

**LANCÉ TA  
COLLECTE  
SOLIDAIRE !**

**NUIT  
DES  
RELAIS**

**Retrouve toutes les techniques  
de collecte dans ce guide**



**FONDATION  
DES FEMMES**

# La Nuit des Relais



La Nuit des Relais, c'est LA soirée festive et solidaire de collecte de fonds pour être aux côtés des femmes et des associations qui les soutiennent, partout en France !

**L'objectif ?** S'amuser, courir en relais de 5 minutes et, grâce aux dons, faire de l'égalité - enfin - une réalité !

## Comment y participer ?

- Inscris-toi [sur nuitdesrelais.org](https://nuitdesrelais.org).
- **Crée ton équipe (elle peut être créée au fil de l'eau, avec 5 personnes au maximum par équipe).**
- **Collecte 500 €** pour prendre le départ de la course le Jour J et soutenir des actions solidaires pour les femmes !

**Tu peux commencer à collecter dès ton inscription, avant même que ton équipe soit au complet ; il te suffit de créer ta page de collecte !**

# Comment lancer ta collecte en ligne ?

## #1. Une fois avoir payé tes frais d'inscriptions, créé ta page de collecte en ligne

Rends-toi sur le site [nuitdesrelais.org](https://nuitdesrelais.org) et créé ta page de collecte en moins de 5 minutes.  
Fixe **500 €** comme objectif de collecte (au moins !)

## #2. Choisis d'autres personnes avec qui collecter

Constitue **ton équipe de collecte et de course.**  
Choisis un nom et une photo pour ta collecte.

## #3. Collecte facilement avec les conseils de ce guide

**Propose à tes proches, ta famille, ton cercle amical, tes collègues** de faire un don sur ta collecte, partage-la sur tes réseaux sociaux, etc.

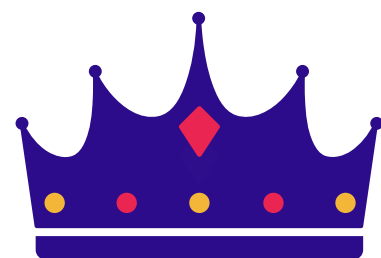
Si tu es en manque d'inspiration, as des questions ou as besoin de conseils, l'équipe de la Fondation des Femmes **est là pour t'accompagner** tout au long de ta collecte.

Tu trouveras **dans ce guide** tous nos conseils, ainsi que **les coordonnées de l'équipe de la Nuit des Relais** si tu as besoin de nous contacter.

**COMMENT COLLECTER ?**



# Comment collecter 500 € ?



Quelques conseils pour devenir des reines et rois de la collecte !

**#1.**

**DÉCOUPE TON  
OBJECTIF ENTRE LES MEMBRES  
DE TON ÉQUIPE**

*Par exemple, pour atteindre 500 €, si vous êtes 5 personnes, cela revient à collecter 100 € chacune et chacun !*

**#2.**

**RENDS TA  
PAGE DE COLLECTE  
ATTRACTIVE**

*Personnalise au maximum ta page avec des photos, des textes engagés, etc. Les personnes donnent pour la cause, mais aussi pour ton engagement.*

**#3.**

**SOLLICITE LES  
BONNES PERSONNES**

*Commence par tes proches, puis élargis en partageant ta collecte sur les réseaux sociaux.*

# #1. Découpe ton objectif entre les personnes qui collectent avec toi



Adapte ton objectif en fonction du nombre de personnes qui collectent avec toi !

Comment collecter 500 € ?

- Si vous êtes **5**, cela revient à collecter **100 € chacun.e**.
- Si vous êtes **3**, cela revient à collecter près de **165 € chacun.e**.

Et 100 € ?

C'est **3 personnes** qui donnent **33 €**.

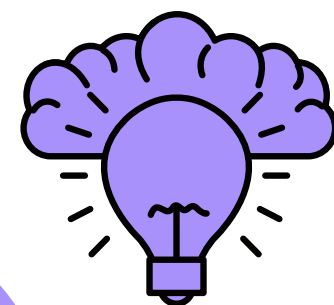
Le plus beau dans tout ça ?

Un don de **33 €** revient à **8 €**, après déduction fiscale de **75 %** !

Pour rappel, **chaque don pour la Fondation des Femmes est déductible de l'impôt sur le revenu, à hauteur de 75 % dans la limite de 1 000 €.**

Au-delà, la déduction s'élève à 66 % dans la limite de 20 % du revenu net imposable.

# #2. Rends ta page de collecte attractive



Laisse libre cours à ton imagination en créant une page de collecte à l'image de tes idées !

**CONSEIL**  
il faut rendre ta  
page de collecte :

## DYNAMIQUE



Ajoute des visuels et encore mieux, une vidéo des membres de ton équipe.

