



GUIDE DE LA COLLECTE DE FONDS SUR LE LIEU DE TRAVAIL



TABLE DES MATIÈRES

À PROPOS DE MOVEMBER	3
POURQUOI MOVEMBER EST BON POUR VOUS (ET POUR VOS COLLÈGUES)	4
QUATRE FAÇONS DE SE MO-BILISER	5
COMMENT PARTICIPER À MOVEMBER SUR LE LIEU DE TRAVAIL	6
IDÉES DE COLLECTE DE FONDS	7
FORMER VOTRE ÉQUIPE SUR LE LIEU DE TRAVAIL	8
RECRUTER LES MEMBRES DE L'ÉQUIPE	9
STATISTIQUES, FAITS ET OBJECTIFS	10
BOOSTER VOS DONS	11
RESTER DANS LA LÉGALITÉ	12



À PROPOS DE MOVEMBER

Partout dans le monde, des hommes meurent trop jeunes. Avec votre aide, ce n'est pas une fatalité. Ensemble, agissons pour la santé mentale et la prévention du suicide, le cancer de la prostate et le cancer des testicules.

En tant qu'ambassadrice Mo, innovatrice inspirante et actrice mo-tivée du changement, nous sommes ravis que votre entreprise soutienne Movember.

Au cours de ce mois, votre mission et celle de vos collègues consiste à collecter des fonds indispensables et à sensibiliser l'opinion publique afin d'alimenter des projets novateurs en matière de santé masculine et de changer la vie d'hommes bien réels.

Vous vous amuserez et vous stimulerez l'engagement des employés et la satisfaction au travail en réunissant votre équipe autour d'une cause importante.

Ce guide contient les indispensables pour démarrer, mais n'hésitez pas à [nous contacter](#) si vous avez des questions ou besoin d'un coup de main.



Movember ne consiste pas seulement à collecter des fonds, à s'amuser et à soutenir une bonne cause. L'événement est aussi bénéfique pour votre santé physique et mentale.

Les hommes qui participent à Movember nous disent qu'ils se sentent mieux dans leur peau, par rapport au reste de la population masculine. Ils sont plus enclins à parler à un ami ou à un professionnel s'ils éprouvent des difficultés. Ils sont également mieux informés des risques de cancer de la prostate et de cancer des testicules. Ils sont même plus actifs.

C'est une autre excellente raison de participer à Movember et un formidable argument pour inciter d'autres personnes à se joindre à vous.

Voici quelques statistiques édifiantes sur Movember pour vous aider à recruter plus de Mo Bros dans votre équipe.

POURQUOI PARTICIPER AU MOVEMBER EST BON POUR VOUS

(ET VOS COLLÈGUES)

LE SAVIEZ-VOUS?

29 % DES MO BROS

ont parlé à un professionnel de la santé de quelque chose qui ne leur semblait pas normal (contre 18% de la population générale).

LES MO BROS SONT 14%

plus susceptibles de parler du cancer de la prostate.

LES MO BROS SONT 10%

plus susceptibles de parler du cancer des testicules.

44% DES MO BROS

déclarent s'être confiés à un ami au sujet de leur santé mentale lorsqu'ils éprouvaient des difficultés (contre 17% de la population générale).

75% DES MO BROS

sont restés en contact avec leurs amis et leur famille (contre 50% de la population générale).

37% DES MO BROS

étaient actifs plus de 20 fois par mois (contre 24% de la population générale).



QUATRE FAÇONS DE SE MO-BILISER

Se laisser pousser une moustache est la manière la plus connue de soutenir Movember.

Mais vous n'avez pas besoin de laisser pousser votre moustache pour sauver un Bro. Bouger, Inviter et organiser un Mo-ment 'Mo Your Own Way' sont autant d'options qui peuvent mieux convenir à votre entreprise. Vous pouvez même combiner ces approches à votre guise.

LAISSER POUSSER

Laissez-vous pousser une moustache pour collecter des fonds pour la santé des hommes. C'est l'approche classique et simple. Vous ne pouvez pas vous en faire pousser une? C'est encore mieux. Plus la moustache est hideuse, plus elle inspirera de conversations. Cela vous permet de plonger littéralement dans le mouvement.

BOUGER

Bougez pour Movember en marchant ou en courant 60km dans le mois. Ces 60km font référence aux 60 hommes du monde entier qui nous quittent en se suicidant chaque heure. Les efforts individuels et collectifs sont acceptés.

