

Wintertijd Challenge

Leuke ideeën voor
sponsoracties!



Fantastisch dat je meedoet aan de **WintertijdChallenge**! Samen gaan we zoveel mogelijk geld inzamelen voor de uitbreiding van het Spieren voor Spieren Kindercentrum.

Sinds 1 april 2008 kunnen kinderen met (het vermoeden van) een spierziekte terecht in het Spieren voor Spieren Kindercentrum in het Wilhelmina Kinderziekenhuis te Utrecht. In dit centrum komen alle onderzoeken en zorgverleners op één dag samen. Hierdoor wordt het mogelijk om aan het einde van de dag een diagnose of een plan van aanpak te krijgen en eventueel een daarop gebaseerd behandeladvies en behandeling.

Met de uitbreiding:

- Kunnen er meer kinderen geholpen worden aan een diagnose en een behandelplan;
- Wordt er meer kennis verkregen over spierziekten bij kinderen, wat leidt tot een betere behandeling;
- Wordt kennis en kunde gebundeld, wat sneller leidt tot een medicijn of behandeling;
- Wordt er gewerkt aan een toekomst voor kinderen met een spierziekte en het stoppen van spierziekten bij kinderen.

**Heel
veel
succes!**

Lees meer op www.wintertijdchallenge.nl
of bezoek onze social mediakanalen!



Lees hieronder de inspirerende verhalen van drie Kr8patsters waar jij onder andere je bed voor uitkomt!



BRAM

Bij de 7-jarige Bram is SMA type 2 vastgesteld toen hij een jaar oud was. Door deze spierziekte kan hij veel dingen niet zelfstandig doen. Bram geniet samen met zijn gezin van elke dag en van alle momenten die hij samen met Spieren voor Spieren heeft beleefd. Het hele verhaal van Bram is [hier](#) te vinden.



BENTE

De 10-jarige Bente heeft de zeldzame spierziekte congenitale myasthenie. Net als haar broertje Finn en zusje Liv. Het accepteren van deze spierziekte valt niet altijd mee, maar dankzij Spieren voor Spieren leren ze hier steeds beter mee om te gaan. Wil jij weten hoe? Lees dan [hier](#) het hele verhaal.



COCO

De 13-jarige Coco heeft de spierziekte SMA type 2 waardoor zij niet kan lopen en niet kan staan. Haar grootste droom is dat dokters een medicijn vinden waarmee alle spierziekten uit de wereld geholpen kunnen worden. Lees [hier](#) het hele verhaal van Coco.

TIPS & TRICKS OM VAN JOUW ACTIE EEN SUCCES TE MAKEN!



Iedereen kan sponsors werven!
Onderstaande tips helpen je om zoveel mogelijk sponsors te werven.

TIP 1: MAAK EEN PERSOONLIJK VERHAAL

Jouw persoonlijke verhaal gaat andere mensen inspireren om te doneren. Het is daarom belangrijk om te bedenken wat jouw belangrijkste redenen zijn om mee te doen. Als voorbeeld kun je de inspirerende verhalen van kinderen met een spierziekte op onze website gebruiken. Zo zijn wij altijd enorm onder de indruk van deze kinderen die ondanks hun beperking altijd positief zijn. Op [onze blog](#) kan je deze verhalen vinden.

TIP 2: MAAK EEN STAPPENPLAN

De belangrijkste stap heb je al gemaakt, je doet namelijk mee aan de Wintertijd Challenge. Wij hebben een aantal stappen voor je bedacht die je kan gebruiken om een succesvolle challenge te creëren!

Stap 1 Maak jouw persoonlijke online sponsorpagina (zie tip 3).

Stap 2 Bepaal je doel. Wil je €100,- ophalen of ga je voor €250,- of zelfs €500,-?

Stap 3 Hoe ga je dit doel behalen? Ook wij hebben hierin meegedacht! Op pagina 5 en 6 kun je een overzicht vinden van acties die je hier bij gaan helpen.

Stap 4 Breng je netwerk in kaart. Buiten je familie en vrienden heb je ook kennissen, collega's, burens en een werkgever die je kunt benaderen. Denk hierbij ook aan een serviceclub zoals Rotary of Lions. Maak een overzicht en bepaal wie je gaat benaderen.

Stap 5 Benader je netwerk (zie tip 5).

