



CORRO X 2
CORRO

ICBC 

- Número y nombre de la/s categoría/s a inscribirse: Categoría 2.9. Sustentabilidad de diversidad, inclusión y género y Categoría 2.6 Sustentabilidad en salud.
- Capítulo: general.
- Título del programa: Corro x 2.
- Nombre de la compañía o institución: ICBC Argentina.
- Departamento, área: Relaciones Institucionales / Sustentabilidad.
- Persona/s responsable/s del plan de comunicación: Macarena Santos Muñoz (Responsable de Relaciones Institucionales) y Paula Mazzucchelli (Analista de Relaciones Institucionales).

A photograph of a diverse group of people in a modern office setting. In the foreground, a woman with short dark hair and glasses, wearing a mustard yellow sweater, is smiling broadly and giving a high-five to a man in a dark suit who is seen from the back. To her right, another woman in a white shirt is clapping. The background shows a large window and a dark screen. The scene is bright and positive, suggesting a successful meeting or project completion.

1. INTRODUCCIÓN: PLANTEO Y DIAGNÓSTICO.



CONTEXTO

- A raíz del COVID-19 tuvimos que reformular las actividades de voluntariado para que fueran compatibles con los aforos y las distintas fases de cuarentena.
- Los voluntariados presenciales se transformaron en voluntariados virtuales como una manera federal y remota de colaborar con diferentes causas sociales.
- Además de aprovechar los beneficios de la tecnología y las conexiones remotas, pusimos énfasis en incentivar que los empleados realicen ejercicio con regularidad.



CONTEXTO

- La pandemia provocó que muchas personas permanezcan en casa y estén sentados mucho más tiempo del habitual.
- A muchos les resulta difícil seguir practicando la actividad física acostumbrada. La situación es aún más dura para quienes no suelen hacer demasiado ejercicio.
- El ejercicio físico regular es beneficioso para el cuerpo y la mente. Puede reducir la hipertensión, ayudar a controlar el peso y disminuir el riesgo de enfermedades del corazón, accidentes cerebrovasculares, diabetes de tipo 2 y distintas formas de cáncer.



GUÍA DE ACTIVIDAD FÍSICA RECOMENDADA

Lactantes – 5 años

La actividad física y el movimiento deben formar parte de la vida cotidiana.

1

Adultos 19 - 64 años

150 minutos de actividad aeróbica moderada por semana.

3

Niños 5 – 18 años

60 minutos de actividad física por día.

2

Adultos +65 años

150 minutos de ejercicio aeróbico moderado por semana y ejercicios de fuerza dos veces por semana.

4

A chalkboard with a lightbulb and hand-drawn circles. The lightbulb is in the center, and there are several hand-drawn circles around it. The text is overlaid on a red rectangular background on the left side of the image.

2. ESTRATEGIA: PROPUESTA / ENUNCIADO DE LA CAMPAÑA

Lo que cambiaron fueron las formas, no los objetivos



ALIANZA CON FUNDACIÓN BACCIGALUPO - CORRO X 2

- Nos aliamos con la **Fundación Baccigalupo**, cuyo objetivo es que todos los niños, jóvenes y adultos con discapacidad intelectual encuentren **en el deporte** una herramienta para lograr una mayor integración en la sociedad, mejorar su calidad de vida y potenciar su desarrollo psicofísico.
- Lanzamos la campaña **corro x2**, una acción inclusiva, recreativa y saludable para empleados que quieran sumarse a hacer ejercicio acompañados por el aliento a la distancia de un deportista con discapacidad intelectual de la Fundación.



¿CÓMO NACIÓ CORRO X 2?

- Es una **iniciativa solidaria** que tuvo como objetivo recaudar fondos para que cada vez más personas con **discapacidad intelectual accedan al deporte** para mejorar su calidad de vida.
- En su **versión presencial** los maratonistas que corrían los 42K de Buenos Aires eran invitados a recorrer sus últimos 100 mts de la mano de uno de los alumnos de Fundación Baccigalupo.