ORGANISER UN MO-MENT

Rassemblez une équipe et organisez une soirée quiz ou un tournoi de ping-pong. Tout ce qui vous tient à cœur, à vous ou à votre entreprise, peut inspirer un événement.

CRÉER VOTRE MO CHALLENGE

Un défi à la carte, épique par sa portée et son ampleur. Tentez de battre un record obscur. Organisez des défis pour récolter des dons. Abandonnez une mauvaise habitude. Relevez un défi sportif. Vous Mo-biliser (Mo Your Own Way) signifie que c'est vous qui fixez les règles.



COMMENT PARTICIPER À MOVEMBER SUR LE LIEU DE TRAVAIL

Rappelez-vous ces trois points et le tour est joué.

1. **Amusez-vous** tout en tissant des liens et en renforçant la camaraderie avec vos amis, vos collègues et votre équipe.
2. **Lancez des conversations** sur les problèmes les plus importants en matière de santé masculine dans le monde, et incitez les hommes à prendre des mesures pour vivre plus heureux, en meilleure santé et plus longtemps.
3. **Collectez des fonds** pour soutenir des projets innovants dans les domaines de la santé mentale, la prévention du suicide, le cancer de la prostate et le cancer des testicules.

PLANIFIER UN MOVEMBER RÉUSSI AU TRAVAIL

Demandez à vos supérieurs de vous soutenir: Une lettre formelle et nominative est souvent la meilleure solution. Mentionnez leur poste dans l'entreprise, expliquez qui vous êtes et en quoi le fait de soutenir Movember est bénéfique pour l'entreprise.

Ne soyez pas timide: Expliquez la marche à suivre. Si vous prévoyez d'organiser un événement, précisez quoi, quand, où et comment. Indiquez-leur le montant que vous espérez collecter dans le cadre de votre événement et l'impact que leur don pourrait avoir.

Parlez des avantages pour l'entreprise:

Soulignez en quoi le fait de soutenir votre événement complète les objectifs communautaires plus larges de l'entreprise. Vous pouvez également souligner la façon dont vous ferez la promotion de l'entreprise pendant Movember et lors d'événements connexes.

Constituez un comité Movember: Créez un comité chargé d'élaborer une stratégie et de mettre en œuvre votre campagne Movember. Mieux encore, invitez des cadres supérieurs, des représentants des RH, de la RSE et des Groupes-ressources employés afin de donner plus d'élan à votre campagne.

Planifiez votre campagne Movember:

Élaborez le plan de recrutement de votre équipe, organisez un événement de lancement et/ou une fête de clôture, envoyez des invitations à des événements de collecte de fonds et de sensibilisation, et établissez un plan de communication.

Fixez des objectifs: Faites qu'ils soient réalistes et réalisables, qu'il s'agisse de collecte de fonds, de participation ou de sensibilisation.



AU TRAVAIL

Coups de pouce pour donner vie à Movember sur le lieu de travail.

Rasage collectif

Un événement Movember où les employés font des dons pour que les Mo Bros se rasent de près. Tous les participants doivent être bien rasés pour le début du mois. S'il s'agit d'un événement virtuel, recrutez la personne la plus extravertie de votre lieu de travail comme animateur. Prenez des photos avant et après pour l'intranet de votre entreprise, puis utilisez-les pour élire les meilleurs moustaches (et créez une catégorie de récompense spéciale intitulée 'L'important c'est de participer') à la fin du mois.

Bouche à oreille

Faites la promotion de vos efforts en faveur de la santé masculine. Pensez à des affiches dans le bureau, à des e-mails quotidiens et à des discussions sur Zoom, Slack et autour de la machine à café. Utilisez l'intranet de votre personnel pour afficher des photos de Mo, vous encourager les uns les autres et demander des dons.

Abondement des dons

Certains lieux de travail s'engagent à abonder une somme équivalente aux efforts de collecte de fonds des employés (jusqu'à

un certain montant). Demandez à votre employeur de vous soutenir, et votre montant collecté pourrait doubler. Vous trouverez plus d'informations à ce sujet ci-dessous!

Quiz au bureau

Organisez un quiz et invitez les entreprises voisines, les partenaires et les fournisseurs à y participer en échange d'un don. Nous pouvons vous fournir un kit de quiz Mo (**contactez-nous**): il ne vous reste plus qu'à recruter un ou deux animateurs et à ajouter des prix impressionnants.

Expliquez à chacun ce pour quoi il joue et remettez des prix tout au long de la soirée. Les équipes paient pour jouer.

