

Défi Têtes à prix 2017

Guide du participant individuel

14 octobre 2017



Ce guide a été conçu pour aider les participants du Défi Têtes à prix à atteindre leurs objectifs personnels et à vivre une expérience enrichissante. Vous y trouverez de l'information pertinente pour vous permettre de bien vous préparer en vue de votre défi.

Qu'est-ce qu'un défi individuel?

Le participant individuel est une personne qui relève le défi sans joindre un groupe. Il peut cependant s'entourer d'un comité qui le soutiendra dans l'organisation de son défi.

Vous faire raser les cheveux est un geste important qui vous amène à démontrer votre solidarité à l'égard des personnes touchées par le cancer. Plusieurs participants relèvent le défi pour soutenir un membre de leur famille, un collègue ou un ami vivant avec le cancer. Chacun éprouve un grand sentiment de fierté face à cette formidable démonstration d'appui et de soutien à un proche touché par la maladie!

Relever le défi de manière individuelle : deux options possibles

En relevant le défi à titre individuel, deux options s'offrent à vous :

- Relever le Défi Têtes à prix le 14 octobre, dans l'un des 8 sites officiels de participation;
- Organiser votre propre défi, au jour et à l'endroit de votre choix.

Option 1 : participer au Défi le 14 octobre

La forme la plus simple consiste à participer à la journée officielle du Défi Têtes à prix organisée par l'Association du cancer de l'Est du Québec, le samedi 14 octobre 2017, dans un site de participation près de chez vous. Vous conviez sur place les gens qui vous ont soutenu et vous y apportez le total des sommes récoltées. Durant l'événement, il vous sera possible de dévoiler le fruit de vos efforts. Si vous le souhaitez, vous serez invité sur la scène à parler de votre expérience.

Option 2 : organiser un défi personnalisé

Vous pouvez organiser un défi qui vous ressemble, à la date, à l'endroit et à l'heure que vous choisirez. L'Association vous fournit certains outils pour mettre votre défi de l'avant, mais vous demeurez complètement autonome dans son organisation. La réalisation d'un défi personnalisé présentant certaines particularités, nous vous invitons à prendre connaissance du Guide d'information d'un défi personnalisé pour obtenir les renseignements pertinents.

Démarche proposée pour faire de votre défi individuel un succès

1. Votre inscription et votre page personnelle

Dans la section [S'inscrire](#) du site Web du Défi Têtes à prix, sélectionnez l'option **Participer individuellement – dans l'un des sites de participation** et remplissez le formulaire tel que demandé. Vous vous engagez ainsi à récolter un minimum de 100 \$ en dons.

Une fois votre inscription complétée, vous aurez accès à une **page personnelle** directement sur le site Web du Défi Têtes à prix. Nous vous encourageons fortement à la personnaliser en y intégrant votre photo, un court texte décrivant votre motivation à relever le défi et même une vidéo de vous invitant les gens à vous encourager. Mettez à jour cette page régulièrement et utilisez-la pour remercier vos donateurs. Vous pouvez même vous servir de cet outil pour solliciter la participation de votre entourage!

2. Entourez-vous de collaborateurs efficaces

Si vous désirez organiser un défi de plus grande envergure, vous aurez besoin d'aide pour atteindre vos objectifs. Un comité d'amis et de bénévoles enthousiastes recrutés parmi votre entourage pourrait s'avérer extrêmement précieux. La taille de ce comité dépendra de l'ampleur de l'événement que vous organiserez.

Afin que tout roule comme sur des roulettes, vous pourriez diviser les tâches comme suit entre les membres de votre groupe :

- Une personne qui fait le pont entre le comité et l'Association du cancer de l'Est du Québec;
- Une personne responsable de gérer les sommes récoltées (faire les dépôts, gérer les grilles de dons, etc.);
- Une personne dédiée à la promotion de votre participation (apposer les affiches, publier du contenu sur les réseaux sociaux, prendre des photos, etc.);
- Des bénévoles impliqués dans l'organisation d'activités de financement pour augmenter vos revenus.

