyo durante el propio día del evento: hacerte con unas cuantas personas voluntarias para ayudarte durante ese día te permitirá tener un mayor control sobre todo lo que suceda, y poder disfrutar más del evento. ¡No te olvides de explicarles bien cuál es su papel!



*Desayuno solidario, por Alba y la UEM*

- ▶ **Recursos económicos:** Con un poco de habilidad, y también algo de suerte, conseguirás que algunos comercios patrocinen tu evento, y te ofrezcan algunos recursos necesarios para su desarrollo. No obstante, es probable que aun así, sea necesario que adquieras algunas cosas por tu cuenta (alquiler de equipos, transporte, alimentación...).

Es muy importante por tanto que valores los **COSTES** que puede suponer tu evento, para que los tengas en cuenta al pensar cuál o cuáles serán las fuentes de **INGRESOS**: el precio de las entradas, la venta de camisetas, la venta de participaciones de un sorteo...

👁 **Siempre es buena idea valorar los costes “por lo alto”, y reservar algo de presupuesto para el último momento... ¡siempre puede surgir algún imprevisto!**

- ▶ **Recursos materiales:** ¿Qué elementos crees que necesitarás antes, durante, y después de la jornada? ¿Quizás necesites carteles y folletos para promocionarlo? ¿Un sistema de megafonía para comunicarte durante el evento? ¿Mesas y sillas? ¿Material informativo? ¿Algo de avituallamiento para un evento deportivo, o catering para el grupo de tu concierto?



- ▶ **Fecha:** Dependiendo la dimensi3n del evento, es importante elegir la fecha con suficiente anterioridad. Mientras que una merienda se puede organizar de una semana para la siguiente, para organizar una carrera deberías contar con al menos 3 3 4 meses.

*"Si vas a contar con apoyo externo, como la cesión de un local o participación de algún grupo de música o algún personaje famoso, es básico organizarlo con tiempo para posibles 'noes' y tener margen de actuación." - Inés*

Además, debes ser muy cauto a la hora de seleccionar la fecha: quizás una maratón en pleno mes de agosto no sea la mejor idea por el calor; y organizar un concierto un lunes por la noche atraerá a menos personas que si es un fin de semana.

- 👁️ Haz lo posible para que tu evento no coincida con otra celebración o evento especial, como un partido de fútbol importante o un gran concierto.



- ▶️ **Lugar:** Otro elemento imprescindible a tener en cuenta es el espacio. Si estás pensando en un evento un espacio público, es muy probable que necesites solicitar permisos a la administración local.

Por otra parte... ¿quieres organizar una clase de 'batuka' o una maratón de spinning? Tal vez puedas conseguir que algún centro deportivo te ceda sus instalaciones. ¿Estabas pensando en una cena benéfica? Quizás algún restaurante local quiera participar.

... **A tener en cuenta:** Para algunos tipos de eventos, tales como los deportivos, es probable que necesites permisos especiales y/o contratar algún tipo de seguro para los participantes. ¡Infórmate bien!

# ¡ALGUNAS IDEAS!

- ▶ **Cena solidaria:** Prepara una cena casera e invita a tu familia o a tus amigos. A cambio, puedes pedirles que contribuyan con la investigación con una cantidad simbólica (por ejemplo, 10€). Durante la cena, podrías dedicar unos minutos a explicarles qué es la Esclerosis Múltiple, y por qué apoyar la investigación es tan importante.
  - 👁 Si no quieres complicarte demasiado, podrías hacer una cena de "picoteo", mucho más amena y fácil de preparar ;)
- ▶ **Rifa benéfica:** ¿Quizás puedas conseguir que algún comercio de tu barrio done un regalo para tu rifa? A cambio, podrías poner su nombre o marca en las papeletas, y así todos sabrán que es un comercio solidario.
  - 👁 ¡Quizás puedas conseguir también su apoyo a la hora de vender las papeletas!
- ▶ **Carrera solidaria:** Infórmate en tu administración sobre qué espacios podrías utilizar para realizar tu evento deportivo, y qué requisitos tienes que cumplir para que te lo cedan. ¿Prefieres un ambiente más urbano o mejor que discurra por la naturaleza? Además, tienes que tener muy en cuenta qué tipo de personas quieres que participen: ¿va a ser una prueba dura para gente experta en esa disciplina? ¿o prefieres una prueba más ligera, y un ambiente más familiar?



- 👁 Quizás puedas convencer a alguna persona famosa o algún representante local para que participe en tu evento, ¡así lograrás más visibilidad!

