



GUIA PER CAPTAR FONS

15 ANYS CAMINANT PER
UN MÓN SENSE POBRESA

TRAILWALKER.OXFAMINTERMON.ORG


OXFAM
Intermón

OXFAM
TRAILWALKER

ET DONEM LA BENVINGUDA!

Què bé que estiguis aquí! Primer de tot, felicitats per participar a l'OXFAM INTERMÓN TRAILWALKER. Gaudiràs d'un desafiament inoblidable que no només canviarà la vida de milers de persones que viuen en la pobresa, sinó que també marcarà la teva. És una experiència que uneix compromís, companyerisme, esforç i il·lusió. Participant-hi contribueixes a proporcionar aigua potable a les comunitats més afectades per la falta d'aquesta. Amb tu cada vegada estem més a prop d'un món més just i sense pobresa.

Aquesta guia t'ajudarà a aconseguir el repte econòmic a través de consells pràctics. Sabies que els 1.500 euros que necessita el teu equip per participar acostaran aigua potable a 1.600 persones?

Per a més informació, pots contactar amb nosaltres a infotrailwalker@oxfamintermon.org.

CONTINGUT

KILÒMETRES PER AIGUA	3
PLANIFICA LA TEVA CAPTACIÓ	4
FES DIFUSIÓ	5
IDEES PER ACONSEGUIR DONATIUS	6
TEAM BUILDING	7

SEGUEIX-NOS I COMENTA'NS COM VAS!

 @OxfamIntermonTrailwalker

 @oxfamintermontrailwalker

 Oxfam Intermón

PLANIFICA LA TEVA CAPTACIÓ



SEGUEIX TOTS AQUESTS PASSOS. ET SORPRENDRÀ COM DE RÀPID ACONSEGUEIXES EL TEU REpte DE CAPTACIÓ! FINS I TOT EL PODRÀS SUPERAR.

✓ ESTABLEIX EL TEU OBJECTIU

1.500 euros és només el mínim per participar. T'animem a establir un objectiu ambiciós. Perquè et facis una idea, els equips recapten 2.100 euros de mitjana.

✓ PERSONALITZA LA PÀGINA DEL TEU EQUIP

Amb aquests tres senzills passos:

1. Pujar **una foto** de l'equip.
2. Escriure **una biografia personal** sobre els motius pels quals participeu.
3. **Compartir** la pàgina del teu equip a través de les **xarxes socials**.

✓ SIGUES LA PRIMERA PERSONA EN DONAR

Les primeres persones a sumar-se al **repte solidari sou vosaltres**. Feu una donació cada membre. Ajudarà a fer que les persones a qui demanis una aportació se sentin motivades a igualar o incrementar les vostres.

✓ CONSTRUEIX UN PLA

Organitza **una reunió amb l'equip** per establir el **pla de captació** de donatius i aportar idees creatives. Deixa que flueixi la imaginació i organitza activitats que cridin l'atenció.

✓ FES DIFUSIÓ

- Envia un **email** a les teves amistats i companys/es de feina amb l'enllaç a la pàgina.
- **Comparteix** la teva pàgina de captació a les **xarxes socials**.
- Actualitza la teva firma d'e-mail amb una imatge del teu equip i l'enllaç a la teva pàgina.
- Contacta amb els **mitjans** del teu municipi per explicar la vostra història.
- Fes servir tots els canals per difondre la teva participació!

✓ RECORDA, ACTUALITZA, AGRAEIX

- **Recorda** als teus contactes que necessites les seves donacions. Fins i tot, les persones amb millors intencions es poden oblidar si no els hi ho repeteixes.
- **Actualitza** les teves xarxes socials amb els vostres progressos entrenant i amb els donatius captats.
- No t'oblidis d'agraciar sempre cada una de les aportacions.



FES DIFUSIÓ

LA TEVA PRÒPIA XARXA DE CONTACTES I LES XARXES SOCIALS SÓN LA MILLOR VIA PER ACONSEGUIR EL REpte. AQUÍ TENS ALGUNS CONSELLS QUE T'AJUDARAN A ASSOLIR EL TEU OBJECTIU.

A QUI PUC DEMANAR?

Fes una llista de totes les persones que coneixes i comença a demanar-los suport. Com més gent, més probabilitats d'aconseguir donacions. Recorda que estàs fent una cosa extraordinària, dona l'oportunitat al nombre més gran de persones possible a donar suport al teu repte solidari.

COM PUC DEMANAR?

Per e-mail i WhatsApp: explica de manera personal la raó del teu repte i anima als teus contactes a realitzar aportacions per apropar aigua potable a les famílies que més ho necessiten. Recorda que com més personal i emotiu sigui el missatge, major serà l'èxit.

En persona: aprofita les trobades per compartir la causa, el teu repte i demanar suport. Els cafès amb

amistats, les reunions familiars i les celebracions et brinden una molt bona oportunitat.

