

## Organiser un événement de collecte pour faire avancer la recherche sur la SEP progressive avec la Ligue Française contre la Sclérose en Plaques

*Vous souhaitez prendre part à la campagne « **Un baiser d'adieu à la Sclérose en Plaques** » et organiser un événement pour lever des fonds et soutenir la recherche sur la SEP progressive ? Félicitations et bienvenue dans l'équipe des ambassadeurs de la campagne !!*

Voici quelques conseils pour bien démarrer :

1. **Amusez-vous !** Trouvez une activité que vous allez aimer organiser. C'est bien connu, la bonne humeur est contagieuse : si vous montrez que vous prenez du plaisir à monter votre action et que vous êtes convaincu(e) de son utilité, d'autres voudront vous accompagner soit en vous rejoignant le jour de l'activité, soit en vous soutenant sur votre page de collecte.
2. **Organisez quelque chose de simple.** Les idées simples sont souvent les plus efficaces et les plus conviviales. Vous n'avez qu'un mois pour réaliser votre événement de collecte, n'allez pas vers quelque chose de trop compliqué, vous risqueriez de vous y perdre !
3. **Communiquez, communiquez, communiquez !!!** Faites savoir à votre entourage que vous êtes mobilisé(e) dans le cadre de cette campagne et expliquez pourquoi. Envoyez par mail à vos contacts le lien vers votre page de collecte, partagez-le sur Facebook, twitter et demandez de vous soutenir dans votre action pour faire avancer la recherche. N'oubliez pas de partager les informations sur l'action que vous projetez de faire pour impliquer un maximum de monde !

## **Vous êtes prêt ? Alors c'est PARTI !!!**

Tout d'abord, vous devez choisir une action qui rentre dans le cadre d'un de ces 3 challenges :

- Portez quelque chose de rouge
- Organisez une manifestation qui sorte de l'ordinaire
- Associez un maximum de monde à la campagne en organisant chez vous, avec des amis ou sur votre lieu de travail un événement

Vos outils tout au long de la campagne :

- La page de collecte Alvarum de la Ligue : **un baiser d'adieu à la Sclérose en Plaques**. Vous devez créer un compte (gratuit). Toutes les actions que vous entreprendrez dans le cadre de cette campagne devront faire l'objet d'une page de collecte reliée à cet événement.  
<http://www.alvarum.com/charity/1173/challenge/1601>
- La page Facebook de « Un baiser d'adieu à la Sclérose en Plaques » destinée à communiquer sur les actions entreprises par chacun des « collecteurs » dans le cadre de la campagne. L'équipe de la Ligue donnera régulièrement des idées d'actions à entreprendre seul ou en groupe : <https://www.facebook.com/Un-baiser-dadieu-%C3%A0-la-Scl%C3%A9rose-en-Plaques-199399267062313/timeline>
- Le #baiserdadieualsep pour partager les principales initiatives sur les réseaux sociaux
- Badges, tee shirts, documentation sur la SEP, la SEP progressive et la Ligue sont disponibles sur demande

## PORTEZ DU ROUGE

Voici un challenge simple à mettre en œuvre, qui peut être original et facile à partager pour inciter votre entourage à vous suivre !

Quelques idées d'action :

- **Portez du rouge à lèvres rouge, pendant toute la durée de campagne (14 janvier-14 février)** et faites-vous sponsoriser : enregistrez-vous sur le site Alvarum.com en indiquant que vous créez une page de collecte dans le cadre de la campagne un baiser d'adieu à la Sclérose en Plaques. Votre famille, amis et collègues pourront vous soutenir directement via cette page. Vous pouvez également insérer un « challenge dans le challenge » : si j'atteins les 1 000 euros de collecte, je teins mes cheveux en rouge » !  
N'oubliez pas de prendre des photos de vous, ou du groupe que vous aurez réuni autour de vous et de les partager sur les réseaux sociaux: selfies mimant un baiser d'adieu, mises en scène photo originales... rappeler à tout moment votre challenge et pourquoi il faut vous soutenir !
- **Instaurez un « jour en rouge » à votre travail** : soit au niveau de l'entreprise toute entière (si vous en parlez à votre DRH), soit au niveau de votre équipe de collaborateurs proches. Comme pour le challenge précédent, une fois l'idée lancée et validée, créer votre page de collecte sur Alvarum.com et partagez vos photos de vous tous habillés en rouge !
- **Portez une touche de rouge le 14 février**, dernier jour de la campagne et organisez un petit déjeuner chez vous ou à votre travail pour la clôturer. Des croissants, du thé, café et jus d'orange pour dire adieu à la Sclérose en Plaques ! Toutes les personnes qui souhaitent vous soutenir pour le faire sur votre page de collecte créée sur le site d'alvarum.

