

TROUSSE À OUTILS DE COLLECTE DE FONDS

Centre de sensibilisation au TDAH, Canada



CADDAC

CENTRE FOR ADHD AWARENESS, CANADA
CSTC - Centre de sensibilisation au TDAH Canada



TABLE DES MATIÈRES

03	Qu'est-ce que le trouble déficitaire de l'attention avec/sans hyperactivité ?
04	Faits sur le TDAH
05	À propos du CSTC
06	Programmes du CSTC
07	Idées d'événements
08	Planifier votre événement
09	Promouvoir votre événement
10	Entente de tiers
11	Liste de contrôle pour la collecte de fonds
12	Envoyer votre don

QU'EST-CE QUE LE TDAH ?

Qu'est-ce que le trouble déficitaire de l'attention avec/sans hyperactivité ?

Le TDAH est un trouble neurodéveloppemental chronique qui touche 5 à 7 % des enfants et 3 à 5 % des adultes au Canada, soit 2 millions de Canadiens (Manos, 2010. Statistique Canada, 2017). Ses principaux symptômes sont l'hyperactivité, l'impulsivité et l'inattention. Environ deux tiers des enfants continueront à présenter des symptômes à l'âge adulte, tandis que les taux de prévalence sont inégalement répartis entre les sexes (Lachaine et coll., 2012). Le TDAH affecte diverses parties du cerveau telles que la mémoire de travail, la planification, l'inhibition de réponse, la vigilance, la régulation des émotions et la motivation (Hoogman et coll., 2017, Lachaine et coll., 2012). Les personnes atteintes du TDAH sont souvent caractérisées comme étant désorganisées, incapables de compléter leurs tâches, démotivées ou paresseuses et ayant de mauvaises compétences de gestion du temps (Ramsey et Rostain, 2016). Bien qu'il s'agisse du trouble psychiatrique le plus facile à traiter au Canada, le TDAH reste méconnu et sous-diagnostiqué.

Pourquoi le TDAH est-il important ?

Non traité, le TDAH peut engendrer des conséquences dévastatrices tout au long de la vie. Le TDAH est associé à un risque accru de troubles de l'humeur et de l'anxiété, de toxicomanie, d'accidents de transport, de suicides, de blessures, de grossesses chez les adolescentes, de chômage, de sous-emploi et d'incarcération. (Barbaresi et coll., 2013, Ramsey et Rostain, 2016). Une étude récente a révélé que le TDAH, s'il persiste à l'âge adulte, peut raccourcir jusqu'à 22 ans l'espérance de vie et réduire l'espérance de vie en santé de 8,4 ans. (Barkley, Fischer, 2018). Cela correspond à une réduction de la longévité 2,5 fois plus élevée que celle provoquée par la combinaison des quatre principaux facteurs de risque connus pour réduire l'espérance de vie et sur lesquels nous nous concentrons en tant que société : l'obésité, la consommation d'alcool, le tabagisme et les maladies coronariennes (Barkley et Fischer, 2018).



FAITS SUR LA TDAH

S'il persiste à l'âge adulte, le TDAH peut raccourcir jusqu'à 22 ans l'espérance de vie et réduire l'espérance de vie en santé de 8,4 ans (Barkley et Fischer, 2018).

80 % des adultes et 44 % des enfants atteints de TDAH souffrent d'au moins un trouble psychiatrique comorbide (Kessler et coll., 2006).

32,2 % des élèves atteints de TDAH n'obtiennent pas de diplôme d'études secondaires (Breslau, 2011).

Les adultes atteints de TDAH ont 20 % moins de chances d'être employés et gagnent en moyenne 16 % de moins que leurs homologues (Biederman, et coll., 2006).

33 % des détenus au Canada sont atteints du TDAH (Young et coll., 2015).

Les personnes atteintes de TDAH ont 45 % à 47 % plus de risques d'être victimes d'un accident de transport grave (Chang 2014).

Les adultes atteints de TDAH sont dix fois plus susceptibles de se rendre chez le médecin et présentent un taux plus élevé de visites aux urgences et de séjours à l'hôpital (Katzman et coll., 2017).

Les adolescents atteints du TDAH sont trois fois plus susceptibles d'être obèses et de développer un diabète de type 2.

Les femmes atteintes du TDAH sont 3, 5 fois plus susceptibles de développer un trouble de l'alimentation.



À PROPOS DU CSTC

Notre mission

Le CSTC améliore la vie des Canadien(ne)s touché(e)s par le TDAH grâce à la sensibilisation, l'éducation et à la défense des intérêts.

Notre vision

Un Canada où les personnes atteintes d'un TDAH sont acceptées, comprises et soutenues.