Discussions sur la santé

Gardez la santé des hommes au premier plan en organisant des échanges hebdomadaires sur la santé ou le bien-être. Invitez des professionnels de la santé masculine, des responsables de groupes de soutien et d'autres hommes à parler de leur parcours.

Vous pouvez également vous inspirer de [Movember Conversations](#); il s'agit d'un outil en ligne qui offre des conseils sur la façon de soutenir quelqu'un qui traverse une période difficile.

MO EN UNIFORME

Certains diront que le Mo de nos pompiers, de nos ambulanciers et de nos policiers sont la quintessence de la Mo.

Voici comment ces professionnels dévoués peuvent collecter des fonds pour les hommes dans le besoin.

Move it, Move it

Il est temps de faire grimper votre rythme cardiaque pour le bien de la santé masculine. Réunissez vos collègues pour qu'ils bougent pendant le Movember. Participez à un marathon local ou à une compétition sportive, ou créez votre propre club de course à pied. Affrontez d'autres divisions ou d'autres casernes!

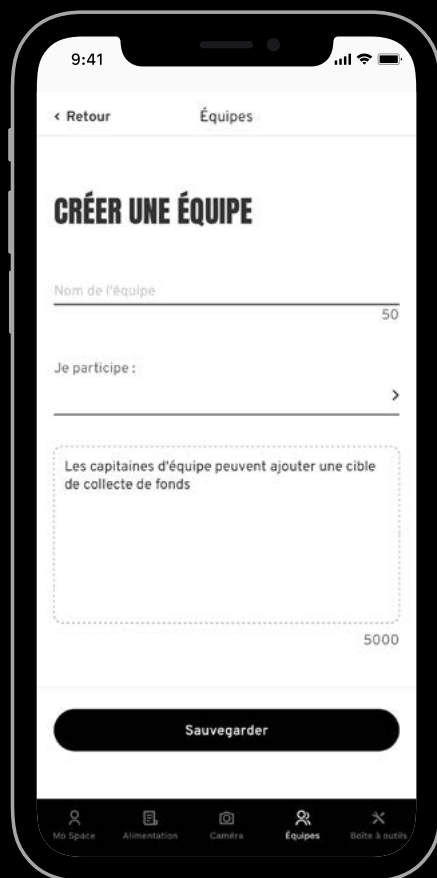
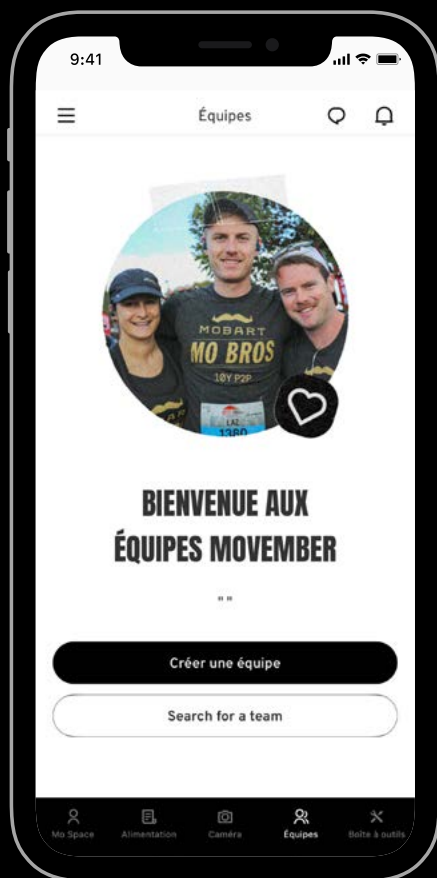
Tombola locale

Recrutez des entreprises locales pour donner un coup de pouce à votre collecte de fonds. Demandez-leur de faire des dons pour créer des prix de tombola et vendez des billets dans la communauté pour soutenir la santé masculine.

Faites passer le Mo

Parlez partout de la façon dont les hommes peuvent prendre soin de leur santé et du travail que fait Movember pour empêcher les hommes de mourir trop jeunes.

IDÉES DE COLLECTE DE FONDS



Saviez-vous que votre entreprise peut collecter des fonds en équipe? Vous vous amusez, vous créez des liens et vous renforcez la camaraderie avec vos collègues.

Tout d'abord, assurez-vous d'avoir créé votre Mo Space, votre page personnelle de collecte de fonds. Une fois connecté, rendez-vous dans la section 'Équipe' de votre Mo Space. Choisissez de rejoindre une équipe existante (si votre lieu de travail en possède une) ou de créer une nouvelle équipe à laquelle vos collègues pourront se joindre.

