



MOVEMBER®

TROUSSE À OUTILS
DU CAPITAINE

**À VOS
MO!**



Les capitaines sont des supporteurs légendaires de Movember. Agents de changement. Chef Motivateurs. Champion recruteurs. Vous donnez l'exemple, inspirez et motivez les autres à faire bouger les choses et à défendre la cause.

Que vous soyez un Mo Bro ou une Mo Sista, en tant que capitaine, il vous appartient de recruter des membres et former une équipe sur [movember.com](https://www.movember.com). Ensemble, vous allez Porter, Bouger, Organiser et collecterez des fonds et sensibiliserez votre entourage pour aider à changer la face de la santé masculine.

FAITES-VOUS REMARQUER

QU'EST-CE QU'UN CAPITAINE D'ÉQUIPE IDÉAL?

Il n'y a que deux exigences pour devenir capitaine d'une équipe Movember.

Enthousiasme pour les moustaches

Une passion pour la santé masculine.

POURQUOI PARTICIPER?

La vraie question est, pourquoi ne le feriez-vous pas? Être impliqué dans Movember vous donne les moyens:

01

Collecter des fonds indispensables pour soutenir des projets novateurs dans les domaines du cancer de la prostate, du cancer testiculaire, de la santé mentale et la prévention du suicide.

02

D'engager des discussions sur les problèmes les plus importants auxquels la santé des hommes est confrontée partout dans le monde et encourager les hommes à agir rapidement pour les aider à vivre plus longtemps, plus heureux et en meilleure santé.

03

D'avoir du plaisir, de créer des liens et de renforcer la camaraderie avec des amis, des pairs, des collègues et votre équipe.

Nos pères, nos partenaires, nos frères et nos amis vivent une crise de santé dont personne ne parle. Les hommes meurent prématurément. Bien avant leur temps.

Nous agissons parce que nous sommes un organisme philanthropique qui veut changer la face de la santé masculine.

Nous devons empêcher que les hommes meurent prématurément.



NOS RACINES

HISTOIRE

En 2003, deux amis de Melbourne, en Australie, buvaient une bière quand les conversations ont tournées vers ces modes qui reviennent. La moustache, un classique durant des décennies précédentes, était maintenant introuvable. Ils ont plaisanté au sujet de la ramener.

Ils ont décidé de dire à quiconque écouterait de se faire pousser une Mo. Inspirées par la mère d'un ami qui collectait des fonds pour le cancer du sein à l'époque, ils ont décidé de déployer tous leurs efforts pour la santé des hommes et lutter contre le cancer de la prostate. Ils ont conçu les règles de Movember (qui sont toujours en vigueur aujourd'hui) et décidé de facturer dix dollars pour faire pousser une Mo. Ils ont trouvé 30 gars prêts à relever le défi.

Les 30 premiers Mo Bros ont fait pousser leurs moustaches avec un tel enthousiasme qu'en 2004, la décision a été prise de formaliser le concept et rallier tous les participants au défi autour d'une cause.

Depuis ce temps, Movember a créé un mouvement pour la santé des hommes rassemblant plus de 5 millions de supporteurs à travers le monde. Nous avons financé plus de 1 250 projets relatifs à la santé des hommes dans 20 pays (tels que TrueNTH Cancer de la Prostate et TrueNTH Cancer Testiculaire), mettant à la disposition des hommes qui en ont besoin des outils tels que l'aide à la décision, la gestion du mode de vie et le suivi des symptômes.

Movember est l'un des plus importants investisseurs non-gouvernementaux dans la recherche et les initiatives visant à améliorer la qualité de vie des hommes à l'échelle mondiale. En 2018, le Conseil de l'ONG a classé Movember au 45^{ème} rang des 500 meilleures ONG du monde.

OBJECTIFS 2030

Dans le monde entier, les hommes meurent en moyenne six ans plus jeunes que les femmes et pour des raisons largement évitables. D'ici 2030, notre ambition est de réduire de 25% le nombre d'hommes décédés prématurément.

