

#STOPPONS LA SP

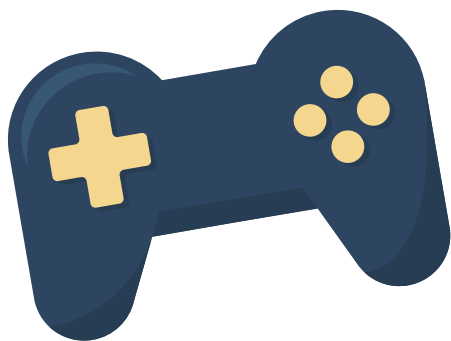
JOIGNEZ-VOUS AU MOUVEMENT VIRTUEL



Bâtir un monde sans sclérose en plaques ne concerne pas qu'une personne, et il n'y a pas qu'une seule façon d'y arriver. Au contraire, toutes les initiatives que nous lancerons et les efforts que nous déploierons collectivement nous rapprocheront de la concrétisation de cet objectif. Qu'il s'agisse de faire appel à votre créativité, de diffuser du contenu en ligne, d'écrire, d'organiser des jeux, de vous adonner à une activité artisanale, de marcher, de témoigner, de pédaler, de courir ou de faire de la pâtisserie, l'action que vous accomplirez pour mettre la SP au défi s'inscrira dans le cadre d'un mouvement collectif dont le mot d'ordre est #stopponslaSP.

Société
canadienne
de la sclérose
en plaques

SP



FAITES CONNAÎTRE VOTRE PASSE-TEMPS

Mettez à profit le temps que vous passez en ligne et menez ainsi une action visant à stopper la SP. Qu'il s'agisse de participer à des jeux vidéo, de diffuser de la musique ou une comédie en direct, de donner en ligne un cours sur l'art ou encore de créer du contenu vidéo à publier sur YouTube, l'activité que vous aurez choisie sera pour vous l'occasion d'inviter votre collectivité virtuelle à soutenir les personnes touchées par la SP.

TEMPS À PRÉVOIR 


POTENTIEL (\$) 



YOGA VIRTUEL / ENTRAÎNEMENT À DOMICILE

Proposez en ligne des séances de yoga ou d'entraînement à domicile pour inciter les membres de votre famille, vos amis et les gens de votre collectivité à bouger.

TEMPS À PRÉVOIR 

POTENTIEL (\$) 



CUISINE / PÂTISSERIE EN LIGNE

Tout le monde aime les gâteaux! Invitez les membres de votre famille et vos amis à faire un don pour suivre en direct la démonstration de votre recette préférée. Sollicitez aussi la participation de vos collègues. En effet, plus on est de fous, plus on rit! Vous pourriez également inciter vos parents et amis à vous faire part de leurs recettes préférées afin de créer un livre de cuisine virtuel que vous pourrez vendre par la suite.

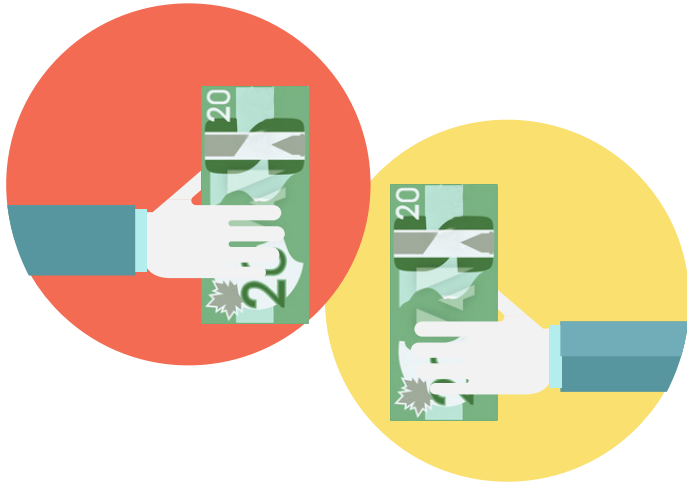
TEMPS À PRÉVOIR   POTENTIEL (\$) 



COLLECTE DE FONDS SUR FACEBOOK

Tirez profit de votre compte Facebook pour accomplir une action visant à stopper la SP. Il vous faudra moins de cinq minutes pour faire savoir aux gens pourquoi il vous importe tant de bâtir un monde sans SP et pour inviter vos amis Facebook à faire un don dans le cadre de votre campagne de collecte de fonds. Aussi, pourquoi ne pas inciter les gens à faire un don à l'occasion de votre anniversaire?

TEMPS À PRÉVOIR  POTENTIEL (\$)  

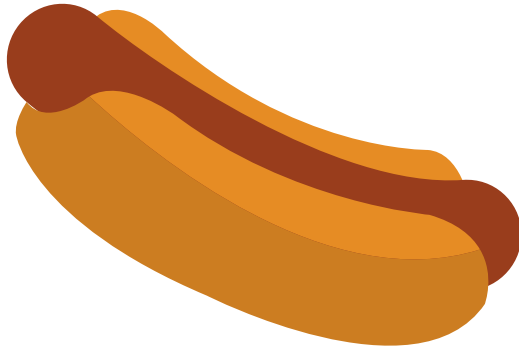


DONS JUMELÉS

Demandez à votre employeur si son entreprise pourrait égaler les fonds que vous amasserez dans le cadre de votre activité de collecte de fonds afin de doubler la portée de celle-ci!