Nos valeurs

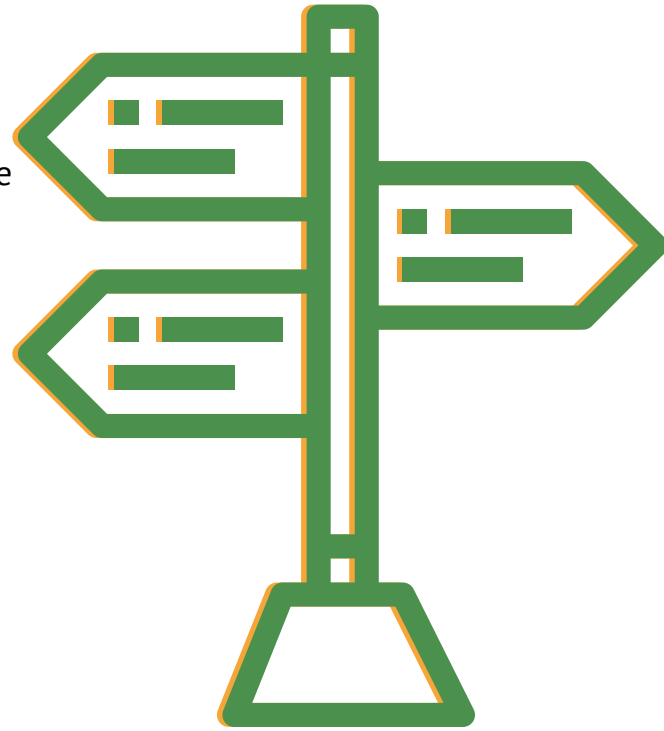
Autonomisation – Fournir aux personnes touchées par le TDAH des outils et de l'information nécessaires pour défendre leurs intérêts afin d'atteindre leur potentiel est au cœur de tout ce que nous faisons

Inclusion – Nous nous efforçons de créer un environnement accueillant, sans jugement, où chacun(ne) est entendu(e) et valorisé(e).

Impact – Faire une véritable différence dans la vie des personnes touchées par le TDAH est ce qui nous motive.

Leadership – Nous nous engageons à diriger la conversation nationale sur le TDAH et à améliorer des vies grâce à une expertise approfondie et à l'excellence dans tout ce que nous faisons.

Communication – Nous croyons qu'une communication ouverte et transparente est essentielle pour réaliser notre mission le plus efficacement possible et créer une culture interne positive.



PROGRAMMES DU CSTC

Soutenir votre enfant dans le développement de ses fonctions exécutives

Ce programme combine des aspects de psychopédagogie, d'autoréflexion, de jeux de rôle, de mise en pratique des compétences dans la vie réelle et d'expérimentation. Au cours de ce programme, les parents/soignants acquerront des connaissances et des compétences pour aider leurs enfants à mieux réussir.

Coaching de groupe pour les adultes atteints du TDAH

Le CSTC organise un programme de coaching de groupe de 6 semaines pour adolescents et adultes atteints du TDAH dans le but de leur enseigner des compétences pratiques pour améliorer leur qualité de vie.

Événements éducatifs

Le CSTC organise chaque année une série d'événements éducatifs, tels que des ateliers, des webinaires et une conférence annuelle.

Initiatives de plaidoyer

Le CSTC continue de défendre les intérêts des personnes et des familles touchées par le TDAH en rencontrant des représentants du gouvernement et en rédigeant des documents de politique afin de mettre en lumière l'importance du traitement et du diagnostic du TDAH.

Comprendre comment le TDAH affecte votre enfant

Ce cours interactif en cinq parties est conçu pour les parents qui commencent le parcours du TDAH avec leur enfant et pour ceux qui cherchent à comprendre les déficiences et les besoins de leur enfant.

Navigateur de ressources

L'objectif de ce programme est d'aider les familles et les individus à naviguer dans le système de soins de santé mentale, de les mettre en relation avec des ressources crédibles de dépistage et de traitement, ainsi que de leur donner une meilleure compréhension du TDAH.

Initiatives de sensibilisation

Chaque année, le CSTC saisit l'occasion d'éduquer les Canadiens à propos du TDAH par le biais de ses comptes de réseaux sociaux, ses infolettres hebdomadaires, ses événements communautaires et ses annonces dans les médias. Le Mois de la sensibilisation est l'occasion de diffuser des informations fiables et factuelles qui éduquent et aident à clarifier les mythes sur le TDAH.

« Le CSTC a été mon premier pas afin d'aider mon fils. Grâce à toutes les informations fournies sur leur site et aussi à leur soutien, j'ai pu défendre les intérêts de mon fils. À partir de ce moment-là, j'ai découvert tant d'autres ressources ainsi que d'autres enfants également atteints du TDAH. »

- Parent d'un enfant atteint du TDAH

IDÉES D'ÉVÉNEMENTS



Anniversaires, mariages, remises de diplômes et autres occasions spéciales

Vous ne savez pas quoi demander comme cadeau ? Pourquoi ne pas fêter votre occasion spéciale en organisant un événement caritatif pour soutenir le CSTC à la place de cadeaux. C'est est une excellente façon de dédier votre journée spéciale à une cause qui vous tient à cœur et de répandre de l'amour et de la bonté avec les autres !



