



LE PETIT GUIDE DU HÉROS





UNE EXPERIENCE INOUBLIABLE

En tant que Héros vous devrez relever deux défis : avant de venir courir ou marcher 6km, chacun doit avoir collecté un minimum de 250€ de dons pour une des associations participantes. Les dons que vous aurez collectés seront reversés à l'association pour laquelle vous vous serez inscrit.

N'hésitez pas ! Vous serez régulièrement épaulés par les coachs collecte qui vous aideront à atteindre votre objectif de collecte.

Une matinée riche en événements et en émotion :

- ❖ Concours de **déguisements**
- ❖ **Remise de prix** en fonction des montants collectés, du nombre de participants, de la créativité des Héros.
- ❖ **Echauffement & étirements** en musique collectif avec un coach professionnel
- ❖ **6km à pied** - course ou marche. Pas de chronomètre.
- ❖ Et surtout : beaucoup d'**émotion** et de **partage** grâce aux témoignages des Héros et aux rencontres entre les associations et leurs supporters.



4 ETAPES CLES

- ❖ Chaque Héros **S'INSCRIT EN LIGNE** (12€ de frais d'inscription) et crée une **PAGE DE COLLECTE DE DON** sur le réseau en ligne Alvarum.
- ❖ Dès que vous **ATTEIGNEZ L'OBJECTIF DE COLLECTE DE 250€**, vous validez votre inscription. Vous recevrez avant la course un email de confirmation pour retirer votre dossard.
- ❖ Vous pouvez participer aux **DEFIS INTERMEDIAIRES** : entraînements collectifs, chorégraphie des Héros, concours de déguisements, autant de rendez-vous qui vous permettront de booster votre collecte et de rencontrer d'autres Héros !
- ❖ Vous venez **COURIR OU MARCHER** les **6km des Héros** le jour J et participer aux animations.



COMMENT S'INSCRIRE?

ETAPE 1 :

Connectez-vous sur : www.coursedesheros.com

Choisissez votre ville sur la page accueil

ETAPE 2 :

Cliquez sur le bouton "Choisissez une équipe" et choisissez votre association

ETAPE 3 :

Suivez la démarche pour vous inscrire à l'événement et payez les frais d'inscription de l'événement (12€)

ETAPE 4 :

Créez ou connectez-vous à votre compte Alvarum (le réseau de collecte de dons en ligne)

Page de collecte : Rita CASO - Course des Héros Marseille 2013 (06/10/13)

Dons collectés **4 794 €** Faire un don

Objectif de collecte: 4 500 € **107%**

La collecte de Rita CASO

Dans toute aventure, il y a une part d'histoire personnelle. Comme pour vous, la famille tient une place privilégiée dans mon existence. Nous avons mon mari et moi-même, un trésor composé de nos enfants - Laurent et Christèle - mais aussi Gaëlle, notre belle-fille qui est la maman de nos petits-enfants, Alexandre et Lauréna. Un trésor inestimable, car tout enfant est un don du ciel. Dans ce trésor il y a une pierre précieuse qui s'appelle Lauréna.

Lire la suite

Images (2)

AGIR

Faire un don

Créer ma propre page

A PROPOS DE CETTE PAGE

Auteur de la page
Rita CASO

Partagé par
Course des Héros Marseille 2013 Vaincre la Mucoviscidose

A PROPOS DE L'ASSOCIATION

VAINCRE LA MUCOVISCIDOSE

Vaincre la Mucoviscidose accompagne les malades et leur famille dans chaque aspect de leur vie bouleversée par la maladie. [En savoir plus](#)

Lire la suite

Partager

Dons (55)

| | | |
|--|----------|-------|
| merci et bravo pour Rita ! Courir et participer à la lutte contre la Mucoviscidose, c'est tout Bise à Lauréna ! | 28/10/13 | 50 € |
| RITA, un petit bout de femme au cœur gris comme ça, qui a en elle les valeurs des sapeurs-pompiers - ALTRUISME, EFFICACITE, DISCRETION. Tous mains dans la main, pour un même combat. Pour vaincre la maladie. | 28/10/13 | 50 € |
| Sapeurs - Pompiers de FLASSANCE (PARIS) | 28/10/13 | 50 € |
| Anonyme | 03/10/13 | 50 € |
| agréée nicolas | 02/10/13 | 50 € |
| A TCM il y a "le phénomène... Mandada" au sein de la lutte contre la mucoviscidose, nous avons la chance d'avoir "le phénomène... Rita" !! | 30/09/13 | 500 € |
| Cécilia s'est pour toi !! | 30/09/13 | 40 € |
| Tu es un phénomène... comment fais-tu??? tu es un exemple pour nous... | 30/09/13 | 40 € |
| Un adipe de ton dynamisme | 30/09/13 | 20 € |
| elle oblige | 28/09/13 | 20 € |
| Anonyme | 28/09/13 | 20 € |

Exemple d'une page de collecte individuelle

Votre page de collecte de dons est en ligne !



COMMENT CRÉER UNE PAGE DE GROUPE ?

ETAPE 1 :

Connectez-vous sur votre page de collecte

ETAPE 2 :

Sélectionnez la page que vous souhaitez attacher au groupe et cliquez sur "Modifier"

ETAPE 3 :

Cliquez sur Créer un groupe dans la section Mon groupe

ETAPE 4 :

Choisissez le nom que vous souhaitez pour votre groupe

ETAPE 5: Partagez le lien de votre groupe pour inviter d'autres collecteurs

EDITER VOTRE PAGE :

Cliquez sur Edition du groupe pour toutes modifications de votre page de groupe

Vous êtes une entreprise? Une famille ? Un groupe d'amis ?

