



## METTRE EN PLACE VOTRE LANCEMENT

- ✓ Trouvez une idée de défi qui vous rassemble et vous ressemble. Vous pouvez vous inspirer de la vidéo démo disponible sur Synergie
- ✓ Réunissez vos bénévoles, amis, partenaires, voisins
- ✓ Mettez en scène et filmez votre défi
- ✓ Concluez votre temps par un moment convivial
- ✓ Postez votre vidéo sur vos réseaux sociaux avec le message : 3,2,1... Muscle ton Téléthon
- ✓ Mentionnez le hashtag : #téléthon2023

## AUTORISATIONS

Faites remplir aux participants un formulaire de droit à l'image : [formulaire](#)

## COMMENT FILMER

Privilégiez le format paysage pour une meilleure prise de vue



# 3,2,1... MUSCLE TON LANCEMENT



## DESCRIPTION

Cette année le Téléthon sera musclé. **Alors pour lancer l'évènement**, montrer notre force, **pour sensibiliser et attirer de nouveaux publics à rejoindre le Téléthon**, rassemblons-nous et partageons nos défis musclés sur les réseaux sociaux

Equipes de coordination, organisateurs d'animations, donnez le coup d'envoi du Téléthon 2023 depuis votre commune ou votre département. Comment ? Mettez-vous en scène de façon ludique et postez la photo ou vidéo de votre défi musclé sur vos réseaux sociaux préférés.

## TOUS ENSEMBLE LE 16 & 17 SEPTEMBRE

Toute la France montrera ses muscles pour le Téléthon le week-end du 16 & 17 septembre. Mais vous pouvez réaliser votre défi les jours ou semaines qui précèdent, et garder la vidéo pour le jour J.

## ORGANISEZ LE DÉFI MUSCLÉ QUI VOUS RASSEMBLE & VOUS RESSEMBLE

Vous pouvez organiser le défi qui vous ressemble : sportif, culinaire, cérébral ou rigolo... et profiter de l'occasion pour mettre en avant vos bénévoles et vos animations.



## QUELQUES EXEMPLE DE DÉFIS :

- ✓ Muscler la solidarité : tous ensemble pour tirer, hisser, pousser un objet particulièrement lourd
- ✓ Muscler les zygomatiques : avec un concours de grimaces, un yoga du rire ...
- ✓ Muscler votre collectif : rassemblez-vous en grand groupe pour porter le message «3,2,1... Muscle ton Téléthon»
- ✓ Lâchez vous, n'hésitez pas à organiser des défis drôles ou insolites

## LE MESSAGE À RAPPELER

Commencez et terminez votre défi en criant tous ensemble le message musclé :

**3,2,1... MUSCLE TON TÉLÉTHON !**

Et affichez la banderole

**«Et vous, vous faites quoi pour le Téléthon ?»**

**POSTEZ VOTRE DÉFI SUR VOS RÉSEAUX SOCIAUX**

En ajoutant

**#TELETHON2023**