TIP 3: JOUW PERSOONLIJKE SPONSORPAGINA

Jouw persoonlijke sponsorpagina is je uithangbord. Op deze pagina houd jij je donateurs en geïnteresseerden op de hoogte van alle ontwikkelingen die spelen. Natuurlijk lezen de mensen hier jouw persoonlijke verhaal, maar zij vinden het ook leuk om regelmatig updates te zien! Laat je achterban weten en zien dat jij druk aan het trainen bent voor de Wintertijd Challenge. Plaats hier leuke foto's van en deel ze ook via jouw social mediakanalen. Besteed ook aandacht aan het bedanken van jouw sponsors. Bijvoorbeeld door het maken van een fotocollage.

Op de volgende bladzijde kun je een voorbeeld van een sponsorpagina vinden.

TIPS & TRICKS OM VAN JOUW ACTIE EEN SUCCES TE MAKEN!



Voorbeeld sponsorpagina: met een verhaal, foto's en updates!

DONEER EN HELP SPIEREN VOOR SPIEREN ZICH IN TE ZETTEN VOOR KINDEREN MET EEN SPIERZIEKTE

 Marianne Van de Graaf
Fietsen | Lid van team: **Team Sylvie**



Zoek een persoon, team, plaatsnaam of sport

AL € 320 OPGEHAALD

128% opgehaald

MIJN ACTIE

DONATEURS 23

Mijn naam is Marianne en ik ben moeder van 2 kinderen. Mijn oudste dochter heeft de spierziekte SMA type 2 waardoor zij nooit zelfstandig heeft kunnen zitten en leren lopen. Doordat zij onvoldoende aansturing krijgt naar haar spieren, worden deze slapper en treedt er uiteindelijk verlamming op in alle spieren. Vanaf haar 1ste jaar is zij dan ook al rolstoelgebonden. Ik zet mij in voor Spieren voor Spieren, omdat het een mooi fonds is, die zich inzet voor kinderen met een spierziekte.

TIP 4: EERST EEN PAAR DONATIES, DAN PAS VERSPREIDEN

Nadat je in kaart hebt gebracht wie je kan benaderen, ga je ze ook daadwerkelijk benaderen. Start met je beste vrienden, familie en je werkgever. Zodra de eerste donaties binnen zijn, benader je de rest van je netwerk. Simpelweg omdat het vaak beter werkt voor je omgeving als de eerste bedragen al binnen zijn. Belangrijk hierin is #durftevragen.

TIP 5: BENADEREN VAN JE NETWERK

Belangrijk is dat je iedereen deelgenoot maakt van jouw doel en jouw persoonlijke verhaal. Een aantal tips:

1. Stuur een email aan jouw adreslijst waarin je vertelt dat je meedoet aan de Wintertijd Challenge en vraag ze om een donatie, zie een voorbeeld op onze [downloadpagina](#).
2. Gebruik een [e-mailhandtekening](#): zet de link van je persoonlijke sponsorpagina onder jouw e-mails, zodat iedereen met wie jij mailt weet dat je deelneemt aan de Wintertijd Challenge;
3. Deel jouw actiepagina op verschillende manieren via social media;
4. Vertel op Facebook, Twitter, Instagram, LinkedIn en WhatsApp regelmatig hoe het gaat met jouw actie;
5. Gebruik #WTC2017 om jouw bericht nog meer te laten opvallen;
6. Plaats altijd een foto of film bij je bericht, dit valt het meest op tussen alle content op social media;
7. Je kunt een [sponsorformulier](#) laten invullen door zowel individuen als bedrijven;
8. Tot slot kun je lokale media benaderen middels het versturen van een [persbericht](#). Ook kun je ze vragen of zij een keer komen kijken bij één van jouw trainingen.

TIPS & TRICKS OM VAN JOUW ACTIE EEN SUCCES TE MAKEN!



TIP 6: CONTENT

Zorg ervoor dat jouw pagina opvalt met authentieke content. Denk bijvoorbeeld aan het schrijven van een blog over jouw actie voor de Wintertijd Challenge. Plaats de link naar jouw blog op je sponsorpagina en vergeet het natuurlijk niet te delen op social media! Op onze website hebben wij inspirerende verhalen van kinderen met een spierziekte staan die je kunt gebruiken in de berichten op social media. Verder plaatsen wij regelmatig berichten op onze social mediakanalen over de Wintertijd Challenge die jij natuurlijk kunt delen!

