



Marche nordique  
Hôpital Nord-Ouest  
Villefranche



Gymnastique douce  
Médipôle  
Lyon-Villeurbanne



# NOS MISSIONS

**Précurseur d'un mouvement aujourd'hui légitime et reconnu, l'association utilise la totalité de ses excédents, soit plus de 1 900 000€ (depuis 2010) pour développer ses 2 missions de PRÉVENTION et de SOUTIEN.**

## SOUTENIR LES FEMMES EN SOIN

**Nos actions de SOUTIEN dans des structures hospitalières ont permis de participer au maintien de la qualité de vie de plus de 6 000 femmes en soin.**

L'association contribue au financement de 6 programmes d'Activité Physique Adaptée (APA) et d'interventions psycho-corporelles en unité de soins palliatifs. Elle soutient également le tissu associatif dans le développement d'actions sport-santé pour l'après cancer.

### ■ AU SEIN DE STRUCTURES HOSPITALIÈRES

L'association contribue au financement des séances d'APA collectives et/ou individuelles pour les personnes en soin, dès le diagnostic et tout au long du parcours de soins. L'accompagnement, d'une durée de 3 mois, est animé par des enseignants diplômés en APA.

### PROGRAMMES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)

#### NOS FINANCEMENTS PAR AN :

 <b>LYON</b> • 47 500 €	 <b>LYON</b> • 15 000 €
 <b>LYON-VILLEURBANNE</b> • 16 500 €	 Hospices Civils de Lyon Groupement Hospitalier Est <b>BRON</b> • 17 500 €
 <b>VILLEFRANCHE-SUR-SAÔNE</b> • 25 000 €	 <b>BOURG-EN-BRESSE</b> • 21 700 €

## SÉANCES EN UNITÉS DE SOINS PALLIATIFS

L'association Courir POUR ELLES finance 2 approches psychocorporelles dédiées aux personnes en soins palliatifs (atteintes d'un cancer grave ou évolutif).

Ces séances ont pour objectif d'améliorer le confort des patientes en leur apportant de la qualité de vie.

**NOS FINANCEMENTS PAR AN : 11 200 €**

CLINIQUE  
CHARCOT

### LYON

Séances de psychomotricité pour les patients hospitalisés pour des soins palliatifs



Hospices Civils de Lyon

### LYON SUD

Séances d'ostéopathie pour les patients de l'unité de soins palliatifs et/ou hospitalisés à domicile

## AU SEIN DES ASSOCIATIONS

**NOS FINANCEMENTS PAR AN : 3 600 €**

### Gym'Après Cancer - Association Gymnastique Volontaire Caluire 3C

Depuis 2018, Courir POUR ELLES finance 50% de la rémunération du professeur de gymnastique. Les pratiquants sont tous des personnes ayant eu un cancer et désireuses de poursuivre une activité physique dans un cadre privilégié.

### Centre Ressource - Section Escrime Santé

Courir POUR ELLES contribue depuis 2020 au financement de l'équipement de la section Escrime Santé proposée aux personnes du Centre traitées pour un cancer.

## TÉMOIGNAGES

« J'ai 63 ans. J'ai été opérée d'un cancer du sein au Médipôle Lyon-Villeurbanne. Je bénéficie du programme APA financé par Courir POUR ELLES que je remercie chaleureusement. Je remercie également notre coach Colin pour son **dynamisme** et sa **bienveillance**. Ce programme, au sein d'un groupe très sympathique, m'apporte de la **joie** et de la **bonne humeur** et m'aide énormément dans la poursuite de mes soins et la confiance en moi. »

*Maria*

« Je vous remercie infiniment pour votre accompagnement tout au long du parcours avec les séances de marche nordique et les séances de gym avec Laurie. Des moments de partage absolument **bienfaiteurs** et **nécessaires**. J'en profite également pour remercier Sophie Moreau, la présidente de l'association Courir POUR ELLES qui œuvre sans relâche pour nous soutenir et nous offrir ces moments **d'échappatoire**. »

*Michèle*

**Courir POUR ELLES finance également les associations partenaires historiques : 5 600 €**



DÉPISTAGE  
DESCANCERS  
Centre de coordination  
Auvergne-Rhône-Alpes  
Centre régional de coordination du  
DÉPISTAGE DES CANCERS  
Site du RHÔNE