## CLAIRE



Explique rapidement le concept de la Nuit des Relais (une course solidaire, festive et engagée en faveur des droits des femmes) et la raison de ta participation.

## ENGAGEANTE



Montre que tu es très engagé.e afin de motiver les visiteurs et visiteuses de ta page à faire un don.

# #3. Sollicite les bonnes personnes

Commence toujours  
par ton cercle proche ●



Parents, frères, soeurs, cousines et  
cousins, amies et amis, ...

Elles et ils seront **tes premiers  
donateurs et premières donatrices**  
et vont constituer **ton soutien le  
plus précieux et le plus généreux.**

Ensuite, élargis à ton  
entourage ●



*Collègues, famille éloignée,  
membres de ton club de sport,  
théâtre ou musique, ...*

Ce sont **tous et toutes des  
donateurs et donatrices en  
puissance**. Alors, n'oublie  
personne et explique-leur à quel  
point  
leur soutien est important  
pour toi !

Enfin, partage à tes  
réseaux sociaux ●



Facebook, Instagram, Twitter,  
LinkedIn, ...

Cela fait un **rappel** à tes  
contacts déjà sollicité·e·s et  
**sensibilise** le reste de ton  
entourage à ta participation  
à la Nuit des Relais.



# #3. Sollicite les bonnes personnes



Comment s'y prendre pour contacter toutes ces personnes ?

L'astuce n°1 :

**contacte-les individuellement !**

Tes proches et connaissances se sentiront plus concerné.e.s si tu envoies à chaque personne un **message personnalisé**, par texto, email ou par message sur Messenger, WhatsApp, etc.

! Un post sur les réseaux sociaux est loin d'être la démarche la plus efficace.  
! Privilégie un **contact individuel et personnalisé**.

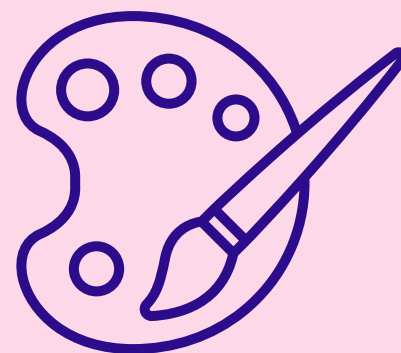
# #3. Et avec les bons outils



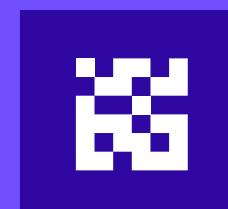
Pour que ce soit facile !



Retrouve **des modèles de posts à copier-coller** dans **la boîte à outils** à la fin de ce guide de collecte !



**Crée des visuels et prends des photos** de ton équipe pour les poster sur les réseaux sociaux ou pour illustrer ta collecte.



N'hésite pas à **générer gratuitement un QR code** de ta page de collecte (par exemple via le site **[qrmonkey.com/fr](https://qrmonkey.com/fr)**) pour les insérer sur tes visuels.

# COMMENT BOOSTER SA COLLECTE POUR ATTEINDRE SON OBJECTIF ?



*Voici 5 astuces qui fonctionnent à TOUS les coups !*



1

## Fais le premier don

(ou charge quelqu'un de ton cercle proche  
de le faire !)



Pour faire décoller  
ta collecte

**Les contributeurs et contributrices se basent souvent sur la première participation effectuée pour participer à la même hauteur.**

**Veille donc bien à ce que le premier don ne soit pas trop faible !**

2

## Propose des défis et des contreparties !



Pour faire décoller ta collecte

### Motive tes proches et donne leur envie de te soutenir avec des contreparties !

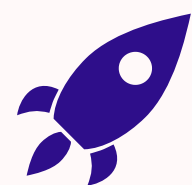
- Prépare un petit-déjeuner à un ou une ami.e pour son **don de 10 €**
- Organise une repas participatif ou un apéritif de découverte de produits locaux une fois les **250 € atteints**
- Annonce que la personne qui fera le plus gros don sur ta collecte pourra **choisir comment tu seras habillé.e** pendant la course, le soir de la Nuit des Relais !



3

## Fais preuve d'imagination





Tous les moyens sont bons pour collecter  
(ou presque !)



Pour faire décoller  
ta collecte

### Tu peux organiser des mini-événements de collecte !

Lors des précédentes éditions de la Nuit des Relais, des personnes ont organisé :

- Une **vente de gâteaux** 
- Une **soirée jeux de société** à la maison en semaine sur participation 
- Un **braderie solidaire** entre ami·e·s dont les bénéfices sont reversés à la cagnotte 
- Rapproche toi d'un club de sport (yoga/danse/self-defense/etc.) pour voir s'il est possible d'organiser un **cours caritatif** pour faire grimper ta collecte ! 

