



**CYCLO-  
DÉFI** IUCPQ  
15<sup>e</sup> édition  
8 septembre 2024

**S'entraîner.  
Rouler.  
Donner.**

Un événement présenté par



[cyclodefi-iucpq.com](http://cyclodefi-iucpq.com)



FONDATION  
INSTITUT UNIVERSITAIRE  
DE CARDIOLOGIE  
ET DE PNEUMOLOGIE  
DE QUÉBEC  
**CŒUR. POUMONS. OBÉSITÉ.**

## Guide des bonnes pratiques pour faire croître vos dons



© Mario Walker



© Mario Walker



FONDATION  
INSTITUT UNIVERSITAIRE  
DE CARDIOLOGIE  
ET DE PNEUMOLOGIE  
DE QUÉBEC

**CŒUR. POUMONS. OBÉSITÉ.**

# COMMENT FAIRE MONTER VOTRE THERMOMÈTRE?

Le site Internet de l'événement est spécialement conçu pour vous aider dans votre collecte de dons. Pour utiliser ces outils de promotion, vous devez d'abord vous connecter à votre profil. Rendez-vous au [cyclodefi-iucpq.com](http://cyclodefi-iucpq.com) et cliquez sur « CONNEXION » dans le coin supérieur droit de l'écran.

1.

## Personnalisez votre page sur le site du Cyclo-Défi IUCPQ

Ajoutez une photo et fixez-vous un objectif de collecte. Racontez votre histoire. Expliquez les raisons pour lesquelles vous participez à la randonnée, ce qui vous motive et ce qui vous lie à l'Institut.

**Les gens sont plus portés à donner lorsqu'ils comprennent vos motivations.**

2.

## Faites la liste de vos connaissances que vous solliciterez

Faites la liste de toutes vos connaissances : famille, amis, voisins, collègues, médecin, employeur, comptable, fournisseurs, etc.

**Le nombre de dons que vous recevrez sera étroitement lié au nombre de personnes que vous contacterez.**

3.

## Envoyez des courriels

Envoyez un courriel à vos contacts et sollicitez leur appui. N'oubliez pas de raconter votre histoire, vos motivations!

**Utilisez le modèle de courriel déjà préparé, incluant le lien vers votre page personnelle, sous l'onglet « Inviter un ami à m'encourager » accessible sur votre profil.**

4.

## Utilisez votre réseau Facebook

Sollicitez votre réseau en utilisant la **publication automatisée** via l'onglet prévu à cet effet sur votre profil. Envoyez un message personnel à vos amis. N'oubliez pas de partager le lien direct de votre profil de participant.

**N'ayez pas peur de les relancer! Il faut souvent quelques relances avant d'obtenir un don.**



Pour connaître les astuces, la procédure de connexion à votre profil « étape par étape » et pour comprendre comment utiliser les outils de sollicitation sur votre profil, [CLIQUEZ ICI](#).



# Relevez un double défi

## Faites exploser votre objectif en 7 jours!

**Soyez enthousiaste!** Votre conviction sera contagieuse. Elle vous aidera à amasser des fonds pour la cause qui vous tient à cœur. **Notez que les donateurs qui vous offriront un montant de 20 \$ et plus recevront un reçu d'impôt après l'événement.** Les montants proposés dans ce tableau sont à titre d'exemple.

<b>Jour 1 :</b> Faites le premier don de 25 \$.	= 25 \$
<b>Jour 2 :</b> Demandez à 2 membres de votre famille d'égaliser votre don de 25 \$.	= 50 \$
<b>Jour 3 :</b> Demandez à 3 de vos amis proches de vous verser 25 \$ chacun.	= 75 \$
<b>Jour 4 :</b> Invitez 5 de vos collègues à vous soutenir avec un don de 10 \$ chacun. N'oubliez pas le patron (allez-y pour un montant plus significatif 20 ou 40 \$)!	= 50 \$
<b>Jour 5 :</b> Demandez à 5 voisins un montant de 10 \$ chacun.	= 50 \$
<b>Jour 6 :</b> Demandez 2 dons de 50 \$ parmi vos fournisseurs et vos collaborateurs, ou encore aux propriétaires des commerces où vous êtes un client régulier.	= 100 \$
<b>Jour 7 :</b> Soyez social! Sollicitez votre réseau Facebook! N'oubliez pas de mettre le lien direct vers votre profil. Comment faire? Utilisez le bouton prévu à cet effet sur votre profil, sous votre photo.	= 150 \$
<b>TOTAL : 500 \$</b>	

### Vous recevez des dons en argent?

Essayez de générer le plus de dons possible via la plateforme web sur [jedonneenligne.org](http://jedonneenligne.org). Ainsi, vos amis et donateurs recevront leur reçu fiscal automatiquement et vous pourrez suivre l'évolution de votre collecte grâce aux mises à jour quotidiennes des résultats. Pour les dons en argent, conservez précieusement l'argent et les chèques récoltés. Assurez-vous de **noter le nom et l'adresse complète de TOUS vos donateurs**. Utilisez le [formulaire](#) disponible à la fin de ce document.



**\*\*IMPORTANT\*\*** Vous devez déposer les formulaires dûment remplis ainsi que l'argent amassé à la Fondation, au plus tard le 7 septembre 2023. Si cela est impossible pour vous, vous pouvez apporter le tout le jour de l'événement, à l'accueil. Assurez-vous d'arriver suffisamment à l'avance pour éviter de manquer votre départ. Pour que ces dons soient inclus sur le thermomètre de votre profil, vous devrez les **inscrire manuellement** via l'onglet prévu à cet effet.

Pour en savoir plus, [CLIQUEZ ICI](#).

## Où vont vos dons?

Que ce soit en l'honneur d'un être cher, pour remercier le personnel pour les bons soins reçus ou tout simplement pour repousser vos limites, votre implication permet à la Fondation d'**investir dans les soins prodigués aux patients en propulsant l'Institut vers la médecine de demain, maintenant.**

Seulement en 2022, la Fondation a remis plus de 3,4 millions de dollars à l'Institut afin de contribuer à donner une deuxième vie, un deuxième souffle, à des milliers de patients.

### La Fondation



Achat d'équipements  
spécialisés



Enseignement



Recherche



Évaluation des  
technologies et des modes  
d'intervention en santé

Vous pouvez **affecter la totalité des dons que vous amassez** à l'un des **fonds dédiés** de la Fondation. **Pour souligner le dévouement exceptionnel d'un médecin, d'un ou des membres du personnel, faites un don dédié à leur département!** Si vous n'avez pas sélectionné le fonds dédié désiré lors de votre inscription, il n'est pas trop tard. Communiquez avec nous rapidement.



**Merci pour votre dévouement à la cause!**

*Psst! N'oubliez pas de remercier vos généreux donateurs!*

Besoin d'aide ou de conseils?

[cyclodefi@fondation-iucpq.org](mailto:cyclodefi@fondation-iucpq.org)