"Spieren voor Spieren betekent ontzettend veel voor mij en ik wil graag iets terug doen voor alle mooie momenten die ze mij geven! Ik vind het leuk om creatief bezig te zijn en heb al heel veel sleutelhangers en pennenbakjes gemaakt en verkocht, om alle kinderen met een spierziekte te helpen" - **Bente Appelo, 11 jaar, kind-ambassadeur**



TIP 7: BETREK JE DONATEURS BIJ JE EINDSPRINT

Ervaring leert dat in de laatste twee weken van je actie het meest gedoneerd wordt. Zet deze eindsprint goed in en vraag je donateurs daarbij om hulp. Ook zij willen natuurlijk dat jij je streefbedrag haalt. Dit kun je bijvoorbeeld doen door te vragen om jouw berichtje op social media te delen.

TIP 8: BEDANK JE DONATEURS

Bedank je donateurs met een persoonlijk berichtje op social media of via een e-mail. Je hebt dan meteen de gelegenheid om te vragen om jouw actiepagina te delen. Hiermee inspireer je gelijk anderen om ook te doneren.

Als je een bedrijf hebt benaderd, denk dan aan een tegenprestatie. Exposure is voor hen erg aantrekkelijk. Je kunt bijvoorbeeld het logo van het bedrijf op je shirt laten drukken of je vermeld ze op social media.

TIP 9: KOM IN ACTIE!

Je kunt natuurlijk ook acties organiseren om je streefbedrag te halen. Op de volgende bladzijdes kun jij je laten inspireren door diverse acties!

INSPIRERENDE ACTIES



Er worden jaarlijks ontzettend veel acties speciaal voor Spieren voor Spieren georganiseerd. We hebben voor zowel kinderen als volwassenen een aantal voorbeelden van geslaagde acties.

Je kunt natuurlijk ook een actie organiseren met je team. Ervaring leert dat deelnemers die als team acties organiseren gemiddeld meer sponsorgeld ophalen dan individuele deelnemers. Laat je inspireren door onderstaande acties en kom in actie!

VOOR VOLWASSENEN



Huiskamerdiner

Stel een heerlijk menu samen en nodig vrienden en/of familie bij jou thuis uit waar jij speciaal voor

gaat koken. Vraag ze een bedrag te betalen als bijdrage voor het diner van minimaal €25,-. Maak er een leuke avond van en deel jouw persoonlijke verhaal met hun.

Emballagebonnen

Ga langs de plaatselijke supermarkt en vraag of Spieren voor Spieren een maand lang het goede doel mag zijn. Vraag bijvoorbeeld of je een donatiebox naast de lege flessen automaat mag plaatsen waar mensen hun statiegeld in kunnen gooien. Ervaring leert dat dit veel geld op kan leveren. Stel deze vraag tijdig, er zijn namelijk supermarkten die hier een wachtlijst voor hebben.



Fooienpot

De meeste horecagelegenheden hebben een fooienpot. Vraag bij jouw lokale café of ze de fooienpot een weekend - of misschien wel langer - aan jou willen doneren.

VOOR KINDEREN



Heitje voor karweitje

Je kunt natuurlijk ook allerlei klusjes in de buurt doen. Ga langs je burens en vraag of zij hun auto mag wassen, het onkruid kan wieden of de tegels kan vegen. Vertel hierbij je persoonlijke verhaal en wie weet geven zij jou een mooi bedrag!



Lege flessen inzamelen

Ninthe is één van onze enthousiaste kind-ambassadeurs. Samen met vriendjes en vriendinnetjes heeft ze lege flessen opgehaald en de emballagebonnen ingeleverd bij de plaatselijke supermarkt. Dit leverde een prachtig bedrag van bijna €300,- op!



Rommelmmarkt

Jij hebt vast nog wel speelgoed en andere spullen op zolder liggen waar je niks meer mee doet. Organiseer een rommelmarkt, bijvoorbeeld tijdens Koningsdag, en verkoop je spullen.

INSPIRERENDE ACTIES



VOOR VOLWASSENEN



Feesten en partijen

Een andere mogelijkheid om op een makkelijke manier je geldteller te zien stijgen is door voor je verjaardag of een andere gelegenheid niet te vragen om een cadeau, maar om een donatie voor de Wintertijd Challenge.



Beweeg een vereniging of sportschool

Verenigingen en sportscholen zijn vaak bereidwillig om iets voor het goede doel te doen.

