

FAQ Défi YMCA 2022

defiymca.org

Pour toute question ne figurant pas ci-dessous, contactez **Kashia Malinowska**, conseillère aux dons annuels et aux événements, au 514 849-5331, poste 1215 ou à kashia.malinowska@ymcaquebec.org

1. Qu'est-ce que le Défi YMCA?

Le Défi YMCA est un événement-bénéfice familial inclusif et festif réalisé à Montréal et à Québec par la Fondation des YMCA du Québec, faisant la promotion de la santé physique, mentale et collective des enfants, jeunes et adultes du Y.

Cette année, la formule hybride permettra la personnalisation de ta participation.

- Inscris-toi dès le 5 mai et fixe-toi trois objectifs personnels : un de santé physique, un de santé mentale, et un de soutien à la collectivité. Puis, lance ta collecte de fonds visant à soutenir l'aide financière et l'inclusion dans les programmes du Y.
- Du 1^{er} au 17 juin, relève tes défis en famille ou avec tes proches et n'oublie pas de leur faire part de tes actions quotidiennes afin de faire rayonner ton Défi!
- Le 18 juin, ça y est! Ton défi est relevé! Viens célébrer la réalisation de tes défis en présentiel pour une journée d'activités de bien-être global au YMCA Notre-Dame-de-Grâce et au YMCA Saint-Roch.

2. Quand est-ce que le Défi a lieu?

Le Défi a lieu du 1^{er} au 18 juin, mais tu peux t'inscrire dès maintenant à defiymca.org.

3. Qui peut participer au Défi?

Le Défi est ouvert à tous et à toutes : enfant, adultes, familles et entreprises souhaitant mettre de l'avant l'importance de la santé globale. Pour favoriser l'inclusion et l'accessibilité dans le cadre de cet événement, tu as le choix de définir tes propres défis!

4. Pourquoi amassez-vous des fonds?

Le Défi YMCA est un soutien essentiel pour nos familles, nos jeunes et nos adultes! Il a pour but de soutenir l'accessibilité et l'inclusion dans l'ensemble de nos programmes du Y, notamment pour :

- fournir une aide financière aux jeunes, aux enfants et aux adultes qui, autrement, n'auraient pas les moyens de bénéficier des programmes et des installations du Y;
- offrir les services d'un compagnon aux enfants qui ont des besoins particuliers dans nos camps de jour;
- développer des activités de littératie physique qui feront découvrir à tou.te.s nos jeunes le plaisir de bouger et d'intégrer de saines habitudes dans leur style de vie.

Avant la pandémie, c'était plus de **7 534 jeunes, enfants et adultes** qui bénéficiaient d'une aide financière s'élevant annuellement à plus de **1,27 M\$**. La réouverture de nos programmes et de nos installations en 2022 aura donc un impact important sur les demandes d'aide financière. Le Défi YMCA contribuera à répondre aux besoins des personnes en ayant le besoin.

5. Est-ce qu'il y aura un évènement en présentiel?

Oui. Viens te joindre à nous en présentiel le 18 juin pour célébrer la fin du Défi. Nous t'invitons à une journée remplie de bien-être au YMCA Notre-Dame-de-Grâce et au YMCA Saint-Roch. Bénéficie des activités dans les différentes zones pour adultes et enfants, tout en favorisant ton bien-être physique et mental et celui de la collectivité.

La journée se déroulera dans un esprit festif avec de l'animation, de la musique, un pique-nique collectif et plein de surprises!

6. Est-ce que je peux participer sans amasser des fonds?

Oui! Ta contribution pour la collecte de fonds sera grandement appréciée, mais tu peux choisir de faire un don unique si tu ne souhaites pas créer une page de collecte de fonds. Tu peux aussi simplement relever ton Défi ou venir fêter avec nous le 18 juin et effectuer le parcours d'activités sur nos sites à Montréal et à Québec.

7. Est-ce que je peux participer sans faire de don?

Oui! Tu pourras créer une page de collecte personnelle et la transmettre à tes proches afin qu'ils t'encouragent dans ton Défi.

8. Est-ce que je peux amasser des fonds pour mon centre, mon espace Y ou mon programme Y?

Oui. Les fonds amassés sur les différents lieux Y seront redistribués localement pour soutenir l'aide financière et l'inclusion dans ton Y. Ainsi, en participant au défi, tu peux choisir de soutenir ta communauté locale ou l'ensemble du réseau des YMCA du Québec.

9. Comment faire pour m'inscrire?

Il suffit de te rendre au defiymca.org et de suivre les instructions dans la Zone participant. Si tu éprouves des difficultés, n'hésite pas à nous contacter.

10. Est-ce que je peux m'inscrire avec ma famille?

Bien sûr! Tu peux soit créer une équipe au sein de laquelle chaque membre aura sa propre page de collecte et ses propres objectifs, ou créer une seule page pour toute la famille. Un petit truc : en t'inscrivant, remplace ton nom par « Famille » dans le champ du prénom. Vous serez donc inscrit.e.s en tant que la Famille Lalonde, la Famille Vaillancourt, etc.

11. Est-ce que les enfants peuvent participer au Défi?

Bien sûr! Le Défi s'adresse à tout le monde, de tout âge et de toute taille! En plus, le 18 juin, les adultes et les enfants auront un parcours d'activités adaptées sur nos sites.

12. Mon centre n'est pas ouvert. À quoi serviront les dons?

Le Défi YMCA est un évènement de collecte de fonds organisé par la Fondation des YMCA du Québec afin de soutenir les jeunes et les familles qui fréquentent nos programmes et nos installations à Montréal et à Québec.

Les fonds amassés nous aideront à fournir une aide financière aux familles qui, autrement, n'auraient pas les moyens d'envoyer leur enfant aux camps; à fournir les services d'un compagnon à un enfant qui a des besoins particuliers; et à développer des activités de littératie physique inclusives pour que tou.te.s les jeunes découvrent le plaisir de bouger.

Le Défi YMCA et la reprise des activités liées à l'abonnement sont donc deux choses complètement différentes.