Vous avez besoin de documentation sur la Sclérose en Plaques ou sur la Ligue, n'hésitez pas à nous contacter pour en recevoir ! Si vous souhaitez commander des badges (3€ l'unité) ou des tee shirts (10€ l'unité) de la campagne, envoyez-nous un chèque à l'ordre de la LFSEP au 40 rue Durantou – 75015 Paris en précisant le nombre d'exemplaires désiré et votre adresse postale. Pour plus d'informations :

Judith KOSTER – [judith.koster@ligue-sclerose.fr](mailto:judith.koster@ligue-sclerose.fr) / 01 53 98 98 82



## Organisez ou participez à une manifestation originale

Vous êtes un créatif et vous n'avez pas peur de sortir des sentiers battus ? Alors ce challenge est pour vous !

### Quelques idées d'actions :

- **Vous êtes un homme, portez, vous aussi du rouge à lèvres rouge !** Prouvez que vous n'avez pas peur du regard des autres et montrez en photo que votre soutien à la recherche pour la SEP progressive est le plus fort. Votre geste n'en sera que plus visible et plus impactant ! Toutes les personnes qui souhaitent vous soutenir pour le faire sur votre page de collecte créée sur le site d'alvarum.com
- **Participez à une course, nage, randonnée...** tout événement sportif se déroulant proche de chez vous, et portez les couleurs de la campagne à cette occasion (commande de tee shirt possible auprès de Judith KOSTER – [judith.koster@ligue-sclerose.fr](mailto:judith.koster@ligue-sclerose.fr) / 01 53 98 98 82) Faites connaître votre projet, invitez vos contacts à vous soutenir sur la page de collecte Alvarum que vous aurez créée, et partagez vos photos sur les réseaux sociaux en expliquant pourquoi la recherche sur la SEP progressive est fondamentale et pourquoi vous avez voulu vous engager.
- **Créez une chanson, un poème, un roman photo ou un petit clip** pour sensibiliser le grand public à la Sclérose en Plaques, maladie encore mal connue et trop peu médiatisée. Partagez vos réalisations sur les réseaux sociaux et incitez vos connaissances à soutenir votre projet sur la page de collecte Alvarum.com
- **Le ciel comme seule limite :** amateur de sensations fortes ? Ne vous censurez pas, profitez de cette campagne pour réaliser votre rêve tout en collectant pour une cause qui vous tient à cœur : saut en parachute, à l'élastique, ascension de montagnes.... Tout est possible tant que vous reliez cet événement à la campagne en diffusant des photos et en partageant le lien vers votre page de collecte sur Alvarum.com

Vous avez besoin de documentation sur la Sclérose en Plaques ou sur la Ligue, n'hésitez pas à nous contacter pour en recevoir ! Si vous souhaitez commander des badges (3€ l'unité) ou des tee shirts (10€ l'unité) de la campagne, envoyez-nous un chèque à l'ordre de la LFSEP au 40 rue Durantou – 75015 Paris en précisant le nombre d'exemplaires désiré et votre adresse postale. Pour plus d'informations :

**Judith KOSTER** – [judith.koster@ligue-sclerose.fr](mailto:judith.koster@ligue-sclerose.fr) / 01 53 98 98 82



## Associez un maximum de monde à la campagne

Vous avez l'esprit de groupe et êtes d'humeur festive ? Organisez chez vous, avec des amis à l'extérieur ou sur votre lieu de travail, un événement pour soutenir la recherche sur la SEP progressive !

### Quelques idées d'actions :

- **Organisez un repas chez vous** : réunir vos proches autour d'un repas est un excellent moyen de passer un bon moment et de collecter le soutien de tous. Il peut s'agir d'un petit repas entre amis ou d'une réception pour des centaines de personnes !! Repas à thème, avec des jeux, des prises de parole ... faites en sorte que l'on s'en souvienne ! Prenez des photos/vidéos de vos convives pour les poster sur les réseaux sociaux (page Facebook de la campagne par ex). En amont du repas, créez votre page de collecte sur Alvarum.com et diffusez le lien à vos convives !
- **Organisez une fête** : sur le même principe que l'idée précédente, réunissez vos proches autour d'un thème fédérateur ! Soirée cocktails, barbecue, « blind test », soirée dansante, soirée pyjama... ! Tout est possible tant que vous communiquez sur votre soirée et expliquez pourquoi collecter des fonds pour la recherche sur la SEP progressive est important pour vous ! En amont du repas, créez votre page de collecte sur Alvarum.com et diffusez le lien à vos convives !
- **Mettez en place une activité** : journée de golf, accrobranche, paintball, cours de danse... pour plus de fun, habillez-vous tous en rouge, aux couleurs de la campagne et partagez vos photos et lien vers la page de collecte Alvarum !

Vous avez besoin de documentation sur la Sclérose en Plaques ou sur la Ligue, n'hésitez pas à nous contacter pour en recevoir ! Si vous souhaitez commander des badges (3€ l'unité) ou des tee shirts (10€ l'unité) de la campagne, envoyez-nous un chèque à l'ordre de la LFSEP au 40 rue Durantou – 75015 Paris en précisant le nombre d'exemplaires désiré et votre adresse postale. Pour plus d'informations :

Judith KOSTER – [judith.koster@ligue-sclerose.fr](mailto:judith.koster@ligue-sclerose.fr) / 01 53 98 98 82