3. Faites la promotion de votre défi

Il existe 1001 façons d'inviter les gens à s'impliquer dans la réussite de votre défi. Ce peut être par le biais d'un courriel, d'un mémo, d'un bulletin interne ou d'un message affiché sur le babillard de la salle de pause, etc.

L'Association peut également vous fournir des boîtes de dons (tirelires cartonnées).

Si vous organisez une activité de financement de grande envergure, vous pouvez aussi demander à l'Association de rédiger un communiqué de presse. L'équipe du financement et le service des communications de l'Association évalueront avec vous quels éléments peuvent être produits, selon la disponibilité des ressources et les autres événements ayant cours dans la même période. Pour augmenter les chances que nous puissions répondre positivement à votre demande, il est important de nous l'adresser le plus tôt possible. Le délai varie selon les éléments à produire. Par exemple, pour un communiqué de presse, il faut prévoir un minimum d'un mois avant la date de diffusion désirée.

4. Conseils et astuces pour une collecte de dons fructueuse

Bien se préparer au Défi Têtes à prix est la clé pour vivre une expérience enrichissante qui restera gravée dans votre mémoire longtemps, avec le sentiment d'avoir posé une action vraiment bénéfique.

Truc n° 1

Un don 100 % Est-du-Québec

Avec le soutien de ses donateurs et partenaires, l'Association du cancer de l'Est du Québec offre aux personnes atteintes de cancer et à leurs proches, partout au Bas-Saint-Laurent, sur la Côte-Nord, en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine, des services qui les aident à se sentir mieux physiquement et psychologiquement. Un don à l'Association est un don 100 % Est-du-Québec. N'hésitez pas à le mentionner à vos donateurs.

Truc n° 2

Changez votre état d'esprit

Le cancer est présent dans la vie de beaucoup de gens. Lorsque vous sollicitez des donateurs, vous serez surpris de voir combien d'entre eux vous remercieront de leur donner l'occasion de faire une différence!

Truc n° 3

Motivez votre équipe

Créez un groupe de courriels ou un groupe Facebook pour partager vos histoires, vos mots d'encouragement, des apprentissages-clés en collecte de fonds – et encouragez vos partenaires d'équipe à faire la même chose.

Truc n° 4

Donnez à vous-même

La meilleure façon d'encourager les autres est de leur montrer que vous avez vous-même contribué à votre cagnotte. Faites un don de départ!

Truc n° 5

Personnalisez vos communications

Racontez VOTRE histoire, expliquez pour quelle raison vous relevez le défi. L'Association vous fournira des canevas de base comportant des phrases-clés, mais plus personnelles seront vos demandes, plus les gens se sentiront concernés.

Truc n° 6

N'hésitez pas à demander!

Pour obtenir ce que vous souhaitez, il faut d'abord le demander. Les dons ne proviennent pas toujours des personnes de qui vous les auriez attendus. Rejoignez un vaste public et rendez chaque demande personnelle. Référez-vous aux outils disponibles sur le site Internet du Défi Têtes à prix, dans votre page personnelle.

Truc n° 7

Montrez votre gratitude

Remerciez rapidement et régulièrement vos donateurs. Tenez-les informés de vos progrès en gardant, entre autres, votre page du participant à jour et démontrez-leur l'impact qu'ils ont. En les remerciant publiquement, vous encouragez les autres à emboîter le pas.

Truc n° 8

Faites-vous connaître dans les médias sociaux

Vous serez surpris du support que vous recevrez à partir d'un message Facebook, d'un Tweet, d'une photo Instagram ou même d'une vidéo déposée sur YouTube. Utilisez les boutons de partage par Facebook et courriel sur votre page personnelle du participant.

Truc n° 9

Pensez GROS

Demandez des montants spécifiques de la part de personnes qui peuvent faire de plus gros dons, et n'ayez pas peur de faire un suivi par téléphone ou lors de rencontres en personne.

