

# L'« ICE BUCKET CHALLENGE » DE 2018 : Chaque mois d'août jusqu'au bout



## Comment participer?

1. **RELEVEZ LE DÉFI.** Chaque personne qui réalise l'« Ice Bucket Challenge » de la Société canadienne de la SLA doit désigner trois personnes pour se joindre à elle. Si vous êtes désigné, vous avez 24 heures pour relever le défi!

## Vous aurez besoin :



d'un seau



de glace



d'eau



d'un appareil  
d'enregistrement



d'une serviette

Téléchargez le logo Chaque mois d'août jusqu'au bout pour votre seau. [ici](#)

2. **ENREGISTREZ UNE VIDÉO** pendant que vous déversez le seau d'eau glacée sur votre tête afin de sensibiliser votre entourage à la SLA.

3. **TÉLÉVERSEZ VOTRE VIDÉO** sur les médias sociaux et mettez au défi au moins trois de vos amis en les identifiant. Cette vidéo devrait inclure :

- votre nom et celui de la personne qui vous a mis au défi;
- votre déclaration d'acceptation :
- « J'accepte l'Ice Bucket Challenge de la Société canadienne de la SLA »;
- le nom de trois personnes que vous désignez;
- un lien vers le site [www.als.ca](http://www.als.ca) dans votre publication sur les médias sociaux;
- le montant du don que vous versez à la Société canadienne de la SLA.

4. **FAITES UN DON** pour appuyer la communauté de la SLA Si vous êtes désigné pour relever le défi de l'Ice Bucket Challenge de la Société canadienne de la SLA et décidez de ne pas participer, nous vous prions de faire un don pour démontrer votre appui.