Événements sportifs, courses, marches, tournois etc.

Organisez votre propre marathon ou tournoi sportif. Demandez aux membres de votre communauté de créer leurs propres équipes et objectifs de collecte de fonds. De tels événements sont une excellente occasion d'être actif, de rassembler la communauté et de faire quelque chose de bien pour une cause !



Ventes de gâteaux, ventes d'artisanat, lave-autos et autres événements communautaires

Montrez-nous votre passion et partagez-la avec d'autres ! Transformez votre passe-temps préféré en un moyen de collecter des dons et de partager votre enthousiasme pour une bonne cause. L'organisation d'une vente de pâtisseries ou d'un autre événement communautaire est une excellente façon de rapprocher votre communauté, de faire connaître le CSTC et de le soutenir avec vos talents et vos services !



Événements scolaires ou d'entreprise

Rien n'est plus amusant qu'une vente aux enchères silencieuse au travail ou un spectacle de talents à l'école. Soutenez le CSTC lors de votre prochain événement, vous vous amuserez et repartirez avec le sentiment d'avoir fait la différence !



Besoin d'inspiration ?

<https://radiorfa.com/index.php/40-bonnes-idees-pour-la-leeve-de-fonds/>

Réussir sa collecte de fonds

Travaillez avec votre communauté ! Les activités de collecte de fonds fonctionnent toujours mieux en groupe, alors demandez à vos amis, votre famille et vos collègues de vous aider à organiser votre événement. Le travail d'équipe facilitera la tâche et permettra d'organiser un événement plus ambitieux et plus réussi !

PLANIFIER VOTRE ÉVÉNEMENT

Créez votre équipe

Recrutez des amis, de la famille, des collègues de travail et des camarades de classe pour vous aider à planifier et à exécuter votre événement. En partageant le travail et en déléguant les tâches, il sera beaucoup plus facile de réaliser votre collecte de fonds parfaite !

Ressources/Info

L'internet regorge de ressources et d'idées provenant de personnes et d'organisations ayant une expérience très variée. Parlez aussi à vos amis et à votre famille de leurs expériences. Voici quelques ressources pour vous aider à démarrer :

<https://radiorfa.com/index.php/40-bonnes-idees-pour-la-levee-de-fonds/>

<https://phil.ca/fr/trois-ingredients-pour-une-collecte-de-fonds-externe-reussie/>

Fixez un objectif

Fixez un objectif financier réaliste à atteindre. Avoir un objectif bien défini vous aidera, vous et votre équipe, à rester motivés et encouragera les donateurs à l'atteindre plus rapidement !

Choisissez votre événement

Réfléchissez à des idées avec votre équipe et vérifiez auprès de votre public cible ce qui suscite le plus d'intérêt. La clé pour réussir votre événement et faire en sorte que tout le monde en profite est de trouver une activité qui convient bien à votre public !

Coût

Pour limiter les coûts, veillez à établir un budget pour votre événement. L'établissement d'un budget augmentera le montant des fonds que vous pourrez donner et réduira toute charge financière de votre côté.

Conseil : Les entreprises locales peuvent être disposées à parrainer votre événement et à vous donner des ressources pour réduire vos coûts.

Réussir sa collecte de fonds

Les élèves du secondaire cherchent toujours à compléter leurs heures de service communautaire. En associant votre événement à une école locale, vous pourrez bénéficier d'aide supplémentaire.

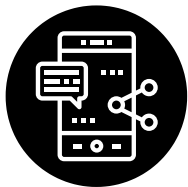
PROMOUVOIR VOTRE ÉVÉNEMENT

Faire passer le mot tôt peut changer la donne pour un événement réussi ! Voici quelques outils à utiliser:



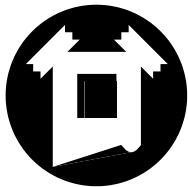
Bouche-à-oreille

Commencez par vos relations immédiates ! Parler de votre événement à vos amis, votre famille et vos collègues de travail est un excellent point de départ pour faire passer le mot.



Réseaux sociaux

Les réseaux sociaux sont l'un des moyens les plus faciles de promouvoir votre événement de collecte de fonds ! Facebook, Twitter et Instagram sont des outils formidables pour une communication efficace et gratuite. Connectez-vous avec le CSTC sur les réseaux sociaux et nous vous aiderons à promouvoir votre collecte de fonds !



