



Cher.ère coureur.se ! Merci beaucoup de courir pour Viva Salud. Au-delà du défi sportif, le défi consiste surtout à rassembler le plus d'argent possible pour les projets de Viva Salud.

Nous vous mettons au défi de récolter minimum 200 euros. Avec 100 coureurs, nous désirons récolter 20 000 euros pour mener à bien notre campagne sur les soins de santé publics.

Pas d'inquiétude. Avec un peu de créativité, d'énergie et de détermination, vous réussirez certainement!

Voici les règles d'or pour une récolte de fonds réussie.

Bonne chance!



Jasper Vandorpe
Responsable événements sportifs
02 209 23 65
20km@vivasalud.be

Comment les gens peuvent-ils vous soutenir ?

1. Via votre page d'action

Via votre page d'action personnelle, les gens peuvent très facilement vous sponsoriser en faisant un don en ligne. Pour partager, il vous suffit de copier le lien URL dans vos e-mails, messages ou publications Facebook.

→ Créez votre propre page d'action pour les 20km !

1. allez sur <http://actions.vivasalud.be/>
2. Dans "Je veux créer une action pour" choisissez "20km de Bruxelles 2020"
3. Dans "mon action s'appelle" choisissez un nom pour votre action, par exemple "Jasper transpire et court les 20km de Bruxelles pour Viva Salud"
4. Sur la page suivante, vous devez remplir une série de choses:
 - Dans "équipe" vous ne devez rien remplir
 - Vous ne devez pas forcément mettre une photo de profil mais cela personnalise quand même votre page
 - Attention! La date de fin ne doit pas être le jour des 20 km. Beaucoup de personnes font encore des dons après les 20 km lorsqu'ils voient les photos ou parce que vous leur avez envoyé un email. Prenez donc plutôt comme date de fin le 20 juin 2020.
 - Dans "Info sur votre action" racontez pourquoi vous courez avec Viva Salud pour le droit à la santé. Partez de votre expérience, vos intérêts ou de votre indignation. Si vous n'avez pas d'inspiration, vous pouvez utiliser le texte standard.
5. BRAVO, vous avez réalisé votre page d'action !

Dans quelques minutes, vous recevrez un e-mail avec le lien vers votre page, ainsi que le lien pour - si nécessaire - effectuer des modifications. De cette façon, vous pouvez toujours rendre votre page plus belle, l'ajuster, ajouter une photo.

Une fois que votre page est prête, vous pouvez utiliser votre lien personnel pour demander à vos amis, votre famille, vos collègues, etc. de vous soutenir (voir 10 CONSEILS d'or ci-dessous).

Vous pouvez aussi monter une équipe et récolter des fonds ensemble. Pour plus d'info, écrivez un email à 20km@vivasalud.be

2. Verser de l'argent via un virement sur notre compte

Les gens peuvent également vous parrainer en faisant un don sur notre compte :

Viva Salud | IBAN **BE15 0010 4517 8030** | ! Avec la communication "20km + votre nom"

Chaussée de Haecht 53, 1210 Bruxelles



Bon à savoir...

- ✓ Dites-le à tous ceux que vous connaissez. Après tout, vous faites quelque chose d'assez impressionnant !! **Plus vous en parlerez, plus vous récolterez.**
- ✓ **La répétition est le secret de la réussite.** N'hésitez pas à faire savoir plus d'une fois que vous allez courir les 20 km de Bruxelles. Envoyez des rappels 2 semaines après avoir demandé un soutien. **Les gens veulent vraiment vous soutenir, mais ils oublient.**
- ✓ Le plus vite vous commencez, le plus de sponsor vous trouverez. Pour cette raison, nous conseillons de vous y mettre directement dès que votre inscription aux 20 km est faite.
- ✓ Mentionnez toujours que les dons à partir de 40 euros donnent droit à une attestation fiscale (soit un remboursement de 45 % par les impôts!)
- ✓ Utilisez différents moyens pour atteindre tous les membres de votre réseau. Ci-dessous, vous pouvez voir les différentes possibilités...



Que pouvez-vous faire ? (10 règles d'or)

1. Demandez d'abord à vos meilleurs amis et à vos proches de faire un don.



- x Dès que les premiers dons sont arrivés, tout se passe beaucoup plus facilement.
- x Les gens parrainent beaucoup plus vite quand ils voient que d'autres les ont devancés.

2. Parlez aux gens en personne → ça marche toujours très bien !



- x **Parlez** aux gens de votre quartier, à la boulangerie, au travail...
- x Vous organisez bientôt une **fête** de famille ou un autre événement social ? Parlez de votre initiative et **mentionnez votre page d'action** personnelle!
- x Il y a beaucoup de sponsors potentiels sur **votre lieu de travail ou dans les organisations où vous êtes actif**: vos collègues, votre employeur peuvent être intéressés par votre initiative et décider de vous soutenir dans ce défi. Ils reçoivent aussi une **attestation fiscale** pour chaque don de 40€ ou plus.

3. Créez un post sur Facebook (1, 2 ou 3)



The image shows a Facebook post from Géraldine Malaise, dated May 12, 2018. The post text reads: "C'est reparti pour un tour! Dans 2 semaines, je cours les 20 km de Bruxelles pour soutenir les partenaires de M3M en RDC, Palestine et aux Philippines. Si vous voulez me donner un petit coup de pouce : <https://actions.m3m.be/58no2mrcqdv0> .". Below the text is a photo of a group of runners at a starting line. The post title is "Géraldine court les 20km de BXL pour G3W-M3M" and the description says "Jamais 2 sans 3... Cette année encore, je participe aux 20 km de...". The post has 39 likes and 15 comments.