Chaque équipe dispose d'une page qui présente le Capitaine de l'équipe, l'objectif de la collecte de fonds et le décompte. Vous pouvez également consulter le fil d'activité pour voir les dons, les messages et les photos de l'équipe.

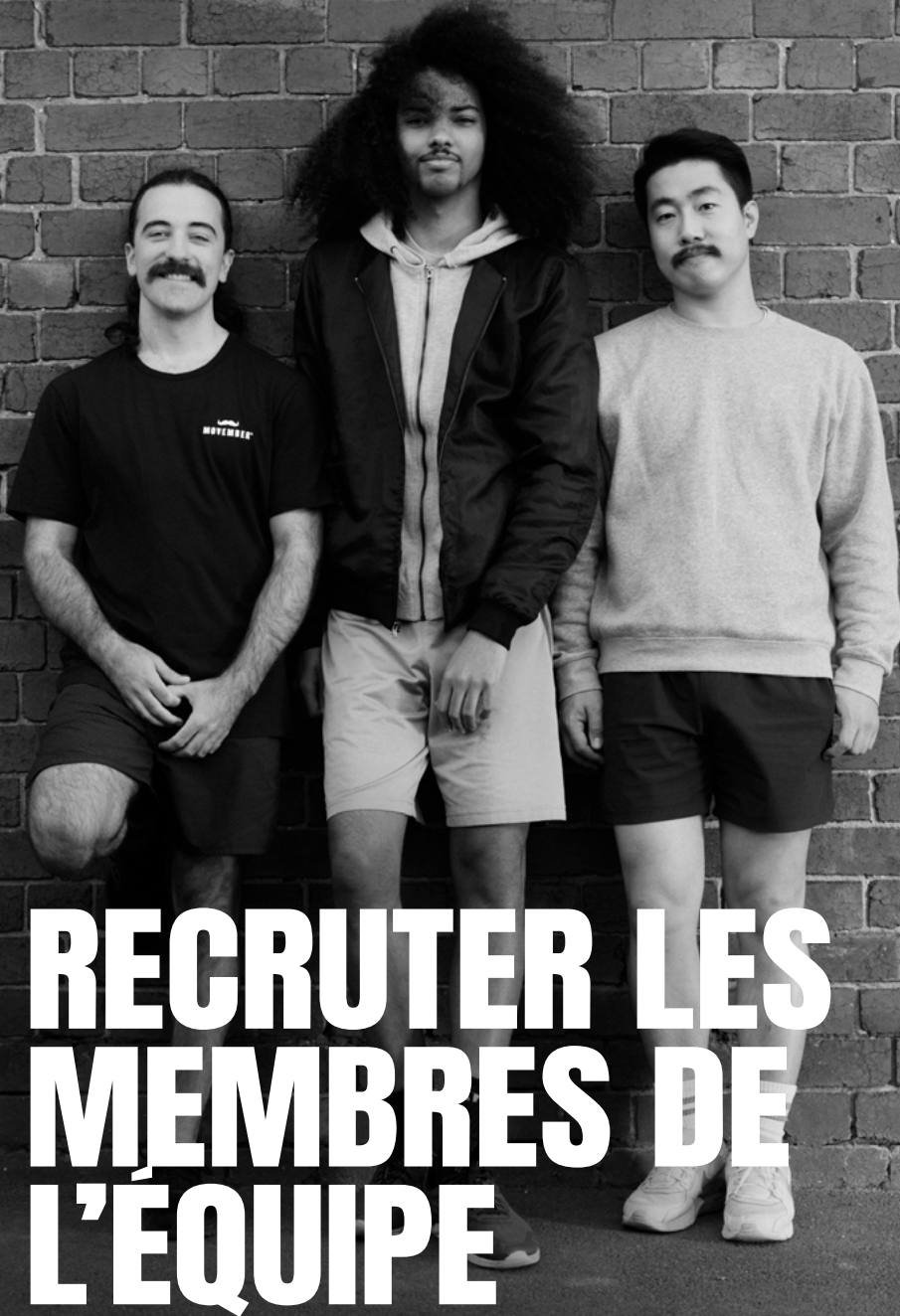
FORMER UNE NOUVELLE ÉQUIPE

Pour créer une équipe, rendez-vous dans la section 'Équipe' de votre Mo Space.

La création d'une équipe fait de vous le Capitaine d'équipe par défaut. La personne qui sait galvaniser son équipe. Qui sait où trouver des champions. Qui montre l'exemple.

