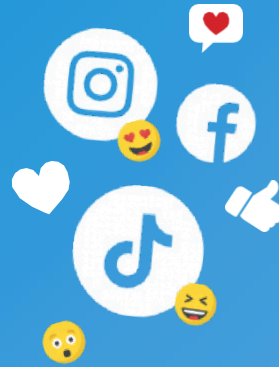


Prenez part au mouvement !

#abaslesta

Le défi viral



Objectifs

1. S'amuser
2. Lancer la conversation sur les TA
3. Faire grandir le mouvement sur les réseaux sociaux
4. Personnaliser sa page de collecte de dons

#abaslesta @anebquebec

Comment procéder



1. Créez

1. Créez une vidéo courte et amusante pour donner une impulsion au mouvement À bas les troubles alimentaires! Faites preuve de créativité pour exprimer votre point de vue sur l'estime de soi, sur la pression de « l'industrie de la beauté » ou sur les troubles alimentaires.

Suggestions

Votre vidéo pourrait porter sur une des questions suivantes :

- Qui juge les critères de beauté?
- D'où vient la pression sociale?
- Les réseaux sociaux ont-ils une si grande influence?

Astuces !

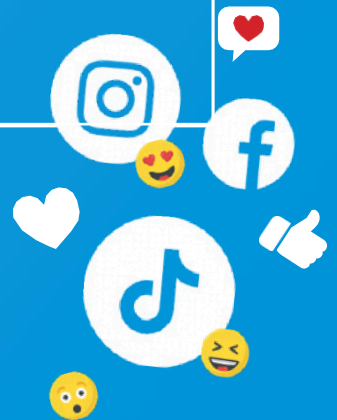
- La vidéo devrait inclure des bas rigolos pour soutenir le thème de la campagne
- Utilisez les mots-clics **#abaslesta** et **@anebquebec**

2. Publiez

2. Publiez la vidéo sur votre page de collecte de fonds (voir **Campagne par les pairs**) et cliquez sur le lien **Partager** pour choisir votre réseau social préféré.

3. Lancez le défi

3. Lancez le défi aux amis, aux parents et aux enseignants d'en faire autant!



Attention !

Laissez libre cours à votre créativité, mais sachez faire preuve de respect envers vous-même et envers les autres. ANEB ne pourrait pas être tenue responsable du contenu des vidéos. Pensez à désigner une personne responsable dans votre école.

Exemples de vidéos