\*¡Inspírate con eventos que ya se han celebrado en [www.esclerosismultiple.com/eventos/](http://www.esclerosismultiple.com/eventos/)!

# COMUNICANDO TU EVENTO

El objetivo es conseguir que participe el mayor número de personas posible – hasta cubrir el aforo o cupo que hayas establecido para tu evento-. Para ello, es muy importante que lo comuniques a través de todos los canales que tengas a tu disposición.

Hoy en día tenemos la suerte de disponer de muchas herramientas gratuitas a nuestro alcance a través de las que podemos conseguir llegar verdaderamente lejos, ¡utilízalas todas!

▶ **Correo electrónico:** Envía un email a todos tus contactos, y al final del correo pídeles que se lo reenvíen a otras personas que conozcan que puedan estar interesadas.

▶ **Redes sociales:**



**Whatsapp:** Si utilizas Whatsapp u otro servicio de mensajería instantánea, no dudes en enviar también información a tus contactos a través de esta herramienta. Además, crear un grupo específico para el evento puede resultar muy útil para coordinarte con tus colaboradores y voluntarios.



**Facebook:** Crea un evento abierto en Facebook e invita a todos tus amigos, y publica de vez en cuando en tu muro información, fotografías o vídeos acerca del proceso de organización del evento... ¡así tus amigos no dejarán de tenerlo presente!



**Twitter:** Tuitea información sobre el evento, y menciona a gente de tu entorno, y también - ¡por qué no!- a alguna autoridad, cuenta institucional o medio local. ¡No olvides mencionar a Esclerosis Múltiple España (@esclerosiseme) para mantenernos al corriente!



**Instagram:** Sube la imagen o cartel del evento, y algunas fotografías simpáticas del “making off” o proceso de organización.

*“¡Hay que llamar la atención! Hoy en día todo el mundo está en las redes sociales. A través de Facebook, Instagram, Twitter... además de dar publicidad al evento, también podrás dar a conocer la causa, asociación o enfermedad para concienciar e informar.” - Alba*

▶ **Nota de prensa y convocatoria:** Escribe a los medios de comunicación locales informándoles acerca de tu iniciativa. Incluye toda la información importante: Nombre del evento, lugar y fecha de celebración, tipo de actividad, forma de inscripción, el objetivo solidario... Además, para despertar mayor interés puedes incluir un breve testimonio en que expliques qué te ha motivado a organizar este evento, o por qué consideras que puede ser importante participar.

- ▶ **Cartelería:** Puede ayudarte a atraer la atención de tus vecinos. Seguramente consigas que algunos comercios (cafeterías, tiendas, gasolineras...) te permitan pegar algunos carteles en sus locales.



- ▶ **Otros:** Llamadas telefónicas, visitas en persona, folletos informativos, invitaciones personales, correo postal... Cualquier medio es bueno para darse a conocer. Cuantos más útiles, ¡a más personas llegarás!

# LA RECAUDACIÓN DE FONDOS

- ▶ **¡Las cosas claras!**: Si la finalidad de tu evento es recaudar fondos para la investigación de la Esclerosis Múltiple, las personas que participen en tu iniciativa confían en que el dinero que destinen a vuestro evento será empleado para ese fin.

Por ello, conviene que **especifiques desde el principio de forma clara** cómo va a ser el procedimiento: ¿se va a destinar el 100% de la recaudación al Proyecto M1, o tendrás que descontar gastos? ¿va a repartirse el dinero recaudado entre varias causas solidarias? Si ese es el caso... ¿cómo va a ser ese reparto?

Para que las personas confíen en ti como organizador/a del evento, es muy importante que todo el proceso sea **absolutamente transparente**. Por ejemplo, podría ser interesante hacer públicas las cuentas al final del evento, para que todo el que lo desee pueda conocer exactamente qué cantidad se va a donar al final, los gastos que ha habido...

👁 **Recuerda que tú serás el responsable de tu evento**. Manejar dinero de otras personas siempre es delicado: piensa y planifica al detalle cómo vas a recaudar los fondos, y cómo vas a comunicarlo a los participantes.

- ▶ **¿Cómo recaudar?**: Existen muchas formas de recaudar fondos durante tu evento: venta de inscripciones o participaciones, subastas, venta de merchandising, huchas y urnas...