Amplia el teu cercle: sol·licita als teus contactes que reenviïn el teu e-mail o WhatsApp o que comparteixin les teves publicacions a les xarxes socials. Et sorprendrà quantes persones es poden sumar al repte d'apropar aigua!

NO PARIS AQUÍ!

Treu-li el màxim partit a les xarxes socials i demostra com és d'emocionant el teu repte.

Facebook: anuncia la teva participació en l'Oxfam Intermon Trailwalker. No oblidis afegir l'enllaç a la pàgina del teu equip. Pots enviar missatges directes a contactes o crear un esdeveniment per convidar a les teves amistats. Segueix

informant dels teus progressos, dels entrenaments de l'equip, de l'evolució de la vostra captació i sempre agraeix cada aportació.

Instagram: comparteix fotografies del teu equip entrenant, de les vostres accions de captació de fons i de tot el que se us ocorri. Deixa que la teva creativitat flueixi! I no t'oblidis d'indicar com us poden fer donacions, incloent-hi el nom del vostre equip i l'enllaç a la vostra pàgina.

BlueSky: comparteix els motius del vostre repte i l'evolució dels vostres esforços, sempre incloent l'enllaç a la vostra pàgina i recordant que necessiteu donacions per aconseguir participar.

COM MÉS RECAPTIS, MAJOR SERÀ LA TEVA AJUDA



X 2

100 EUROS

Fem arribar productes d'higiene menstrual a dues persones.



X 1

200 EUROS

Donem un equip pel manteniment i reparació de punts d'aigua.



X 32

300 EUROS

Proporcionem 32 kits per prevenir i controlar infeccions.



X 50

500 EUROS

Més de 50 persones tindran productes d'higiene.

**Aquest és un càlcul aproximat del cost a països de la Banya d'Àfrica.*

LA TEVA APORTACIÓ DESGRAVA! Dels primers 250 €, et tornaran un 80% a la teva declaració de la renda.

BOTIGA SOLIDÀRIA TRAILWALKER

Adquireix productes per oferir a la família, amistats i companys de feina, i tot el que captis, suma-ho al teu marcadors!

<https://arpuba.cat/oxfamintermontrailwalker/equipostrailwalker/>

IDEES PER ACONSEGUIR DONATIS

ORGANITZAR INICIATIVES SOLIDÀRIES I DIFONDRE-LES T'AJUDARÀ A ASSOLIR EL REPTA: ET COMPARTIM IDEES QUE HAN TINGUT UN GRAN ÈXIT.



Guardiola: dissenya'n una de simpàtica per recollir donatius i explica per què captes. Pots demanar un arrodoniment solidari al costat de la màquina del cafè!



Classes solidàries: comparteix els teus coneixements i ofereix classes divertides i solidàries. Zumba, yoga, ball, cuina... Fes el que sàpigués!



Patrocini d'empreses locals: demana als comerços que facin una aportació corporativa. A canvi, ofereix-los visibilitat a les teves xarxes. Recorda'ls-hi que cada donació desgrava.



Tast de cerveses artesanes o maridatge: és la perfecta excusa per reunir les teves amistats o familiars i difondre el teu repte.



Mercat solidari: demana que et donin productes de segona mà per vendre'ls i captar fons. Un clàssic que sempre funciona!



Degustació de pastissos: un dolç sempre ajuda. Pots demanar que donin per cada pastís artesà o que donin 'la voluntat' per cada tros.



Nit de cine: organitza un bon cine fòrum amb una guardiola per captar donatius. Posar crispets serà un punt a favor teu.



Porra sobre l'arribada: escull un premi i organitza una porra per veure en quantes hores aconseguireu travessar la meta.



Cangur per una nit: ofereix-te per cuidar els fills/es de familiars i amistats perquè tinguin una nit de parella. Si tot l'equip ho fa, us apropareu a l'objectiu molt ràpid!



Venda de joguines: a part de fer 'neteja' de coses que la teva família ja no necessita, aconseguiràs donatius pel teu repte.



Aniversari solidari: organitza una celebració especial i demana que els regals siguin aportacions al teu repte.



Caminada per la muntanya: organitza una sortida per caminar. Aquesta és una activitat dos en u: t'ajudarà a aconseguir donatius i a entrenar.

KILÒMETRES PER AIGUA

PARTICIPANT A L'OXFAM INTERMÓN TRAILWALKER FAS POSSIBLE QUE L'AIGUA NETA ARRIBI ALLÀ ON MÉS ES NECESSITA.

La manca d'aigua potable és una de les amenaces més greus per a la humanitat. Agreuja la pobresa, provoca malalties, incrementa la fam i genera conflictes per l'accés als recursos. Més de 2.200 milions de persones al món no tenen accés a aigua potable, i això deteriora profundament les seves condicions de vida.