- Votre première tâche consiste à trouver un nom d'équipe. Les Dragons imberbes? Les Moustachus? Choisissez avec sagesse. Un bon nom facilite le recrutement des membres de l'équipe. Plus votre équipe comptera de membres, plus votre impact sera important.
- Fixez un objectif de collecte de fonds avec votre équipe et élaborer un plan pour dépasser les attentes.
- Suscitez la motivation de l'équipe. À l'instar d'un Mo Space personnel, donnez-lui un sens.
- Donnez à votre Mo Space une touche personnelle avec des photos, des vidéos, de nombreuses mises à jour et les histoires personnelles des membres de l'équipe.
- Stimulez les échanges sur le fil d'activité de l'équipe. Un peu de bonne humeur et de plaisanteries permet de briser la glace (toujours dans le respect de l'autre).

FORMER VOTRE ÉQUIPE SUR LE LIEU DE TRAVAIL



En équipe, on est plus efficaces. Et on peut donc récolter plus de fonds pour une bonne cause et mieux sensibiliser à la santé masculine.

VOICI QUELQUES CONSEILS POUR VOUS AIDER À RECRUTER DES MEMBRES D'ÉQUIPE SUR LE LIEU DE TRAVAIL:

- Inscrivez un point à l'ordre du jour de votre prochaine réunion d'équipe ou de bureau: expliquez en quoi il est important de collecter des fonds pour la santé masculine et demandez à vos collègues de se joindre à vous.
- Imprimez des affiches Movember avec le code QR de votre équipe afin que toute personne qui s'inscrit soit directement intégrée à votre équipe. Ajoutez un lien ou un code QR dans votre signature d'e-mail.
- Ajoutez l'URL du Mo Space de votre équipe à votre signature d'e-mail.
- Incitez votre société à soutenir le Mo Space en partageant les messages et les histoires de santé de Movember par le biais de canaux de communication internes tels que l'e-mail ou Slack.
- Demandez à votre employeur s'il est prêt à soutenir les efforts de collecte de fonds de votre équipe.

- Obtenez l'adhésion des cadres supérieurs de votre entreprise (demandez-nous de l'aide à ce sujet).
- Laissez une boîte à dons dans votre salle de pause, votre vestiaire ou tout autre endroit où vous vous réunissez régulièrement.
- Demandez des dons par e-mail et via les réseaux sociaux, avec un lien vers le Mo Space de votre équipe.
- Organisez une cérémonie de remise des prix à la fin du mois pour récompenser le meilleur collecteur de fonds, la personne qui a le plus bougé et, bien sûr, la meilleure Moustache et la pire Moustache. Faites passer la boîte à dons dans la salle.



Utilisez ces statistiques sur la santé masculine pour lancer des conversations et augmenter les dons.

LA SANTÉ MENTALE ET LA PRÉVENTION DU SUICIDE

- Dans le monde, un homme se suicide toutes les minutes.
- Il n'y a pas de raison unique pour laquelle les hommes choisissent de mettre fin à leurs jours, mais nous savons qu'en améliorant la santé mentale générale, nous pouvons réduire le risque de suicide.

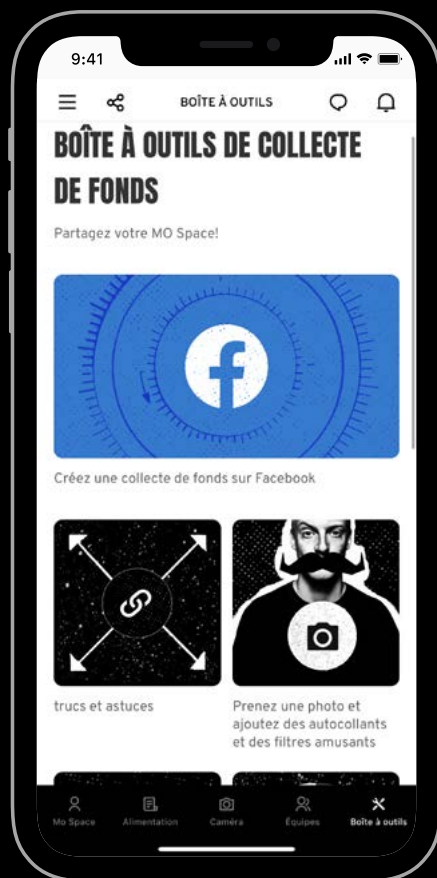
LE CANCER DE LA PROSTATE

- Au niveau mondial, le cancer de la prostate est le deuxième cancer le plus fréquemment diagnostiqué chez les hommes.
- Un dépistage précoce permet d'assurer 98% de chances de survie au-delà de cinq ans.
- Un dépistage tardif n'offre que 26% de chances de survie au-delà de cinq ans.
- La détection précoce est vitale. Pour mettre toutes les chances de votre côté contre le cancer de la prostate, consultez votre médecin à 50 ans ou à 45 ans si vous êtes d'origine africaine ou caribéenne, ou si vous avez des antécédents familiaux de la maladie.