*"Una buena idea es disponer durante el evento de algún bote o hucha. A veces los participantes quieren añadir alguna moneda de más y poco a poco todo suma." - Alba*



*"A la hora de organizar un evento solidario, puede resultar muy útil buscar alicientes para aumentar la participación (un sorteo entre los participantes, un vale descuento...) algo que podamos lograr gracias al patrocinio de alguna empresa, por ejemplo." - Inés*

No olvides tampoco que puedes ofrecer a los participantes realizar una donación o hacerse donantes periódicos a través de la **página del Proyecto M1** ([www.eme1.es](http://www.eme1.es)), o a través del **número de cuenta** ES42 0049 3026 8320 1441 2811 (Banco Santander).

Además, también puedes **recoger sus datos** durante la inscripción o durante el transcurso del evento (Nombre y apellidos, dirección de correo electrónico y teléfono son suficientes), **solicitando expresamente** su consentimiento para recibir más información acerca del Proyecto M1 por parte de Esclerosis Múltiple España. Nosotros nos comprometemos a contactar con ellos e **informarles directamente** acerca de esta iniciativa.

- 👁️ Una vez finalizado el evento, ponte en contacto con EME a través del correo [eme1@esclerosismultiple.com](mailto:eme1@esclerosismultiple.com) o el teléfono 91 441 01 59 y te informaremos de cómo proceder para el **ingreso de los fondos** que hayas recaudado. Normalmente, la vía más sencilla es a través de un ingreso o transferencia en la cuenta del Proyecto M1: ES42 0049 3026 8320 1441 2811 (Banco Santander) incluyendo como concepto: **Donativo M1 + Nombre del evento**.

## DURANTE EL EVENTO

**Disfruta al máximo del gran día.** Seguro que han sido unas semanas de vértigo... ¡te lo mereces!

Pero, mientras disfrutas, no olvides hacer muchas **fotografías y/o vídeos** del acontecimiento. Ten cuidado, eso sí, con el material gráfico en que salgan menores, ya que deberías contar con el consentimiento de sus padres y con el de la Fiscalía de Menores para poder difundirlo. Te recomendamos que lo evites en la medida de lo posible.

*"Si haces algunas fotografía durante el evento y las quieres subir a redes sociales, asegúrate de que quien sale en ellas es consciente de que van a estar en Internet. Hay gente que quiere mantener el anonimato o simplemente no le gusta este tipo de cosas." - Alba*

Además, podría ser muy bonito que, si tienes ocasión, dijeras unas palabras al comienzo o al final del evento agradeciendo la participación y explicando brevemente qué es la Esclerosis Múltiple y por qué colaborar con la investigación es tan importante. De este modo, estarás **ayudando a crear conciencia** sobre esta enfermedad, además de **poner en valor el apoyo** de los asistentes... ¡seguro que les emocionará!

## DESPUÉS DEL EVENTO

- 1. DA LAS GRACIAS.** Una vez finalizado el evento no pierdas ocasión para dar nuevamente las gracias a los participantes, pero también a los colaboradores, patrocinadores, a los medios, y a los organismos locales que se hayan involucrado en el evento. **¡Todo agradecimiento es poco!**
- 2.** Informa cuanto antes del **total de dinero recaudado** que se va a entregar al Proyecto M1, y, si es necesario, haz públicas las cuentas para que todo el que lo desee pueda conocerlas.
- 3.** Haz **difusión del evento**: comparte fotografías, vídeos e información sobre el trascurso de tu evento para que la gente lo conozca. No olvides compartir este material también con EME, a través del correo [eme1@esclerosismultiple.com](mailto:eme1@esclerosismultiple.com). Nos encantará ver qué ha ocurrido, y darle también difusión a través de nuestros canales para que otras personas conozcan tu iniciativa.

# INFORMACIÓN BÁSICA

A continuación compartimos contigo algo de información básica acerca de la Esclerosis Múltiple, el Proyecto M1, y sobre Esclerosis Múltiple España, para que puedas comunicar durante tu evento:

- ▶ **La Esclerosis Múltiple** es una enfermedad crónica del Sistema Nervioso Central. Está presente en todo el mundo y es una de las enfermedades neurológicas más comunes entre la población de 20 a 40 años. Puede producir síntomas como fatiga, falta de equilibrio, dolor, alteraciones visuales y cognitivas, dificultades del habla, temblor, etc. El curso de la EM no se puede pronosticar, es una enfermedad caprichosa que puede variar mucho de una persona a otra. No es contagiosa, ni hereditaria, ni mortal. Afecta a las personas al principio de su vida laboral, cuando están iniciando sus proyectos vitales, y se da con más frecuencia (más del doble) en mujeres que en hombres. Hasta ahora, no se conoce su causa ni su cura.

