

« Tout est possible si on essaie. »



40 ANS
MARATHON DE L'ESPOIR

Engagement virtuel des équipes

ÉTAPE

01 Les médias sociaux

Cette année, les médias sociaux sont encore plus IMPORTANTS que jamais. Faites partie de nos conversations sur le 40e anniversaire en suivant La Fondation Terry Fox sur vos plateformes préférées : cliquez J'aime et partagez les témoignages, les souvenirs et les idées que vous aimez. Notre communauté en ligne est un point d'ancrage dynamique d'#espoir.



@LaFondationTerryFox



ÉTAPE

02 Créez des conversations

Dans votre communauté (et sur vos réseaux sociaux), votre voix personnelle peut motiver, influencer et inspirer. Partagez les collectes de fonds créatives de votre équipe, vos courses préférées et votre passion pour une cause qui change des vies (et qui sauve des vies) avec les

hashtags suivants:

#JourneeTerryFox

#EssaieCommeTerry

#EtreCommeTerry



Restez connectés

Cette année, les équipes ont été invitées à s'unir en pensée, et il y a maintenant plus de possibilités que jamais pour se connecter numériquement! Portez vos t-shirts de la Journée Terry Fox pour les réunions de travail, ou pour programmer une heure de rencontre pour rattraper le retard et vous connecter avec votre équipe. Faites une playlist de musique pour votre équipe afin de rester motivé pendant les entraînements. Organisez un rassemblement virtuel de La Journée Terry Fox (un réchauffement de groupe, un discours du capitaine ou d'invités spéciaux) et commencez votre marche/course/randonnée en vélo en même temps!

ÉTAPE

03



ÉTAPE

04 Lancez-vous des défis

#EssaieCommeTerry et collaborez aux défis d'équipe comme la marche, la course, l'alimentation saine et plus encore. Pour un coup de pouce supplémentaire, téléchargez notre application de la Journée Terry Fox 2020 virtuelle (lancée en juillet)! Célébrez vos incroyables succès sur les médias sociaux ou lorsque votre équipe se connecte virtuellement.

EN PRIME: Mettez vos donateurs au défi de soutenir vos réalisations! Par exemple : demandez-leur de s'engager à verser 5 \$ pour chaque marche/course de 5 km que vous terminez.



ÉTAPE

05

20 septembre 2020 : Une journée. À votre façon.

Faites une randonnée de vélo, courez, marchez, sautez, et encouragez, aimez et partagez! Même séparés, nous nous rassemblons pour célébrer 40 ans de travail extraordinaire en soutien de la recherche sur le cancer. Merci pour 40 ans d'espoir.

<https://terryfox.org/fr/equipes>