Sense aigua neta, la salut es veu afectada: la diarrea, la malnutrició infantil i altres malalties evitables es disparen. També creix la inseguretat alimentària i els conflictes entre comunitats.

A Oxfam Intermón sabem que els canvis positius i sostenibles són possibles. Per això, treballem sense descans per garantir l'accés a l'aigua neta, avui i per sempre.

EL NOSTRE EQUIP DE PERSONES ENGINYERES, HIDROGEÒLOGUES I PROMOTORES DE SALUT PÚBLICA RESPON RÀPIDA I EFICACIAMENT PER SALVAR VIDES.

L'aigua, la nostra especialitat

Fem arribar aigua potable en situacions d'emergència i instal·lem infraestructures sostenibles i innovadores per apropar-la a les comunitats, com pous amb energia solar. També promovem hàbits d'higiene i l'ús de latrines per prevenir epidèmies i reduir malalties.

Habilitem punts de distribució per assegurar la provisió d'aigua potable a les famílies més vulnerables a prop de 80 països. Donem resposta fins a assegurar-nos que tenen els recursos i eines necessàries per tirar endavant per si mateixes.

Caminem per un món sense pobresa

A Oxfam Intermón volem construir un futur sense desigualtat ni pobresa, on totes les persones tinguin les mateixes oportunitats per viure amb dignitat. Per això, abordem les causes profundes de

l'escassetat d'aigua mentre donem suport a les comunitats per fer front als seus efectes devastadors, que empenyen a milions de persones a la pobresa.

La desigualtat i la manca d'aigua són dues cares de la mateixa moneda.

AMB TU PODEM CANVIAR AQUESTA SITUACIÓ.

Amb **1.500** euros podem apropar aigua a més de **1.600 PERSONES**.

Amb **3.000** euros podem apropar aigua a més de **3.200 PERSONES**.

Amb **5.000** euros podem apropar aigua a més de **5.300 PERSONES**.

"L'AIGUA QUE OBTINC ARA ESTÀ NETA. JA NO HI HA MÉS BRUTÍCIA. ARA ELS MEUS FILLS I JO ESTEM MOLT MÉS SANS QUE ABANS."

DIBOYA MARO, MARE DE 7 FILLS, VIU A KÈNIA EN UNA ZONA SENSE ACCÉS A AIGUA NETA, COSA QUE ELS HI PROVOCAVA MALALTIES COM LA DIARREA.



TEAM BUILDING

OXFAM INTERMÓN TRAILWALKER ÉS UNA OPORTUNITAT DE SUPERACIÓ TANT PROFESSIONAL COM PERSONAL. L'EQUIP HA DE COMENÇAR, CAMINAR O CÓRRER I ACABAR SEMPRE JUNT. COMPTA AMB L'ACOMPANYAMENT LOGÍSTIC I EMOCIONAL DE DUES PERSONES MÉS DE SUPORT.

AIXÒ NO ÉS UNA CURSA, ÉS UN REpte EN EQUIP!

Els equips són com una gran família que camina en una mateixa direcció, perseguint el mateix objectiu. És **una experiència inigualable que fomenta la cohesió dels equips, l'orientació a objectius, el compromís i l'orgull de pertinença.**

El repte promou la **motivació** i la salut física de les treballadores i treballadors mitjançant l'esport. A més, també promou el **benestar** emocional i psicològic a través de la **solidaritat**.

L'Oxfam Intermón Trailwalker contribueix a diversos ODS. El seu

propòsit solidari dona suport a l'**ODS 1** (Fi de la pobresa) destinant els fons a projectes que milloren la vida de comunitats vulnerables. També impulsa l'**ODS 5 i 6** (Igualtat de gènere i Aigua neta i sanejament), ajudant a garantir l'accés a aigua potable i permetent que les dones i nenes dediquin més temps a l'educació i al treball. L'esdeveniment promou l'**ODS 13** (Acció pel clima) amb pràctiques sostenibles i conscienciació ambiental, i és un exemple d'**ODS 17** (Aliances per assolir els objectius) en unir persones, empreses i institucions per una causa comuna.



"Participar en la Trailwalker és molt més que un repte esportiu: és una experiència transformadora. No es tracta només d'aconseguir una meta, sinó de contribuir, amb el treball en equip, a construir un futur més just i portar aigua neta als qui més la necessiten. Durant el camí ens recolzem per avançar junts i mantenir viva la il·lusió, fins i tot en els moments en els quals les forces comencen a flaquejar. En cada quilòmetre vaig confirmar que els valors cooperatius que ens guien també es viuen, es caminen i es comparteixen."

Montse Carbó – Directora de Comunicació, RSC i Fundació del Grup Caixa Enginyers



TRAILWALKER.OXFAMINTERMON.ORG



OXFAM
TRAILWALKER