

## “WalkaHOME”, una marcha desde casa por Cudeca

18 de abril de 2020

La Fundación Cudeca nació con el objetivo de cuidar a personas con cáncer y otras enfermedades en estado avanzado gracias al apoyo de la sociedad; y lo sigue realizando a pesar del estado de alarma por el COVID-19 que le ha obligado a adaptar sus Programas Asistenciales, cerrar sus tiendas benéficas; cancelar todos los eventos solidarios; y suspender cualquier actividad de recaudación. Pero necesita, ahora más que nunca, del apoyo de todos para seguir cuidando.

Por ello, va a celebrar dentro de su campaña #UnidosParaCuidar, su tradicional Marcha por Cudeca pero esta vez será “versión desde casa” y tendrá el nombre de “WalkaHOME, una marcha desde casa por Cudeca”. Una marcha para divertirse y ayuda a Cudeca a seguir cuidando al final de la vida.

### “WalkaHOME, una marcha desde casa por Cudeca”

Tendrá lugar **sábado 9 de mayo desde las 10 a las 20h.**

### ¿Cómo se puede participar?

#### Primero: Inscríbete y prepara tu actividad

Los participantes podrán inscribirse con 2€ a través del portal DORSALCHIP o la web de la fundación. Así mismo se podrá realizar una donación extra en la misma inscripción para poder ayudar a Cudeca a seguir cuidando al final de la vida.

Cada inscripción se le asignará un dorsal 100% solidario que se podrá descargar a través de la plataforma y usarlo el día de la marcha. Habrá una rifa solidaria con los números de los dorsales.

Los participantes deberán planificar la actividad física que mejor se adapte a su estado físico y al espacio disponible en su domicilio para realizarla el sábado 9 de mayo. La actividad no tendrá ni tiempos ni distancia, solo diversión y el ejercicio que cada uno desee junto con la familia, en equipo, con su mascota o sólo.

Ejemplos de actividades: caminar o correr por cualquier zona del domicilio (pasillo, salón o terraza), pedalear con bicicleta estática, nadar en piscina (no comunitaria), sentadillas, Pilates, yoga, saltar a la comba, subir o bajar escaleras (no comunitaria), bailar salsa, rock o cualquier estilo, etc.

#### Segundo: Día del WalkaHOME – sábado 9 mayo.

Los participantes deberán imprimir el dorsal, ponérselo mientras realizan la actividad desde las 10 hasta las 20h. Así mismo podrán compartir fotografías de su actividad en las redes sociales con el hashtag #CudecaWalkahome #MarchaCudeca. La Fundación publicará en sus RRSS todas las fotos y videos que se etiqueten con los hashtags mencionados.

### Tercero: Actividades complementarias

Para acompañar el Walkahome, la Fundación Cudeca, emitirá a través de su canal de Youtube, diferentes actividades para que cualquier persona se pueda unir desde casa. Habrá clases de Pilates, Yoga, Cardio, Zumba, actuaciones de artistas, magia y entretenimiento para toda la familia; y muchas sorpresas más.

**WalkaHOME** ha sido posible gracias a la inestimable colaboración de Dorsalchip, Ayuntamiento de Benalmádena, Patronato Deportivo Municipal de Benalmádena, Cadena SER Málaga, Mijas Comunicación, Club de Atletismo de Fuengirola, artistas y deportistas solidarios.

### Situación actual de la Fundación Cudeca

Actualmente, la Fundación Cudeca asiste, a través de sus equipos asistenciales formados por médicos, enfermeros, psicólogos, trabajadores sociales y fisioterapeuta, a más de 500 personas con cáncer y otras enfermedades en estado avanzado tanto en sus domicilios como en la Unidad de Hospitalización ubicada en Benalmádena. Así mismo ofrece apoyo a sus familiares. Todos los cuidados son totalmente gratuitos.

Por ello, la Fundación Cudeca hace un llamamiento a la comunidad para recaudar fondos y seguir cuidando a las personas que necesitan, hoy más que nunca, unos cuidados al final de la vida.

La Fundación Cudeca ha asistido desde 1992, y de manera totalmente gratuita, a más de 17.000 personas; y ofrecido apoyo a sus familiares. En 2019 atendieron a más de 1.400 personas; y ofrecieron apoyo a más de 2.200 familiares gracia a sus programas de Atención Domiciliaria, Atención PsicoSocial, Unidad de Día y Rehabilitación; Información y Asesoramiento; y Unidad de Hospitalización.

### AYUDA A CUDECA

Hazte socio por 10€ al mes y estarás ayudando a cuidar.

[www.cudeca.org](http://www.cudeca.org)

#### Nota al Editor

**FUNDACIÓN CUDECA** es una organización sin ánimo de lucro que ofrece atención médica profesional a pacientes con cáncer u otras enfermedades avanzadas, así como apoyo a sus familias. CUDECA trata a través de la filosofía de los cuidados paliativos, un campo en el que cuenta con una gran experiencia y competencia, y desde el que ofrece su *forma especial de cuidar*. CUDECA no sólo trata la enfermedad física, sino también el aspecto psicológico, social y espiritual de la enfermedad. En 2019, CUDECA atendió a 1.490 personas y ofreció apoyo a más de 2.200 familiares. Desde 1992, más de 17.000 pacientes ya han sido atendidos por los Programas Multidisciplinares de CUDECA: atención domiciliaria, centro de día y rehabilitación, unidad de hospitalización, programa psicosocial, asesoramiento y consulta externa. Los cuidados de CUDECA son totalmente gratuitos. CUDECA trabaja conforme a su idea de dignidad al final de la vida. Su actividad se inició en 1992 gracias al trabajo y dedicación de Joan Hunt, nacida en Inglaterra y residente en la Costa del Sol. Después de la muerte de su marido por cáncer, decidió dedicar su vida a ayudar a otros que se encontrasen en la misma situación. Para ello, fundó CUDECA. El equipo CUDECA sabe que no puede añadir más días a la vida, pero con sus cuidados, puede añadir vida a los días. Para seguir cuidando, CUDECA necesita contar con la ayuda de muchos donantes y colaboradores, así como con el trabajo de los voluntarios.