Depuis 2003, Movember a suscité des milliards de discussions sur la santé des hommes, encourageant les hommes à comprendre les risques pour la santé auxquels ils sont confrontés, à parler plus ouvertement de leur santé et à agir au besoin.

Ces conversations ont ouvert la voie à nos objectifs ambitieux pour 2030:

01
Diminuer de moitié le nombre de décès attribuables au cancer de la prostate et au cancer testiculaire;

02
Réduire de 25 % le taux de suicide chez les hommes;

03
Diminuer de moitié le nombre d'hommes qui doivent affronter de graves effets secondaires physiques et mentaux à la suite de traitements du cancer de la prostate ou du cancer testiculaire.

Pour y parvenir, cependant, nous avons besoin de votre aide.

SEP

Le 10 – Journée mondiale de la prévention du suicide

Passez le mot et formez votre équipe – plus on est, mieux c'est.

Encouragez le Chef de la direction ou les cadres supérieurs de votre entreprise à s'inscrire et à participer. Si vous avez besoin d'aide, faites-le nous savoir.

OCT

Soyez Vocal. Envoyez des messages à vos amis et collègues pour s'inscrire et rejoindre votre équipe.

Personnalisez votre Espace Mo et la page de votre équipe à movember.com.

Commencez à Organiser des Mo-ments (rencontres de style Movember) que vous créez pendant Movember (écrivez ou téléphonez au siège social de Mo pour des idées).

De grands projets? Recrutez 2-3 Mo Bros ou Mo Sistas pour vous aider à recruter des coéquipiers et coordonner les événements.

Partagez l'URL de votre Espace Mo et de la page de votre équipe par courriel et dans les médias sociaux.

Choisissez un style de moustache ou vendez les droits de créativité aux enchères pour lancer vos efforts de collecte de fonds. Pas de moustache? Participez plutôt au programme Bouger ou Organiser un Mo-Ment.

Publiez des messages sur les médias sociaux et mettez des affiches Movember sur votre lieu de travail.

NOV

Commencez le 1er jour du mois rasé de près pour lancer votre collecte de fonds, d'ailleurs pourquoi ne pas organiser une séance de rasage collectif?

Envoyez des courriels à vos collègues, contacts professionnels et sociaux en leur indiquant que pour Movember vous allez Porter, Bouger ou Organiser et comment ils peuvent faire un don.

Organisez une conférence sur la santé masculine à l'heure du lunch et invitez un représentant local de Movember et/ou un professionnel de la santé externe.

Organisez un 5 à 7, un atelier de cuisine ou la vente de pâtisseries pour faire saliver et soutenir vos efforts.

Envoyez des mises à jour hebdomadaires soulignant les efforts de collecte de fonds de votre équipe, l'évolution de vos moustaches et les kilomètres marqués par ceux qui ont choisi de Bouger.

Organisez une célébration de fin de Movember par une cérémonie de rasage ou de remise de prix.

DEC

Finalisez la façon dont vous collecterez les fonds - et rappelez le jumelage des dons à vos supporteurs.

Envoyez un dernier courriel de remerciement à tous ceux qui ont soutenu vos efforts. Si vous avez fait pousser une Mo, joignez une photo ou une photo de groupe de votre équipe.

AVR

Mois de sensibilisation au cancer testiculaire - mois où nous encourageons les hommes du monde entier à connaître leurs couilles.

Téléchargez le guide 3 étapes Movember et partagez-le avec vos amis.

Encouragez les hommes de votre vie à faire un auto-examen. S'ils ne savent pas comment, movember.com dispose de toutes les informations dont vous avez besoin.

Un peu de planification peut vous aider à devenir un capitaine d'équipe Movember légendaire.

Voici quelques dates importantes et conseils pour vous aider à mettre en vedette la santé masculine.

LE CALENDRIER MO

Chaque poil de moustache, chaque goutte de sueur et chaque Mo-Ment comptent. Si vous ne pouvez porter la Mo, ne craignez rien - il existe plus d'une façon de plonger jusqu'au cou dans le mouvement.