LE CANCER DES TESTICULES

- Le cancer des testicules est le cancer le plus fréquent chez les jeunes hommes.
- Près de la moitié des hommes ne savent pas comment procéder à un auto-examen des testicules.
- Bien que le taux de survie soit de 95%, un homme sur vingt ne s'en sortira pas.
- Les hommes doivent inspecter leurs testicules une fois par mois sous la douche pour détecter toute douleur, grosseur ou gonflement.

STATISTIQUES, FAITS ET OBJECTIFS



ABONDEMENT DES DONNS

L'un des moyens d'atteindre plus rapidement votre objectif de collecte de fonds est l'abondement des dons. De nombreuses organisations offrent cette possibilité dans le cadre de leur responsabilité sociale d'entreprise (RSE), en abondant une somme équivalente aux dons collectés pour une bonne cause. Un dollar pour un dollar, une livre pour une livre, un euro pour un euro.

Demandez à votre employeur s'il propose l'abondement; c'est un moyen facile de doubler la somme collectée. Les employeurs de vos donateurs pourraient également verser une somme équivalente au don de leurs employés, alors demandez-leur.

Demandez simplement à votre supérieur ou à un membre du service des ressources humaines si votre entreprise a mis ce dispositif en place (on parle parfois d'abondement ou de dons internes). Certains employeurs sont même connus pour tripler les dons.

COMMENT BOOSTER VOS DONNS

Ces conseils de pro vous permettront de maximiser vos efforts.

Utilisez l'application Movember

C'est facile, rapide et bourré de fonctions. Recevez une notification à chaque nouveau don. Suivez vos progrès, contrôlez votre équipe et les défis auxquels vous participez, obtenez les dernières nouvelles de Movember tout en interagissant avec les clubs et l'ensemble de la communauté Movember. Téléchargez l'application sur l'App Store et Google Play.

Utilisez les graphiques personnalisés de canva

Dynamisez vos affiches, vos signatures d'e-mail et vos messages sur les réseaux sociaux avec des éléments graphiques Movember sur Canva. Ils sont gratuits et il y en a pour toutes les occasions. [Inscrivez-vous à Canva ici.](#)

E-mails et posts de reseaux sociaux pré-rédigés

La plupart d'entre nous préféreraient transpirer pour Movember plutôt que de transpirer devant un document Word vierge. Nos rédacteurs ont rédigé des modèles d'e-mails que vous pouvez envoyer pour faire affluer les dons. Téléchargez les modèles 'OBTENEZ DES DONNS POUR VOTRE MO' à partir de notre [page de ressources pour la collecte de fonds.](#)

BOOSTER VOS DONNS



Votre collecte de fonds doit être amusante avant tout, mais aussi sûre et légale pour tous les membres de la communauté Mo.

RESTER DANS LA LÉGALITÉ

L'assurance de Movember ne couvrira pas votre événement ni vos participants, alors assurez-vous que tout le monde soit protégé.

Informez-vous des exigences en matière d'assurance si vous organisez un événement sur une propriété privée comme une maison, un bureau ou un immeuble d'habitation.

Vérifiez si les jeux de hasard ou d'adresse doivent être enregistrés et/ou supervisés par des observateurs officiels.

Si vous organisez une course à pied ou un événement sportif en plein air, vous devrez peut-être obtenir une autorisation si vous utilisez des terrains publics ou si vous bloquez la circulation pour votre parcours.

Vous devrez recruter des secouristes pour les événements sportifs publics: les associations de secourisme et de sécurité civile bénévoles de votre région peuvent vous aider à cet égard.

Nous sommes là pour vous aider de toutes les manières possibles, alors n'hésitez pas à **nous contacter** si vous avez besoin d'un coup de main pour des conseils juridiques, de planification ou de collecte de fonds.

CONTACTEZ-NOUS

Vous avez une question?
N'hésitez pas à nous contacter:

Email: admin.eu@movember.com

RESTER DANS LA LÉGALITÉ