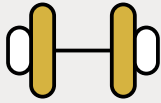


PARTICIPER AU DÉFI BUDDY UP QUI SE DÉROULERA EN JUIN

Visitez buddyup.ca/challenge à la fin de juin afin de soumettre vos activités.

#01 ENTRAÎNEZ-VOUS
AVEC UN AMI



#02 PRENEZ UN CAFÉ
AVEC UN AMI



#03 ASSISTEZ À UN
WEBINAIRE BUDDY UP



#04 SORTEZ PRENDRE L'AIR
AVEC UN AMI



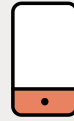
#05 ORGANISEZ UN BARBE-
CUE AVEC DES AMIS



#06 INSCRIVEZ-VOUS À LA
COURSE POUR LA VIE
DU CPS



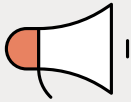
#07 ENVOYEZ UNE
CHANSON, UN MÈME
OU UNE BLAGUE À UN
AMI



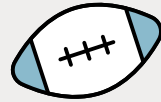
#08 REPRENEZ CONTACT
AVEC UN AMI



#09 PARTAGEZ UN TWEET
DU COMPTE @CSPYYC
DE BUDDY UP



#10 REGARDEZ UN MATCH
SPORTIF AVEC UN AMI



#11 CÉLÉBREZ LA FÊTE
DES PÈRES



#12 JOUEZ UN JEU AVEC
UN AMI



#13 PARTAGEZ UN REPAS
AVEC UN AMI



#14 PARTAGEZ LES
ACTIVITÉS QUE VOUS
AVEZ FAITES AVEC LE
#BUDDYUP



#15 LISEZ ET DISCUTEZ DE
VOS LECTURES AVEC
UN AMI



#16 RÉPÉTEZ L'UNE DE CES
ACTIVITÉS OU FAITES-
EN UNE DE VOTRE
CHOIX



SEMAINE 1
DU DÉFI

SEMAINE 2
DU DÉFI

SEMAINE 3
DU DÉFI

SEMAINE 4
DU DÉFI



BUDDYUP.CA/CHALLENGE