47.000 personas tienen Esclerosis Múltiple en España, 600.000 en Europa, y 2.500.000 en todo el mundo.\*

- ▶ **Esclerosis Múltiple España (EME)** es una entidad sin ánimo de lucro declarada de Utilidad Pública, que tiene como finalidad la promoción de toda clase de acciones y actividades asistenciales, sanitarias y científicas destinadas a mejorar la calidad de vida de las personas con EM y otras enfermedades degenerativas del sistema nervioso, coordinando la actuación de sus miembros federados (34 organizaciones de EM) y gestionando la ejecución de dichos programas y proyectos conjuntos. Esclerosis Múltiple España representa a más de 9.000 personas en España.\*

- ▶ **El Proyecto M1 ([www.eme1.es](http://www.eme1.es))** es la primera iniciativa de recaudación de fondos destinados íntegramente para la investigación de la enfermedad desarrollada por Esclerosis Múltiple España. Se puso en marcha en mayo de 2013, y desde entonces se encuentra vinculado a la Alianza Internacional de Esclerosis Múltiple Progresiva ([www.progressivemsaalliance.org](http://www.progressivemsaalliance.org)), formada por numerosas organizaciones de personas con EM internacionales. Esta entidad canaliza los fondos obtenidos por sus organizaciones miembros a la financiación de los proyectos de investigación de Esclerosis Múltiple más interesantes planteados por equipos científicos de todo el mundo.

Desde su puesta en marcha, a través del Proyecto M1 se han recaudado más de 110.000€ para financiar proyectos de investigación de Esclerosis Múltiple. Más información en [www.eme1.es](http://www.eme1.es).

*\*Estos datos son de abril de 2016, asegúrate de actualizarlos antes de utilizarlos en tu evento*

## SOBRE EME

- ▶ **Imagen:** Esclerosis Múltiple España sólo podrá figurar como entidad beneficiaria del evento, ya que no participará de su organización. Por ello para evitar confusiones preferimos que no se utilice su imagen, o en caso de utilizarse su imagen, sea siempre acompañado de "A beneficio de" o "En beneficio de", y siempre ocupando un espacio moderado de los materiales de comunicación que no pueda generar confusión sobre quién es/ quiénes son las entidades o personas organizadoras del evento. En cualquier caso, si se utiliza el logo o imagen corporativa de EME, rogamos que nos facilites imágenes del material o del espacio físico o virtual donde figurará a través de [eme1@esclerosismultiple.com](mailto:eme1@esclerosismultiple.com) para tener constancia.
- ▶ **Material de sensibilización:** Nuestros recursos son limitados, y por ello no siempre nos es posible enviar material físico de sensibilización para que puedas ofrecer a los asistentes. No obstante, una vez que tengas tu evento organizado contacta con nosotros a través de [eme1@esclerosismultiple.com](mailto:eme1@esclerosismultiple.com) y valoraremos qué podemos ofrecerte; si no físico, siempre disponemos de algunos recursos digitales que pueden ser de utilidad.
- ▶ **Participación de EME:** Nos encantaría poder estar presentes físicamente en todos los actos y eventos que se organizan en beneficio de las personas con Esclerosis Múltiple. Sin embargo, y una vez más debido a nuestras limitaciones humanas y materiales, en muchas ocasiones nos resulta imposible asistir. Pese a ello, no dudes en contactar con nosotros. Encontraremos la forma de reconocer tu implicación y la de los participantes a tu evento con la investigación de la Esclerosis Múltiple, y también dejar constancia de que todo el dinero obtenido ha llegado íntegramente al Proyecto M1 de recaudación de fondos.



¡GRACIAS!

Independientemente de su envergadura o sus características, tu iniciativa supone un importante avance en la sensibilización social sobre la enfermedad y quienes conviven con ella, además de un paso más en la búsqueda de respuestas que puedan un día llevarnos a terminar con la Esclerosis Múltiple para siempre.

En representación del colectivo de personas con Esclerosis Múltiple en España:

**¡MUCHÍSIMAS GRACIAS!**

Quedamos a tu disposición a través de la dirección de email [eme1@esclerosismultiple.com](mailto:eme1@esclerosismultiple.com), o el teléfono 91 441 01 59. No dudes en contactar con nosotros para hablarnos de tu evento, y para realizar cualquier consulta ;)

---

Karly, Alba, Inés, Joana y Goretti son algunas de las personas que han organizado eventos solidarios para la investigación de la Esclerosis Múltiple, y que han contribuido en la elaboración de esta guía con sus comentarios y fotografías. A ellas y a todas las demás personas que habéis contribuido a través de vuestras iniciativas, recibid una vez más todo nuestro agradecimiento.

---