- x Partagez le lien de votre page d'action sur votre mur
- x Une PHOTO de vous est toujours bienvenue, ça marche bien !
- x Décrivez brièvement dans le TEXTE ce que vous allez faire, dans quel but et demandez clairement à vous parrainer.
- x Mentionnez L'AVANTAGE FISCAL pour les dons à partir de 40 €.

- x **Conseil en prime** : faites un nouveau post toutes les deux semaines avec une mise à jour : "Merci à X personnes de me sponsoriser. Fin mai, je vais courir les 20 km de bruxelles pour récolter des fonds pour Viva Salud. Ils luttent pour des soins de santé publics forts en Belgique, en Palestine , au Cono et aux Philippines. **Parrainez-moi via (lien page d'action)**".
- x **Conseil en prime n°2** : partagez ce post dans les groupes dont vous faites partie sur Facebook. Par exemple : la famille, les groupes de course, les meilleurs amis, etc.

4. Envoyez un mail (personnel) à 10 personnes au minimum



- x Décrivez dans votre texte ce que vous allez faire (courir les 20 km de Bruxelles) pour quel objectif (Viva Salud) où partira l'argent (militants pour le droit à la santé dans le Sud) et demandez clairement de vous faire sponsoriser.
- x Envoyez ceci à votre famille la plus proche, à vos meilleurs amis et à vos collègues les plus sympathiques.
- x N'oubliez pas d'insérer le lien de la page d'action bien sûr ;)

- x *Conseil en prime : demandez : "Je cherche 10 personnes qui veulent me soutenir avec un don de 40 €. De cette façon, je peux récolter 400 € pour les travailleurs de la santé palestiniens, philippins et congolais. Avec un don de 40 euros, vous récupérez 22 euros par le biais de vos impôts. Puis-je compter sur votre soutien ?*

5. Organisez une fête



- x Dîner, brunch, soirée spaghetti, tout ce que vous voulez.
- x Demandez une "entrée" ou des "contributions volontaire". Vous récolterez facilement quelques centaines d'euros !
- x Assurez-vous que l'approche est claire : tout tourne autour de votre collecte de fonds.

6. Vendez des vieux trucs et vêtements



- x Fouillez dans votre placard, faites le tour de votre garage.
- x Mettez tout en vente sur [Facebook Marketplace](#), sur un [site de seconde occasion](#) ou dans un marché aux puces qui a lieu dans votre quartier

7. Appelez les gens



- x Prenez le temps d'appeler les personnes que vous ne pouvez pas joindre par le biais des médias sociaux ou des e-mails.
- x N'entamez peut-être pas la conversation sur une demande d'aide, mais n'ayez pas honte de l'aborder clairement, vous faites quelque chose de fantastique !

- x L'un de nos meilleurs collecteurs de fonds prend chaque année le temps d'appeler des personnes de son entourage social et professionnel le soir, parfois pendant trois heures.

Cela demande du temps et du courage, mais c'est un moyen très efficace d'informer et de convaincre les gens de donner de l'argent. Il n'est pas nécessaire d'être trop insistant, mais ne laissez pas tomber le fait que vous participez à une initiative qui vous tient à cœur.

8. Changez votre photo de couverture sur Facebook.

- x Vous pouvez utiliser cette image. (Envoyez un email à 20km@vivasalud.be pour obtenir la photo.)



- x N'oubliez pas de mentionner de décrire votre nouvelle photo de couverture en expliquant que vous cherchez du soutien pour les 20km de Bruxelles et mettez en évidence le lien vers votre page d'action en ligne !

9. Changez votre signature de mail

- x Vous pouvez facilement changer votre signature automatique au bas de vos mails via les paramètres de votre boîte aux lettres électronique.
- x Ajoutez-y : Je cours les 20km de Bruxelles pour le droit à la santé. Soutenez mon effort via ce lien (lien vers votre page d'action)
- x Vous serez surpris de voir à quel point cela fonctionne bien !

10. Soyez créatif !



- x Vous voulez faire quelque chose qui n'est pas sur cette liste ? Allez-y ! Si vous avez besoin de matériel ou de notre aide, n'hésitez pas à nous contacter → 20km@vivasalud.be

Encore quelques infos utiles

L'argent récolté lors des 20 km de Bruxelles sera versé à nos partenaires des pays du Sud pour les soutenir. Parlez de nos projets, parlez des raisons qui vous amènent à les soutenir et pour lesquelles vous trouvez le travail de Viva Salud si important.

À propos de Viva Salud

Viva Salud est une ONG belge née de la conviction que tous les êtres humains ont droit à la santé.

C'est pourquoi nous soutenons le développement des mouvements sociaux dans le Sud qui agissent en faveur du droit à la santé. Aux Philippines, en Palestine, en République démocratique du Congo, à Cuba et ailleurs, nous apportons à nos partenaires soutien et conseils pour mettre sur pied des organisations solides. Nous les soutenons aussi financièrement grâce à des fonds et des dons acquis en Belgique.

En outre, nous soutenons leur lutte politique à travers nos activités en Belgique et notre travail en réseau au niveau international, comme au sein du Mouvement Populaire pour la Santé (People's Health Movement).

À propos du défi et de la destination des fonds collectés. Pourquoi courons-nous pour des soins de santé publics?

L'accès à des soins de santé de qualité est un droit humain fondamental qui est mieux garanti lorsque le service est organisé par un gouvernement sous contrôle démocratique. Les privatisations menacent ce droit car les intérêts des prestataires privés (réalisant un profit) ne correspondent souvent pas à l'intérêt public (soins de santé de qualité et abordables). Vous pouvez en savoir plus à ce sujet dans notre article "Pourquoi les soins de santé publics sont meilleurs": www.vivasalud.be