



Chère amie, Cher ami,

Si tu lis cette lettre, ce n'est pas par hasard. À titre de parent ou d'ami, tu sais, comme moi, que la population est vieillissante et que de plus en plus de personnes âgées doivent être traitées pour des maladies liées au cerveau.

As-tu vu les statistiques?

Anxiété **Alzheimer** Troubles du sommeil
Dépression **Démences**
Parkinson **Acouphène** Aphasie

Selon l'OMS, **20 %** des adultes de 60 ans et plus souffrent d'un trouble de santé mentale ou neurologique.

Donc
1/5

Tu dois certainement connaître des proches ou des amis qui sont atteints? Bientôt, ce sera peut-être notre tour ou celui de nos enfants, de nos petits-enfants. Moi ça me préoccupe !

Pour cette raison, j'ai accepté de faire ma part pour aider la Fondation de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec qui s'occupe de la recherche, de l'enseignement et des soins en lien avec les **maladies du cerveau**.

Ensemble, nous pouvons faire une différence et créer une chaîne de solidarité. J'ai besoin de toi pour mon défi. En fait, c'est le défi **Un Geste d'Espoir**. L'objectif est d'amasser **un million de dollars** pour la **recherche**. C'est un gros défi ! Tous les dons sont importants et si chacun met du sien, nous réussissons. Aide-moi à le réaliser.

Quatre étapes toutes simples :

1. Pose **Un Geste d'Espoir** en faisant un don de 10 \$ par mois ou un montant de 50 \$ au profit de la Fondation. Cette cause mérite vraiment d'être encouragée.
2. Lance-toi un défi personnel et, dans les 15 jours, demande à 2 ou 3 amis de faire comme toi. Parce qu'ils sont touchés et que c'est toi qui leur demande, ils accepteront sans hésiter. Imagine l'effet que cela peut avoir sur les gens qui t'entourent. L'ampleur du groupe qui peut se créer.
3. Donne une copie de cette lettre à tes amis avec un dépliant de la Fondation. À leur tour de relever le défi et de se joindre à notre chaîne de solidarité.
4. En trouvant 2 ou 3 amis, tu deviendras **Membre Ambassadeur** du projet. Tu recevras un certificat honorifique.

Tu seras fier de toi et tu auras contribué à faire avancer la recherche pour améliorer la vie de nos gens malades. Moi j'ai dit oui. J'ai beaucoup reçu de la vie, je donne au suivant. Et toi ?

Pour toutes questions, n'hésite pas à communiquer avec la Fondation au 418 663-5155.

Merci à l'avance de ton implication au projet **Un Geste d'Espoir** !