VERSIÓN CORRO X 2 ONLINE

- En la **versión online**: empleados de ICBC **corrieron o caminaron por ellos mismos y por un joven con discapacidad intelectual** de la Fundación Baccigalupo cerca de sus casas.
- Al realizarse de manera virtual, fue federal y pudieron participar **personas de todas las sucursales del interior**.
- Pudieron elegir entre **la actividad física** que más les gustara: caminar, correr, bailar, andar en bici, monopatín o rollers.
- **Cada uno elegía los km a recorrer**. No había un mínimo ni un máximo. Lo importante era la motivación para hacerlo.



OBJETIVOS DENTRO DE MOVILIDAD SUSTENTABLE Y DIVERSIDAD

Objetivo inmediato

Promover la **movilidad sustentable y la actividad física** entre los empleados de ICBC a través de un voluntariado a distancia a cargo de Fundación Baccigalupo, organización social cuyo objetivo es que todas las personas con **discapacidad intelectual** encuentren en el **deporte** una herramienta para lograr una mayor integración en la sociedad.

Objetivo a mediano plazo

Fomentar **hábitos saludables** para que los empleados cumplan con la guía de actividad física recomendada. Impulsar un cambio en la comunidad para que las personas con **discapacidad intelectual sean aceptadas e incluidas** y que tengan oportunidades de desarrollo.

Objetivo a 3 años

Apuntamos a **eliminar las barreras y promover la diversidad y sustentabilidad** en todas nuestros espacios y dependencias a lo largo del país.

A close-up photograph of a hand moving a white chess king piece on a wooden board. The background is blurred, showing other chess pieces and a person's legs in a suit. A semi-transparent orange rectangle is overlaid on the left side of the image, containing white text.

3. DESARROLLO/EJECUCIÓN DEL PLAN: TÁCTICAS Y ACCIONES

ESTRATEGIA

1) Convocatoria de voluntarios para sumarse al corro x 2. Video promocional y flyer de inscripción.

Asignación de dupla (empleado de ICBC + Joven de Fundación Baccigalupo)
Los empleados recibieron el perfil de su dupla para conocerse y saber por quién iban a correr.

Entrega del kit de corredor
Tag del corro x 2: para que impriman y enganchen en su remera.
Lista de Spotify: selección de canciones para que los participantes escuchen durante su recorrido.

1

2

3

4

5

6

Aplicación para rastrear el recorrido: se les propuso bajar alguna aplicación para hacer el tracking del recorrido para que compartan videos y fotos del trayecto (App Relieve, Nike Run, Adidas, Garmin)

Countdown: cerca de la fecha del corro x 2 se realizó un recordatorio, se compartieron flyers de la cuenta regresiva y se intercambiaron mensajes de apoyo entre las duplas.

Metazoom
Al final del encuentro se realizó un "abrazo virtual" entre duplas a través de la aplicación zoom.

COMUNICACIÓN INTERNA



CORRO X2

Es una **iniciativa inclusiva** en la que tenemos la oportunidad de relacionarnos con jóvenes con discapacidad intelectual y correr por ellos.

Te invitamos a participar en octubre de Corro x2.

¿Te sumás?

¿Por quién correr?

por un@ joven de la **Fundación Baccigalupo**, que será tu dupla y te acompañará durante toda la actividad.

¿Sólo puedo correr?

podés elegir la actividad que más te guste: Caminar, correr, bailar, andar en bici, monopatin o rollers. Puede ser desde una cuadra hasta 20km!

¿Dónde?

donde vos elijas, desde cualquier lugar del país.

¿Cuándo?

miércoles 27 de octubre

- **Salí a moverte:** entre las 10:30 y las 12:30hs.
- **Cierre del evento por zoom:** 13:30hs para conocer a tu dupla e intercambiar experiencias.

¿Cómo voy a conocer a mi dupla?

cuando te inscribas, la fundación te va a asignar a tu dupla y vas a poder empezar a intercambiar mensajes.

¿Qué pasa si no puedo en ese horario?

Podés hacer la actividad en cualquier momento. Si la hacés fuera de ese horario, podés compartirnos fotos y videos.

¡A la distancia, desde donde estés, corrés por vos y por tu dupla!

Inscripciones por mail a maria.mazzucchelli@icbc.com.ar

¡Cupos limitados!



ICBC



Te damos la bienvenida al **CORRO X2 Online!**

El 27 de Octubre corrés por vos y por tu dupla!!

A la distancia, desde donde estés, corramos juntos igual.