Affiches

Les affiches peuvent être un moyen simple et rentable de commercialiser un événement communautaire. Les écoles, les lieux de travail et les centres communautaires sont des endroits idéaux pour faire passer le mot et entrer en contact avec votre communauté locale.

Réussir sa collecte de fonds

Lancer un hashtag pour votre événement peut être un excellent moyen de susciter l'intérêt et de faire en sorte que toute votre équipe commercialise votre événement ensemble.

N'oubliez pas de vous connecter avec nous !



@centreforadhd

@centre_tdah



@adhdvid

ENTENTE DE TIERS



En tant que personne responsable de la coordination de l'événement proposé, je comprends et accepte que toute publicité pour l'événement en question doit être approuvée par le Centre de sensibilisation au TDAH, Canada (CSTC) avant d'être diffusée.

Je comprends/nous comprenons que l'événement organisé par la tierce partie est la seule responsabilité de cette dernière et que le CSTC n'est pas responsable des dépenses ou des actions liées à l'événement en question.

Le CSTC n'est pas responsable de tout accident ou dommage à la personne ou à la propriété qui pourrait se produire au cours de l'événement et le tiers fera en sorte que l'assurance appropriée soit en place avant d'organiser l'événement proposé.

Je certifie/nous certifions par la présente, en tant que tiers, que j'ai/nous avons lu, compris, accepté et respecté toutes les politiques et directives du CSTC pour les événements organisés par des tiers, comme indiqué dans cette entente.

Signature pour le CSTC

Nom en caractères d'imprimerie

Date

Le Centre de sensibilisation au TDAH, Canada respecte toutes les directives de l'Agence du revenu du Canada concernant l'émission de reçus d'impôt. Veuillez envoyer le formulaire de demande dûment rempli par courrier, courriel ou télécopie à l'attention de :

Juanita Beaudry
Directrice exécutive
Centre de sensibilisation au TDAH, Canada
366 Rue Adelaide E n. 221, Toronto, ON
M5A 3X9
tél : (416) 637-8584
info@CADDAC.ca
<https://www.caddac.ca/>

Signature du tiers

Nom en caractères d'imprimerie

Téléphone

Courriel

Adresse (rue)

Ville/Code postal

LISTE DE CONTRÔLE POUR LA COLLECTE DE FONDS



Remplissez le formulaire à la page 10

N'oubliez pas de remplir notre formulaire de demande de collecte de fonds et de nous contacter par courriel à info@CADDAC.ca. Parlez-nous de votre événement afin que nous puissions faire tout ce qui est en notre pouvoir pour vous soutenir sur la voie du succès !

Formez votre équipe !

Entourez-vous de collaborateurs partageant votre passion et voulant collecter des fonds tout autant que vous. Un environnement d'équipe positif mènera à un événement réussi !

Choisissez votre événement !

C'est là que vous devez faire preuve de créativité ! Cherchez une activité qui rassemblera vos amis, votre famille et votre communauté pour une collecte de fonds amusante.

Établissez un budget et fixez des objectifs de collecte de fonds !

Budgétisez vos dépenses et votre temps ! L'organisation d'un événement peut représenter beaucoup de travail, il est donc essentiel de partager la charge. Recherchez les moyens les plus rentables de faire le travail. S'il s'agit d'un événement de grande envergure, pensez à demander à votre lieu de travail ou à une entreprise voisine de parrainer vos efforts.

Communiquez votre événement et connectez-vous avec nous !

Faites-nous part de votre événement sur les médias sociaux ! Nous ferons de notre mieux pour aider à faire passer le mot et remercier tous ceux qui ont travaillé avec vous. N'oubliez pas de nous taguer [@centre_tdah](#) dans tous vos posts !

ENVOYER VOTRE DON

Après votre événement de collecte de fonds, envoyez votre don à l'ordre du CSTC à l'adresse suivante :

Centre de sensibilisation au TDAH, Canada

366 Rue Adelaide E n. 221, Toronto, ON
M5A 3X9

Veillez vous assurer que tous les chèques sont libellés à l'ordre du Centre de sensibilisation au TDAH, Canada.

Joignez une brève note expliquant comment vous avez collecté les fonds. Envoyez-nous aussi des photos ! Nous serions très heureux de partager votre événement sur les réseaux sociaux. Envoyez par courriel les 3 à 5 meilleures photos de votre collecte de fonds à : info@CADDAC.ca.

Coordonnées du CSTC

Juanita Beaudry - Directrice exécutive
Centre de sensibilisation au TDAH, Canada
366 Rue Adelaide E n. 221, Toronto, ON
M5A 3X9

tél : (416) 637-8584

info@CADDAC.ca

<https://www.caddac.ca/>

Numéro de bienfaisance : 828460329RR0001



@centre_tdah



@adhdvid