

#TeamDKMS



Poradnik zbiórkowy biegacza

Cześć!

Witaj w drużynie #TeamDKMS.

Super, że biegiesz z nami.

Razem możemy biegać i zmieniać świat! Każdy Twój kilometr i każda wpłata ma znaczenie.

Biegi charytatywne to nie tylko sport i adrenalina, to szansa, by realnie pomóc osobom, które tego potrzebują. Na tej prezentacji pokażemy Ci, jak w prosty i przyjemny sposób prowadzić zbiórkę online, tak aby osiągnąć cel i czerpać radość z całego procesu.

Gotowy/a, by włączyć swoje bieganie w coś większego? Zaczynamy!



Jak zapisać się na bieg i założyć zbiórkę?

1. Wejdź na stronę rejestracji Maratonu Warszawskiego (<https://rejestracja.maratonwarszawski.com/pl/>) i wybierz swój bieg.
2. Wybierz ścieżkę charytatywną #BiegamDobrze
3. Uzupełnij dane osobowe, biegowe i inne pola.
4. W ostatnim kroku kliknij „załóż zbiórkę” i wybierz Fundację DKMS
5. Przejdź na stronę swojej zbiórki. Dodaj opis, cel i zachęć znajomych do wsparcia.
6. Zbierz kwotę minimalną, by otrzymać wyjątkowy pomarańczowy numer startowy
7. Witamy w #TeamDKMS. Do zobaczenia na starcie!



3 kroki skutecznej zbiórki. Gotowi do biegu?

1. **Najpierw ustal kwotę, którą chcesz zebrać.** Potraktuj ją jak cel do zdobycia, a kiedy się uda, zrób coś szalonego. Może pobiegiesz w zabawnym stroju? A może podejmiesz wyzwanie, które od dawna odkładasz? Ludzie lubią widzieć, że ich wsparcie naprawdę coś uruchamia.
2. **Napisz kilka zdań o sobie i o tym, co Cię napędza i dodaj swoje zdjęcie.** Dlaczego biegiesz? Dlaczego akurat ta zbiórka? Im bardziej osobista historia, tym łatwiej kogoś poruszyć. Wspomnij też, na co idą pieniądze – każda wpłata pomaga zarejestrować nowych potencjalnych dawców szpiku i wspiera leczenie osób chorujących na nowotwory krwi. Warto to pokazać jasno i bez zadęcia.
3. **Pamiętaj też o podziękowaniach.** Każda osoba, która dorzuci choć złotówkę, chce poczuć, że jej gest miał znaczenie. Możesz odpowiedzieć bezpośrednio pod wpłatą, ale możesz też podejść do tego bardziej kreatywnie. Na przykład: współpracownikom w ramach wdzięczności przynieś domowe ciastka. Znajomych zaproś po biegu na piknik. Możesz też nagrać krótką rolkę, w której wymienisz wszystkie osoby, które pomogły osiągnąć cel.

Dobre praktyki –
regularność.

Aktualizuj swoją zbiórkę na bieżąco.

Dodawaj zdjęcia z treningów, pisz o tym, jak Ci idzie. To pozwala darczyńcom poczuć się częścią Twojej historii. Zamieszczaj post raz w tygodniu.



Dobre praktyki –
share it!

Udostępniaj zbiórkę w różnych miejscach.

Napisz o swojej zbiórce w grupach biegowych, lokalnych społecznościach, firmowych czatach. Im więcej osób o niej wie, tym lepiej. **Publikuj na LinkedIn, Facebooku, Instagramie i Tik Toku.**

Dobre praktyki -
bezpośredniość

Proś o wsparcie wprost.

Z doświadczenia wielu biegaczy wynika, że osobiste wiadomości działają najlepiej. **Pisz wprost, np.: „Proszę o wsparcie mojej zbiórki.”, „Wesprzyj mój bieg dla Fundacji DKMS...”**

Przykłady postów ze zbiórkami

 **Aga Gadomska-Łukasiewicz**
4 lutego · 🌐

Kto mnie zna chociaż trochę, ten wie – ja nie biegam. Nie dlatego, że nie lubię, po prostu... no dobra, nie lubię. Jestem prawdopodobnie najmniej wysportowaną częścią **#TeamDKMS**, a być może jakiegokolwiek innej drużyny.

Ale oto nadszedł dzień, w którym postanowiłam złamać swoje zasady. I pobiec- dla dobrej sprawy. Może nie pokonam życiówki (bo jej nie mam), ale mam szansę pomóc małym pacjentom onkologicznym. Biegnę, a może raczej przeczolgam się, ale mocno wierzę, że ten wysiłek będzie miał sens!

W tym roku wraz z **Fundacją DKMS** w ramach akcji **#BiegamDobrze** zbieramy na „Wampirki” – nowoczesne urządzenia diagnostyczne dla Kliniki Onkologii, Hematologii Dziecięcej, Transplantologii Klinicznej i Pediatrii WUM.

Dzięki nim pacjenci szybciej otrzymają wyniki badań, a jak dobrze wiemy – w onkologii dziecięcej każda chwila ma znaczenie.

Zapraszam wszystkich moich wspaniałych znajomych do wsparcia zbiórki. Trzymajcie kciuki za mój start 🏃💪



REJESTRACJA.MARATONWARSZAWSKI.COM
Agnieszka biegnie dla Fundacji DKMS

 **Patrycja Nargiello** – 🏃 gotowa do działania w: **Fundacja DKMS**.
11 września · Ochota, Warszawa · 🌐

Trochę na wariackich papierach, bo start dla **Fundacji DKMS** w ramach akcji **#BiegamDobrze** podczas zbliżającego się **Maraton Warszawski** już nie długo!!!

W tym roku ciągle za czymś gonię i jestem wyjątkowo zakreconą! 🤪❤️
Dlatego zamiast na ciastko zapraszam Was do mojej biegowej skarbonki! Wasze wsparcie jest bardzo potrzebne, bo do końca zbiórki zostało tylko 3 dni!

Dzięki biegaczom z **#TeamDKMS** udało się zrobić coś dobrego. Zakupiono dwa nowoczesne łóżka i kilka dni temu **Fundacja DKMS** przekazała je na oddział dziecięcy Szpitala Klinicznego im. Józefa Polikarpa Brudzińskiego w Warszawie.

🏃💪 28 września dobiegnę do mety w szustnej sprawie! Nie ma innej możliwości! 🙏

Dziękuję za każdą wpłatę ❤️

Wy też możecie dołączyć do **#TeamDKMS** i biec ze mną!
<https://rejestracja.maratonwarszawski.com/.../d306c469...>



Najważniejsze? Dobra zabawa!