4

## Insiste sur la réduction fiscale



Pour faire décoller  
ta collecte

pour les personnes qui payent des impôts !

Tous dons effectués donnent droit à une **réduction fiscale si la personne est imposable !**

**En plus, cette réduction est de 75 % du montant du don, dans la limite de 1 000 €.**

Au-delà, la déduction s'élève à 66% dans la limite de 20% du revenu net imposable.

**Quelques exemples : Un don de 10 € revient à 2 € après réduction fiscale à 75%**

Un don de 33 € **revient à 8 €**

Un don de 100 € **revient à 25 €**

Un don de 50 € **revient à 12 €**

Un don de 250 € **revient à 62 €**

5

## Crée un effet d'urgence



Pour faire décoller  
ta collecte

**Beaucoup attendent le dernier moment pour passer à l'action.**

*Tu sais, c'est comme faire ses cadeaux de Noël le 24 décembre ou acheter ses billets de train à la dernière minute quand le prix a déjà quadruplé...*



**Insiste sur le délai qui court** et n'hésite pas à relancer tes proches jusqu'au **dernier jour** et jusqu'à la **dernière heure** avant la soirée de la Nuit des Relais !

**Conseil** : plus tu ajoutes **des marqueurs de temps** ("J-X", "Maintenant", "Dès aujourd'hui", etc.) dans tes messages, plus ils auront **un impact**.



# UNE QUESTION ?

L'équipe de la Nuit des Relais de la Fondation des Femmes est à ta disposition pour t'accompagner et te motiver tout au long de ta collecte !

**Alix**



**Clothilde**



**nuitdesrelais@fondationdesfemmes.org**

**Ne te décourage jamais, nous sommes là !**

**Marie**



**Rama**



## Exemple de sollicitation à personnaliser (sms, e-mail, whatsapp, messenger)

### Boite à outils

Message type  
à copier-coller  
et adapter



Hello, je participe à la Nuit des Relais, LA course festive et solidaire de collecte de dons pour faire progresser les droits des femmes et lutter contre les violences dont elles sont victimes. Pour participer, je dois collecter avec mon équipe 500 €, nous en sommes déjà à X €.

Pourrais-tu nous aider en faisant un don sur notre collecte ? [Lien de votre cagnotte]

Un grand merci par avance.

Pour info, ton don te **donne droit à une réduction fiscale de 75% et les dons seront reversés à des associations de terrain** qui agissent pour aider les femmes victimes de violences ou en situation de précarité, afin de faire de l'égalité une réalité. Tu peux voir les actions financées par la Fondation, grâce aux dons, sur **[fondationdesfemmes.org](https://fondationdesfemmes.org)**.

Merci beaucoup !

## Exemple de post Facebook

### Boite à outils

Message type  
à copier-coller  
et adapter



Hello à toutes et tous, avec des copains/copines, j'ai décidé de m'engager aux côtés de la Fondation des Femmes en participant à **la Nuit des Relais**, LA course festive et solidaire de collecte de dons **pour faire progresser les droits des femmes et lutter contre les violences dont elles sont victimes.**

Pour prendre le départ de la course le Jour J, je dois collecter avec mon équipe **500 €** et nous avons déjà atteint X €.

La Nuit des Relais c'est LA soirée solidaire de collecte de dons pour faire progresser les droits des femmes et lutter contre les violences dont elles sont victimes.

Cela vous dirait de nous aider ? **Nous avons besoin de vous !!! :)**

Merci de vos dons, tous les dons comptent !

**[insérer le lien de votre collecte]**

**[insérer une photo de la campagne ou une photo de votre équipe pour illustrer votre publication]**

# Boite à outils

Nous identifier sur  
tes publications

Le site de la **Fondation des Femmes**  
[www.fondationdesfemmes.org](http://www.fondationdesfemmes.org)

Le site de la **Nuit des Relais**  
[www.nuitdesrelais.org](http://www.nuitdesrelais.org)



Nous retrouver sur **Facebook**  
[@FondationDesFemmes](https://www.facebook.com/FondationDesFemmes)

**LinkedIn** Nous retrouvez sur **LinkedIn**  
[Fondation des Femmes](https://www.linkedin.com/company/fondation-des-femmes)



Nous retrouver sur **Twitter**  
[@FondationFemmes](https://twitter.com/FondationFemmes)

Les **hashtags spécifiques**

**#** [#NuitdesRelais](https://twitter.com/hashtag/NuitdesRelais)  
[#PassezLeRelais](https://twitter.com/hashtag/PassezLeRelais)



Nous retrouver sur **Instagram**  
[Fondationdesfemmes](https://www.instagram.com/fondationdesfemmes)



**UN GRAND MERCI  
POUR TON PRÉCIEUX  
SOUTIEN !**