Truc n° 10

Suivi

La plupart des gens sont prêts à donner, même juste un petit montant, mais ont besoin d'un rappel. Le fait qu'ils n'aient pas répondu initialement ne signifie pas qu'ils refusent de vous supporter. C'est correct de faire un suivi!

Truc n° 11

Rencontrez-vous pour un café

Rencontrez certains de vos donateurs potentiels en personne. Rien n'est plus personnel ou efficace que de s'asseoir et d'avoir une conversation avec quelqu'un.

Truc n° 12

Événements spéciaux

Faites don de votre anniversaire de naissance, de mariage ou de toute autre occasion spéciale à la cagnotte de votre défi – et demandez aux gens de donner le montant de l'année que vous célébrez (et plus!).

Truc n° 13

Téléchargez et partagez

Consultez votre page personnelle sur le site Internet du Défi Têtes à prix pour obtenir des documents téléchargeables tels qu'une photo de couverture Facebook et une image à apposer dans votre signature courriel. Cela vous aidera à faire connaître cette activité dans vos réseaux.

Truc n° 14

Mettre la table

Un jour férié s'en vient? Pourquoi ne pas organiser un événement spécial? Invitez votre famille ou vos amis à un repas et transformez votre centre de table en tirelire. Vous pourriez même organiser un tournoi de cartes amical, un tournoi de quilles, un souper spaghetti, une journée sportive et combien d'autres encore! Laissez aller votre imagination!

* Note : ces 14 conseils sont inspirés d'un outil produit par Cycle for Survival.

5. Une saine gestion des dons qui vous sont versés est essentielle

Pour contribuer financièrement à votre cagnotte, vos donateurs ont besoin d'avoir confiance en vous. Une saine gestion des dons que vous recevez témoigne de votre respect à leur égard et de votre réel engagement envers la cause.

La façon la plus simple et la plus sécuritaire de recueillir les dons est de diriger vos donateurs vers votre page personnelle, au www.defitetesaprix.org/donner, pour qu'ils puissent y souscrire un don sécurisé. De cette façon, les dons sont acheminés directement à l'Association par voie électronique et se compilent automatiquement sur votre page personnelle. Un simple coup d'œil à votre page vous permet de voir où en est votre collecte.

Téléchargez facilement et rapidement les documents suivants à l'intérieur de votre page du participant : **grilles de dons**, **bordereaux de dépôt** et **sommaire de votre collecte**. Vous pourrez ainsi les imprimer selon vos besoins et vous assurer d'en avoir toujours sous la main.

Il est important de bien noter les **coordonnées complètes de vos donateurs**, dans une écriture **lisible**, sur vos grilles de dons;

Déposez dans une **caisse Desjardins** tous les dons que vous aurez récoltés. Vous devez utiliser les **bordereaux de dépôt** fournis par l'Association. Ne les perdez pas et brochez-les sur vos grilles de dons. Ces bordereaux sont très importants puisqu'ils sont les preuves de vos collectes;

Le jour du défi, apportez dans une enveloppe tous vos reçus de caisse, chèques et grilles de dons ainsi que votre sommaire de collecte et les montants récoltés. Ces éléments devront tous être remis lors de votre arrivée au site de participation le 14 octobre. Regroupez les chèques et l'argent qui n'auront pas été déposés à l'avance, de façon à faciliter le décompte;

Fabriquez un thermomètre pour mieux illustrer le fruit de votre collecte. Installez-le bien en vue dans votre milieu de travail ou ailleurs. Il s'agit là d'un outil très motivant!