TEMPS À PRÉVOIR 

POTENTIEL (\$) 



COLLECTE DE FONDS PAR PALIERS

Songez à une activité dans laquelle vous seriez prêt à vous lancer et qui susciterait l'enthousiasme des membres de votre réseau (raser une barbe portée depuis longtemps, faire une baignade en eau glacée, se déguiser en hot dog, épiler une partie de son corps, etc.). Puis, établissez divers paliers de collecte de fonds selon ce que vous êtes prêt à faire (p. ex. si vous choisissez de vous déguiser en hot dog, tentez d'amasser : 200 \$ pour porter votre déguisement; 500 \$ pour porter votre déguisement ET préparer des hot dogs pour ceux qui vous encourageront; 1 000 \$ pour vous laisser enduire complètement de ketchup et de moutarde par les gens désireux d'appuyer votre initiative). Faites connaître en direct cette activité ou parlez-en sur les réseaux de médias sociaux. N'oubliez pas d'utiliser le mot-clic #stopponslaSP.

TEMPS À PRÉVOIR 


POTENTIEL (\$) 



ATTRIBUTION EN LIGNE DE PRODUITS LOCAUX

Invitez les gens à fournir un produit local en vue d'un concours et déterminez le montant à verser par chaque participant. Chaque semaine (ou tous les jours selon le nombre de participants et la durée que vous aurez fixée pour le concours), tirez au sort le nom d'un des participants, lequel sera ainsi éliminé du concours. La personne dont le nom n'aura pas été tiré avant la fin du concours remportera tous les produits locaux, et l'ensemble des dons versés constitueront les fonds que vous aurez amassés.

TEMPS À PRÉVOIR 


POTENTIEL (\$) 



ACTIVITÉ DE TYPE « AU PROFIT DE... »

Faites de votre course à pied, de votre promenade à vélo habituelle ou encore de votre entraînement quotidien une action visant à stopper la SP. Fixez-vous un objectif de collecte de fonds et parlez aux membres de votre réseau de votre initiative et de l'épreuve physique à laquelle vous vous soumettez.

TEMPS À PRÉVOIR 

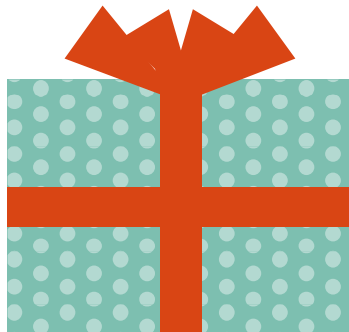
POTENTIEL (\$) 



VENTE AUX ENCHÈRES EN LIGNE

Élaborez une vente aux enchères virtuelle et parlez-en vos connaissances ainsi qu'aux propriétaires des commerces et des restaurants de votre localité pour savoir s'ils feraient un don dans le cadre de cette vente aux enchères. Prenez des photos des articles à vendre et publiez celles-ci sur une plateforme virtuelle. Vous permettrez ainsi aux membres de votre famille, à vos amis et à vos collègues de voir ce que vous mettez aux enchères et de faire leurs offres. Menez votre vente aux enchères durant quelques jours ou une semaine, tout au plus.

TEMPS À PRÉVOIR  POTENTIEL (\$) 



DON À L'OCCASION D'UN ANNIVERSAIRE

Grâce aux fonctionnalités de collecte de fonds offertes sur Facebook, vous pouvez mener une activité caritative consistant à amasser des dons jusqu'à votre anniversaire. Si votre enfant souhaite en faire autant à l'occasion de son anniversaire, voyez les possibilités offertes à ce chapitre par notre partenaire ECHOage.

TEMPS À PRÉVOIR  POTENTIEL (\$) 

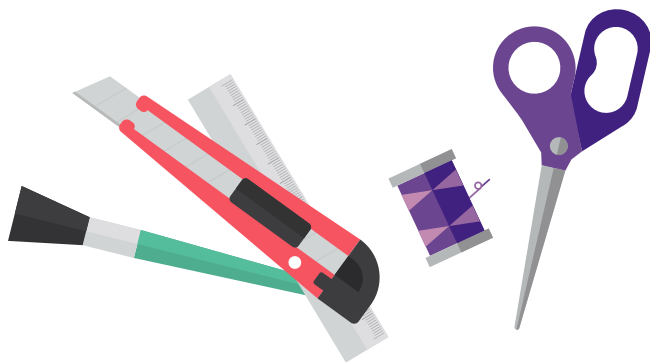


FÊTE OU RENCONTRE VIRTUELLE

Conviez vos amis à une fête ou à une rencontre virtuelle pour mener avec eux une action visant à stopper la SP. Proposez-leur des jeux numériques, organisez des jeux-questionnaires virtuels ou passez avec vos amis un bon moment en ligne. Vous pouvez même faire appel à notre partenaire ECHOage pour trouver un moyen facile de faire de votre fête d'anniversaire un événement de collecte de fonds.

TEMPS À PRÉVOIR 

POTENTIEL (\$) 



CRÉATION

Exprimez votre créativité et accomplissez ainsi une action visant à stopper la SP. Vous pourriez mettre à profit vos talents de musicien, d'artiste ou d'expert en photographie! Montrez ensuite vos créations aux membres de votre collectivité pour les inciter à participer au mouvement.

TEMPS À PRÉVOIR  POTENTIEL (\$) 