ICBC



FALTAN 2 DIAS



ICBC



FALTAN 5 DIAS

Cada corredor determina su recorrido y la distancia.

Podés correr, caminar, andar en bici, monopatin o rollers!

Elegí tu opción!



ICBC



FALTA 1 DIA



¡Acordate de tener listo tu **Kit de corredor!**

Te esperamos mañana a las 13:30 en el **#MetaZoom!!**



COMUNICACIÓN INTERNA

El taller se comunicó a través de la intranet del banco para que los empleados pudieran inscribirse. También se enviaron recordatorios y agradecimientos por whats app.



ICBC  

MUCHAS GRACIAS
por sumarte y correr con nosotros.

En Fundación Baccigalupo trabajan para que las personas con discapacidad intelectual encuentren en el deporte **una herramienta de inclusión, que mejore su calidad de vida y potencie su desarrollo psicofísico.**



Si deseas apadrinar a tu dupla haciendo un aporte mensual, ingresá a:

<https://donaronline.org/fundacion-baccigalupo/apadrina-a-tu-dupla>

También podes seguirlos en IG

[@fundacionbaccigalupo](https://www.instagram.com/fundacionbaccigalupo)



COMUNICACIÓN INTERNA

HACÉ CLICK EN UN ATLETA Y CONOCE SU DUPLA!



Paula Mazzucchelli



Macarena Santos Muñoz



Natalia Zacarías



Carla Cuirolo



Vanesa Neer



Andrea Roman



Cecilia Nuñez Tempone



Marisol Di Cerbo



María Emilia Lambari



Marcelo Lascaia



Laura Ruth Álvarez



Julieta Couso



Paula Ortega



Juan Corral



Verónica Cabezas



Victoria Recardo



CORRO X 2



Atleta: Carla Cuirolo



Deportista: Emiliana Gariglio

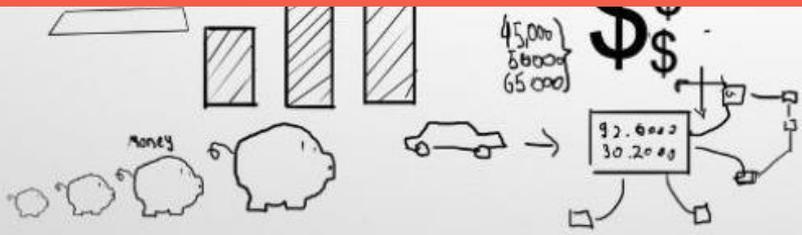
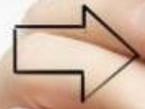
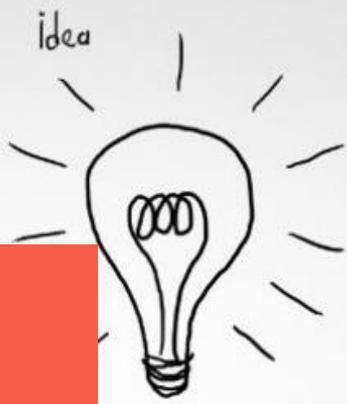
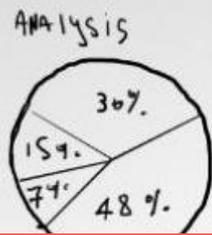
Carla Cuirolo

Estoy muy feliz de participar en el Corro2 y poder conocer a mi Dupla!!!

Emiliana Gariglio

so la deportista de las mil preguntas, a ello le interesa a todo lo que le cuentes sobre tu carrera y será feliz de contarte todo de la suya. Disfruta de competir todo con otros y cuando falte de compañía te invitamos con vos.

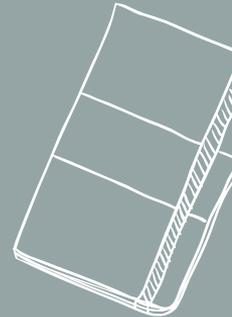
4. RESULTADOS Y EVALUACIÓN



IMPACTO

Se sumaron 35 empleados de edificios centrales y sucursales del interior que hicieron actividad física por ellos y por los jóvenes de la fundación.