LAISSEZ-VOUS POUSSER UNE MOUSTACHE

Votre équipe est-elle prête à "s'empoiler"? Merveilleux. Moustache de camionneur, d'aristocrate, de connaisseur ou pinceau, peu importe la forme ou le style de Mo de votre équipe, elles inciteront des dons et sensibiliseront votre entourage à la santé des hommes.

AGISSEZ, PARTICIPEZ AU PROGRAMME MOVE.

Ce Movember Bougez en courant ou en marchant 60 km au cours du mois. 60 km pour les 60 hommes qui s'enlèvent la vie toutes les heures à travers le monde.

ORGANISER UN MO-MENT

Rassemblez un groupe pour un brunch, une soirée cinéma, une journée jean, un tournoi de ping-pong - tout ce que vous voulez. Organiser un Mo-Ment rassemble les gens, alimente la conversation et la connexion.

COMMENT S'IMPLIQUER



VOTRE TROUSSE À OUTILS

À titre de capitaine, vous obtiendrez une trousse à outils numérique pour lancer vos activités Movember. Elle comprend :

Des modèles de courriels à titre de capitaine

Des idées de collecte de fonds

Des vidéos



Pour obtenir la vôtre, visitez :
MOVEMBER.COM/CAPTAINTOOLKIT

En ce moment, ces outils sont en anglais, mais vous pouvez communiquer avec info.ca@movember.com pour des outils en français.

FAÇONS AMUSANTES DE LEVER DES FONDS

Le meilleur moyen de recueillir des fonds, c'est de former une équipe solide, d'inciter les membres à participer tout en s'amusant. Soyez créatif - les possibilités sont infinies.

01

Le 1er Novembre, organisez un lancement Movember avec une session de rasage au bureau à l'heure du café ou du lunch.

02

Avec votre équipe, fixez un objectif de collecte de fonds et / ou un événement Move et visez le coup de circuit.

03

Personnalisez votre Espace Mo avec des photos, des vidéos, des mises à jour et des histoires personnelles des membres de l'équipe.

04

Ajoutez l'URL de l'Espace Mo de l'équipe à votre signature électronique.

05

Utilisez le classement de votre Espace Mo pour rivaliser et vous motiver l'un et l'autre.

06

Amenez votre entreprise à soutenir la Mo en partageant les messages de Movember et des messages sur la santé dans les communications internes. Et n'oubliez pas de demander à votre employeur si l'entreprise pourrait égaler les efforts de collecte de fonds de votre équipe.

07

Sacrifiez les poils existants sur votre visage (barbes, barbiches, etc.) pour des dons.

08

Laissez une boîte de dons dans la salle de repos, le vestiaire ou à tout autre endroit où vous vous réunissez régulièrement.

09

Donnez des prix hebdomadaires pour la meilleure Mo, celui qui Bouge le plus et au meilleur collecteur de fonds.

10

Vendez aux enchères la Mo que vous porterez (ce qui signifie que les autres ont la possibilité de demander le style de Mo que vous porterez).

11

Demandez des dons par courrier électronique et sur les réseaux sociaux, avec un lien vers l'Espace Mo de votre équipe.

12

Recrutez des membres de la haute direction de votre organisation (nous pouvons vous aider à ce sujet).

13

Organisez une cérémonie de remise de prix à la fin du mois pour célébrer la meilleure collecte de fonds, celui qui a Bougé le plus et, bien sûr, les meilleurs et les pires Mo. Assurez-vous que la boîte de dons se déplace dans les lieux.

Vous, à titre de capitaine d'équipe de Movember, et votre équipe avez le pouvoir d'empêcher les hommes de mourir prématurément.

Soyez audacieux, sortez de l'ordinaire et souvenez-vous toujours de ceci: vous faites une réelle différence à travers le monde entier.

Nous tous, au siège social de Movember, vous remercions de nous aider à changer la face de la santé masculine.

**AVOIR
PLAISIR
FAIRE
BIEN**



Pour plus d'informations, d'inspiration
et pour inscrire votre équipe, allez à
MOVEMBER.COM