

Le plus important événement annuel de collecte de fonds pour le Parkinson au Québec

Je participe...
8 000 KM
POUR
PARCOURS
Parkinson



RÉALISER UNE
COLLECTE DE FONDS
DE 350 \$ EN
UNE SEMAINE

*« En septembre, c'est
pour le Parkinson que
je bouge. Et vous ? »*

Luc Bourgeois,
porte-parole provincial
du Parcours Parkinson

1 800 720.1307
PARCOURSPARKINSON.CA



Réaliser une collecte de fonds peut être simple à une seule condition : il faut demander !

VOUS AVEZ BESOIN DE 5 MINUTES PAR JOUR

pour réussir à atteindre vos objectifs ou même les dépasser !

DIMANCHE

Faites, vous-même, un don **25 \$** sur votre page de collecte de fonds.

LUNDI

Demandez à 2 membres de votre famille d'égaliser vos dons de **25 \$**.

MARDI

Demandez **25 \$** à une personne dont vous avez déjà soutenu la cause dans le passé.

MERCREDI

Demandez à 5 collègues de travail de contribuer en donnant un montant de **20 \$** chacun.

JEUDI

Demandez via Facebook, Twitter et LinkedIn. Vous serez surpris de voir le nombre de personnes qui vous aideront (amis du secondaire, ancien collègue de travail).

VENDREDI

Demandez à 2 des commerces dont vous êtes un client régulier de vous soutenir pour un montant de **25 \$** (coiffeur, épicière, café du coin).

SAMEDI

Demandez à 5 de vos voisins de vous soutenir pour un montant de **10 \$** chacun.

AVEZ-VOUS ATTEINT VOTRE OBJECTIF ?

Si la réponse est **OUI**, félicitations!

Si la réponse est **NON**, ne vous découragez pas.

Suivez ces étapes simples et inspirez-vous des messages suggérés pour atteindre ou même dépasser votre objectif !

Informez votre entourage de votre objectif et de l'évolution de votre collecte et de votre entraînement.

Sensibilisez votre entourage à la maladie de Parkinson et de l'importance que vous portez personnellement au soutien de cette cause.

Remerciez toujours vos donateurs.

Relancez les personnes à qui vous avez demandé de vous soutenir.

Voici quelques conseils et un message prêt à être utilisé pour faire connaître votre défi et solliciter votre entourage.

Nous savons que le temps et l'énergie que vous consacrerez à la collecte de fonds sont précieux et nous souhaitons vous aider à avoir du succès dans l'atteinte de votre objectif. Soyez optimiste !

L'enthousiasme c'est contagieux, il est important pour vos donateurs de sentir votre passion pour l'événement ainsi que votre engagement à l'égard de la collecte de fonds et la mission de Parkinson Québec et les organismes Parkinson régionaux.

Expliquez pourquoi vous recueillez des sommes d'argent pour le Parcours Parkinson.
Lorsque vous racontez votre histoire ou votre motivation, les gens sont davantage portés à donner.

Adresser des demandes au plus grand nombre de personnes possibles.
Demandez à votre comptable, votre banquier, votre pharmacien, à votre coiffeur, à votre dentiste...

Le nombre de dons que vous recevrez sera en fonction du nombre de demandes que vous ferez.

Souvenez-vous qu'une des principales raisons pour lesquelles les gens ne participent pas ou ne font pas de don, c'est qu'on ne leur a jamais personnellement demandé de le faire !

Soyez constant dans vos communications et précis dans vos demandes.



**MERCI POUR VOTRE PARTICIPATION
AU PARCOURS PARKINSON.**

MODÈLE DE COURRIEL

OBJET : Je vais [courir/marcher et la distance choisie ou défi alternatif] pour les personnes atteintes de la maladie de Parkinson : encouragez-moi !

Bonjour [nom de la personne contactée],

J'espère que ça va bien. Pour ma part, je suis excité(e) parce que, bientôt, je vais vivre quelque chose de fantastique : le [9,10 ou 17] septembre prochain, je participerai au Parcours Parkinson [votre région] pour amasser des fonds pour Parkinson Québec.

[Courir/marcher votre distance] va me demander de la détermination. Mais je suis inspiré(e) par les 25 000 Québécois qui [comme moi/nom d'un proche qui vit avec la maladie], font preuve de courage tous les jours en continuant d'avancer même en vivant avec la maladie. Je connais les difficultés que traverse une personne atteinte de la maladie. Poursuivre une activité, gérer sa médication, faire de l'exercice et être attentif à sa nutrition sont de grands accomplissements de tous les jours pour la personne atteinte. Il faut préciser que jusqu'à aujourd'hui aucun médicament ne peut la guérir, mais seulement en atténuer les symptômes.

Mon objectif est d'amasser [votre objectif] d'ici le jour de la course, le [xx] septembre. C'est aussi un défi, mais je sais que je peux réussir si mes proches m'encouragent. On peut m'appuyer en cliquant sur le lien suivant pour accéder à ma page personnelle et y faire un don en ligne. C'est simple, rapide et totalement sécuritaire.

[Lien vers votre page personnelle]

L'argent que j'amasserai sera versé en totalité à Parkinson de ma région et servira à :

- Poursuivre les services directs d'information et de références;
- Poursuivre les services de soutien et les activités aux personnes vivant avec le Parkinson et les proches aidants.

Merci de m'encourager !

Bonne journée et à bientôt

[Votre nom]

P.-S. — Pour marcher ou courir avec moi ou pour soutenir un Parcours Parkinson il suffit de visiter parcoursparkinson.ca ou appelez 1 800 720.1307.