\$175.000

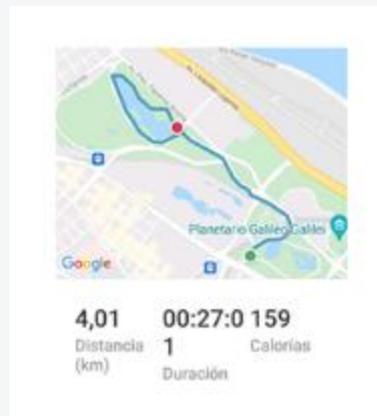
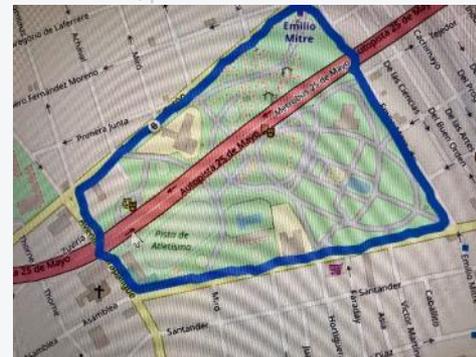
Inversión realizada a la Fundación
para que siga fomentando el deporte
y la inclusión.





IMPACTO

- Se lograron **3000 minutos de actividad física** y participación en más de 20 barrios.
- Muchos **retomaron su ejercicio** y fue el puntapié para que volvieran a salir a correr o caminar.
- De esta forma cumplimos con el objetivo de generar **hábitos más saludables**.





3000 MIN

De actividad física realizada

+ 200 KM

Recorridos en más de 20 barrios.

700



Alumnos de Fundación Baccigalupo activos en 5 sedes: Buenos Aires, Salta, Mar del Plata, Córdoba y Bahía Blanca.



IMPACTO

La toma de conciencia se verificó desde el primer momento en que lanzamos la **convocatoria** y distintos grupos se mostraron entusiastas de inscribirse a la actividad rápidamente.

- Pudimos ver que la **sensibilización** ya estaba **instalada** en una parte del grupo humano que compone ICBC.
- La actividad produjo un impacto doble: en la **actividad física realizada y en la inclusión de personas con discapacidad.**





TESTIMONIOS DE NUESTROS EMPLEADOS

1 María Emilia Lampuri

Gracias por abrirnos las puertas y dejarnos ser parte un ratito de este hermoso proyecto! unos genios todos!!!! Simplemente gracias.

Hice la actividad con mi hija. Me parece súper importante poder **transmitirle estos valores** desde temprana edad y que incorpore la actividad física como algo lúdico.

2 Belén Lird

Participé con dos compañeras de mi sector. En el equipo mezclamos distintas disciplinas: **corrimos, anduvimos en bici y caminamos**. Como broche de oro terminamos bailando en el metazoom conociendo a nuestras duplas. Una hermosa jornada para cortar con la rutina.

3 Cecilia Nuñez Tempone

Les agradezco muchísimo esta oportunidad. Fue muy linda la experiencia que compartí **haciendo actividad física con el aliento de mi dupla**.

La organización estuvo genial. Yo soy mamá de un chico con discapacidad. Es hermoso todo lo que hacen por los jóvenes de la fundación. Es una satisfacción enorme ver como se integran.



TESTIMONIOS DE NUESTROS EMPLEADOS

4

Verónica García Duque

Gracias a Fran **retomé mis entrenamientos que los tenía abandonados**. Gracias por darme la posibilidad de poder acompañarlo.

Me encanta poder participar de estas iniciativas que propone el banco.



5

Paula Ortega

Conozco a la Fundación Baccigalupo porque participo en sus torneos de tenis con mi marido. Fue de una enorme alegría cuando me enteré de la campaña. Nos anotamos rápidamente para no quedarnos sin dupla.

6

Ana Goity

Cuando ingresé al zoom y vi a mi dupla con el cartel de felicitaciones por los kms recorridos me emocioné. Decidí **apadrinar a uno de los jóvenes de la fundación** para seguir colaborando y que esta huella quede impregnada a largo plazo.



Gracias , gracias. Abrazo a Javier y a todos los chicos y chicas de la fundación. Seres hermosos que merecen esto y mucho más.

CONTACTO



Macarena Santos Muñoz

Responsable de Relaciones
Institucionales



macarena.santosmunoz@icbc.com.ar



Paula Mazzucchelli

Analista de Relaciones
Institucionales



maria.mazzucchelli@icbc.com.ar