Rassemblez toutes vos pages de collecte en créant une seule page de groupe, et montrez à vos futurs donateurs votre mobilisation active !

Invitez vos amis, votre famille, vos collègues à rejoindre votre page !



COMMENT DEVENIR MEMBRE D'UN GROUPE?

Depuis votre page de collecte :

ETAPE 1 :

Connectez vous à votre compte

ETAPE 2 :

Sélectionnez la page que vous souhaitez rattacher

ETAPE 3:

Cliquez sur Rejoindre un groupe, dans Modifier > Mon groupe

ETAPE 4:

Recherchez votre groupe puis cliquez sur Rejoindre

Depuis une page de groupe:

ETAPE 1 :

Cliquez sur Rejoindre le groupe

ETAPE 2 :

Entrez vos informations de compte pour attacher votre page

The screenshot shows a group page on the 'alvarum' platform. At the top, there's a header with the 'alvarum' logo and a 'Se connecter' button. Below the header is a banner image of a group of people, with the text 'Diane et Claire courent pour la Croix Rouge!' and a 'Rejoindre le groupe' button. Underneath, there's a section for 'Collecteurs (3)' with a table listing donors and their amounts:

| Collecteur | Montant |
|------------------|---------|
| Claire Perrot | 40 € |
| Diane Bonnemains | 70 € |
| Sabri A. | 20 € |

To the right of the table, there's a progress bar showing '130 €' collected out of an 'Objectif' of '800 €', with a '16 % atteint' indicator. Below the progress bar, there's information about the event: 'Semi-Marathon de Paris 2014' on 'dimanche 2 mars 2014'. At the bottom right, there's a 'croix-rouge française' logo.

Attention : Vous ne pouvez faire partie que d'un seul groupe. Si vous rejoignez un nouveau groupe, votre page sera automatiquement retirée de celui que vous aviez rejoint auparavant



COMMENT COLLECTER LES DONS?



Voici les conseils du réseau Alvarum, spécialiste de la collecte de dons en ligne :

Faites la collecte du siècle en racontant une belle histoire

Définissez un objectif, mettez une photo, personnalisez votre page, racontez votre histoire et publiez régulièrement des actualités.

Faites participer vos amis, votre famille et vos collègues

Amorcez votre collecte avec des proches. Il seront plus faciles à convaincre. Vous pourrez ensuite élargir la communication.

Parlez et parlez encore de votre projet à tous ceux que vous rencontrez

Aussi étrange que cela puisse paraître. Souvent les personnes oublient et elles ont besoin d'un rappel... Ne vous découragez donc pas!

Demandez des dons

Ne vous sentez pas gêné, vous demandez des dons pour changer le monde, pas pour acheter un sac à main ou aller au restaurant. Qui ne demande rien, n'a rien!

Suivez nos conseils

Lisez nos e-mails de coaching, consultez notre site communauté, regardez ce que font les autres utilisateurs d'Alvarum – Cela vous aidera vraiment...

Contactez-nous

Nous sommes passionnés par la collecte de fonds et d'ailleurs, c'est notre métier. Nous serons heureux de vous donner un coup de main!

Vous avez besoin d'aide?

Consultez le site alvarum.fr

Envoyez un email à support@alvarum.fr

Appelez le 01 70 37 71 90



MESSAGES TYPES

Message d'appels aux dons

Le Héros, c'est moi !

Le (date de l'événement), je vais courir pour (nom association) lors de la Course des Héros, qui aura lieu (adresse).

La Course des Héros, c'est un défi sportif, je dois courir ou marcher 6 km, mais c'est avant tout un défi solidaire ! J'ai choisi de soutenir l'association (nom association) et de collecter des fonds pour sa cause. Les fonds que j'aurai collectés aideront à (description éventuelle du projet auquel les fonds de la Course des Héros vont être affectés).

Pour sponsoriser mes kilomètres, je t'invite à visiter ma page de collecte (lien) et à apporter ta contribution. N'hésites pas aussi à diffuser ma page et à parler de mon défi autour de toi.

Merci de ton soutien!

Invitation à rejoindre une équipe

Rejoins mon équipe et deviens un Héros !

J'ai décidé de participer à la Course des Héros pour l'association (nom association). La course aura lieu le (date) à (lieu).

La Course des Héros, c'est un défi sportif, il faut courir ou marcher 6 km, mais c'est avant tout un défi solidaire : j'ai choisi de courir pour l'association (nom association) et de collecter des fonds pour leur cause. Les fonds collectés par l'association serviront à financer un projet qui me tient à cœur : (description éventuelle du projet auquel les fonds de la Course des Héros vont être affectés).

J'aimerais vraiment partager cette expérience unique avec toi. Si tu veux devenir un Héros et découvrir une manière originale et moderne de soutenir une association, alors cours avec moi et rejoins mon équipe (lien).

Si tu n'es pas disponible, tu peux sponsoriser ma course en donnant sur ma page de collecte de dons pour l'association (nom association) : (lien).

Merci de ton soutien !



INFOS PRATIQUES

Toutes les infos pratiques sont sur www.coursedesheros.com
rubrique Infos pratiques.

A vous ensuite de choisir votre ville

- ❖ Dossards
- ❖ Programme
- ❖ Plan d'accès
- ❖ Plan du village
- ❖ Tracé de la course

Alors...

Etes-vous prêt à relever le défi? Et enfin révélez le Héros qui est en vous !

**COURSE^{DES}
HÉROS**