



INFORMATIONS POUR LE CAPITAINE D'ÉQUIPE

En tant que **capitaine**, vous aurez à guider, motiver et encourager votre équipe pour le **Défi 12 h** et ce, toute la nuit!

- 1 Créez votre équipe sur le site web du Défi 12 h et inscrivez-vous comme capitaine d'équipe. Sur le site web, cliquez sur l'onglet *Inscription* et ensuite sur l'onglet *M'inscrire et créer une équipe*. Personnalisez votre page personnelle et celle de votre équipe en ajoutant des photos et en modifiant le texte de présentation. Expliquez pourquoi vous avez décidé de former une équipe et de participer au Défi 12 h de nuit de la Fondation du Centre jeunesse de la Montérégie.
- 2 Recrutez les membres de votre équipe au travail, sur les réseaux sociaux, dans votre famille et vos amis. Incitez-les à créer leur profil en ligne et à personnaliser leur page.
- 3 Déterminez un objectif financier pour l'équipe. Chaque participant doit amasser 120 \$ ou un minimum de 500 \$ par équipe (tarifs en prévente) au profit de la Fondation du Centre jeunesse de la Montérégie. N'hésitez pas à dépasser le montant demandé! Organisez des activités de financement afin d'amasser plus de fonds : vente de pâtisseries, 5 à 7 hot-dogs, souper spaghetti, épluchette de blé d'Inde, spectacle, tournoi de bowling, etc. Tous les moyens sont bons, soyez créatifs!
- 4 Organisez votre Défi 12 h
Comment se déroulera le relais selon les objectifs personnels de chacun? Assurez-vous que tous vos participants apportent le matériel nécessaire et que leur santé leur permet de participer au défi.

Restons en contact | Questions? | Besoin d'information?

Cynthia Dufort, Coordonnatrice aux événements
cynthia.dufort.cissme16@sss.gouv.qc.ca | 438 370-2665