- Betrek ze bij jouw doel en vraag of je een groepsles of ander evenement bij hun mag organiseren. Denk bijvoorbeeld aan een spinningmarathon;
- De sportschool kan je helpen door de ruimte en apparatuur beschikbaar te stellen;
- Vraag jouw omgeving om mee te doen;
- Vraag aan elke deelnemer een vast bedrag, bepaal de datum, het tijdstip en hoe lang er wordt gespind, zorg voor leuke muziek en geef mensen na afloop een drankje. Alle ingrediënten voor een sportief evenement zijn aanwezig!

Een ander idee is om aan een vereniging te vragen of ze een speciale wedstrijd voor de Wintertijd Challenge willen organiseren waarbij elk gescoord punt een vast bedrag oplevert.



Beweeg jouw school

Ook scholen zijn vaak bereidwillig om iets voor het goede doel te organiseren. Betrek ze bij jouw proces en vraag of ze bijvoorbeeld een Spierballenloop voor je willen organiseren.



Bier- of wijnproeverij

De meeste mensen houden wel van een koud biertje of wijntje op een mooie lentedag! Vervolgens kun je aan de plaatselijke slijterij vragen of ze mee willen werken. Vraag aan je vrienden, familie of collega's of zij een avondje bij jou thuis of bij de slijterij langs willen komen om, tegen een x-bedrag, verschillende soorten bier of wijn willen komen proeven. Jullie hebben gegarandeerd een gezellige avond waarbij ook nog eens de geldteller zal stijgen.



Stroopwafelactie

Een uitstekende manier om geld op te halen is door heerlijke stroopwafels te verkopen bij bijvoorbeeld de plaatselijk supermarkt of een ander evenement. Ga op zoek naar een stroopwafelbakker en maak hem warm voor jouw actie. Vraag hem jouw stroopwafels aan te bieden tegen een gunstige inkoopprijs, zodat jij een groot deel van de opbrengst kan bijschrijven op jouw sponsorprofiel. Vergeet niet jouw actie via social media en je sponsorpagina te promoten!



Obstacle Run

Kinderen met een spierziekte overwinnen dagelijks allerlei obstakels. In Oldebroek hebben ze hier een actie voor bedacht: een heuse Obstacle Run. Zij hebben hiermee een geweldig bedrag van €650,- bij elkaar gerend en geklauterd. Ook is er een super toffe aftermovie gemaakt.

INSPIRATIE VOOR ACTIES BIJ BEDRIJVEN



Buiten de acties die je kunt organiseren voor je vrienden, familie of collega's, kun je ook bedrijven betrekken bij jouw doel. Kijk in jouw omgeving of er bedrijven zijn die je kunt benaderen.

Zoek het dichtbij, bijvoorbeeld bij je eigen werkgever, bij de slager/bakker om de hoek of bij bedrijven waarmee je in het dagelijks leven te maken hebt.



Exposure

Zoals eerder verteld is exposure erg aantrekkelijk voor bedrijven. Je kunt bijvoorbeeld, in ruil voor een donatie, het logo van het bedrijf op je shirt laten drukken dat je aantrekt tijdens de Wintertijd Challenge. Natuurlijk kun je de bedrijven promoten via jouw social mediakanalen.



Eindbedrag verdubbelen

Je kunt een bedrijf vragen om jouw eindbedrag te verdubbelen. Verwacht wel dat zij vragen of je iets voor ze terug kan doen. Jij kunt daar goed op inspelen door te zeggen dat jij het logo of de naam van het bedrijf op je shirt zal laten drukken en hen zal vermelden op je social mediakanalen!



Bedrijfsdonatie

Voor bedrijven kan het erg aantrekkelijk zijn om een donatie aan een goed doel te doen. Een bedrijf kan namelijk giften aftrekken van de vennootschapsbelasting. Sinds 2013 geldt dat maximaal 50% van de winst met een maximum van €100.000 aftrekbaar is.

Een factuur voor de donatie geldt voor de fiscus als bewijs van sponsoring. Voor meer informatie kun je terecht bij de Belastingdienst. Ook hierbij denken wij graag met je mee.

CONTACT

Neem voor vragen en meer informatie over Spieren voor Spieren, de Wintertijd Challenge en/of om te sparren over fondsenwerving gerust contact op met ons, wij helpen je graag!



Bel 020 - 26 117 82, of mail naar
wtchallenge@spierenvoorspieren.nl