6. Le jour du rasage

Portez une attention particulière aux consignes suivantes :

- Accordez une importance particulière à la propreté de vos cheveux;
- Assurez-vous d'avoir en main tous les documents qui vous auront été utiles lors de votre collecte :
 - Sommaire de votre collecte rempli;
 - Grilles de dons lisibles et complétées;
 - Bordereaux de dépôts estampillés ou reçus de la caisse Desjardins brochés aux grilles de dons;
 - Chèque et argent non déposés;
- Prévoyez un chapeau, un bonnet ou un foulard pour vous couvrir la tête, si vous le souhaitez;
- Invitez vos proches et autres supporteurs à assister à votre défi;
- Arrivez une demi-heure avant l'heure prévue de votre rasage;
- Prévoyez être présents à la fin de l'activité pour la photo de groupe, qui est normalement prise vers 16 h. (Attention : l'heure pouvant varier selon le nombre de participants, informez-vous auprès des bénévoles sur le site);
- Profitez bien de ce moment unique et rempli d'émotions!

7. Dites merci!

Il est très important de remercier toutes les personnes qui vous auront aidé à concrétiser votre projet. Par la poste ou par courriel, vous pouvez, par exemple, partager une photo de groupe du jour J en guise de reconnaissance. Cela leur fera plaisir et ils seront plus enclins à vous encourager à nouveau dans un prochain projet. Les gens seront touchés par votre enthousiasme. Vous verrez rapidement que la reconnaissance est un puissant moteur du cœur.

Quelques règles importantes

Vos dépenses

En aucun cas, les dons personnels recueillis pour le Défi Têtes à prix ne peuvent financer vos activités de participant. Si vous avez à organiser une activité qui nécessite un investissement, nous vous suggérons de faire appel à des commanditaires. Offrez-leur une certaine visibilité auprès des participants, des donateurs et des spectateurs : affiches, dépliants, mention sur votre page personnelle (vous disposez d'un espace pour intégrer les logos des commanditaires), etc.

Vos relations de presse

Si vous désirez annoncer votre initiative dans les journaux locaux, vous devez nous faire approuver au préalable votre communiqué de presse, votre publicité ou tout autre élément que vous aurez produit.

Les têtes d'affiche du Défi Têtes à prix et les représentants de l'Association du cancer de l'Est du Québec

Si vous en faites la demande, il est possible que la tête d'affiche ou un représentant de l'Association soit présent à votre activité selon son horaire et ses disponibilités. Nous ne pouvons assister à toutes les activités, mais dans la mesure du possible, nous tentons d'être présents. Transmettez-nous votre demande au moins un mois à l'avance pour nous permettre de l'inclure au calendrier des personnes concernées.

Reçus officiels

L'Association du cancer de l'Est du Québec émettra des reçus officiels aux donateurs qui verseront un don de 10 \$ et plus. N'oubliez pas de fournir les coordonnées complètes de chaque donateur désirant un reçu.

Sollicitation et recrutement

Lorsque vous invitez des personnes à rejoindre votre groupe, rappelez-vous qu'elles doivent être libres dans leur choix. Vous ne pouvez forcer quelqu'un à se faire raser.

Rappelez-vous que la sollicitation en milieu de travail, dans certains lieux publics et dans les écoles doit être autorisée par la direction de chacun de ces établissements et être réalisée dans le respect des règles en vigueur. L'Association ne pourra être tenue responsable d'une infraction.

Le porte-à-porte est proscrit. L'Association réalise déjà une campagne de ce type peu de temps avant le Défi Têtes à prix. Si les citoyens sont trop sollicités, l'Association risque de perdre l'appui de ces donateurs. Comme l'objectif de ces campagnes et activités de financement est de récolter des fonds essentiels au maintien et au développement de services destinés aux personnes touchées par le cancer, nous avons tous intérêt à respecter les limites de nos généreux donateurs.

Vous voilà maintenant prêt à participer au Défi Têtes à prix!

N'hésitez pas à communiquer avec nous pour obtenir du soutien ou des conseils. Voici nos coordonnées :

Guillaume Plourde, agent – événements spéciaux

Association du cancer de l'Est du Québec

151, rue Saint-Louis, case postale 4151

Rimouski (Québec) G5L 0A4

Téléphone : 418 724-0600

Sans frais : 1 800 463-0806

gplourde@aceq.org