Marche nordique  
Hôpital Nord-Ouest  
Villefranche

*Améliorer la qualité de  
vie des femmes en soin*



Séance APA  
Centre Léon Bérard

# PRÉVENIR PAR LE SPORT/SANTÉ

Nos actions de prévention s'articulent toute l'année autour du slogan : « Tout au long de l'année, Je bouge **POUR MA SANTÉ !** ». L'objectif est de promouvoir un style de vie sain et actif avec

- des **campagnes d'affichage mensuelles** : chaque mois = 1 visage = 1 message relayant une recommandation de l'OMS.
- des **temps de sensibilisation** dans les établissements scolaires, universitaires et dans les entreprises, pour inciter chacun à bouger et prendre soin de soi.
- de **nombreux rendez-vous** organisés dans toute la région pour favoriser une pratique physique régulière et rassembler notre communauté de 57 500 sympathisants.

**4 temps forts** au travers de nos événements annuels **Rouler POUR ELLES** en septembre, **Bouger POUR ELLES** en octobre, **Danser POUR ELLES** en mars et **Courir POUR ELLES** en mai.



Campagne d'affichage Decaux



Prévention Tabac  
BD pédagogique destinée aux publics scolaires



Notre marque-page "Prenez soin de vous"

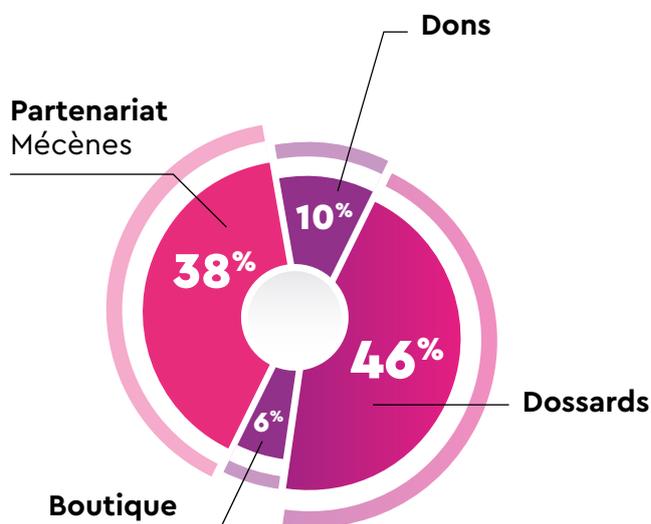


Stand de sensibilisation Courir POUR ELLES

# LES RESSOURCES

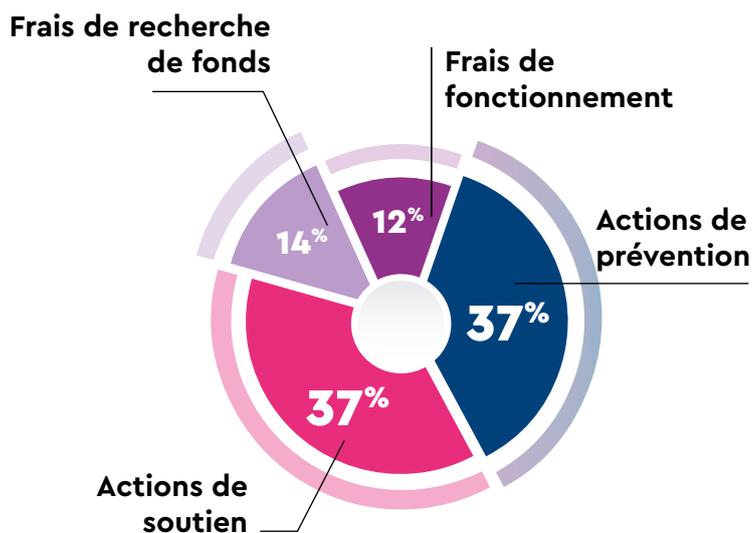
EXERCICE 2020/2021

## ORIGINE DES RESSOURCES



## UTILISATION DES RESSOURCES

En 2021, **74%** de nos ressources dédiées à nos missions.



Photos : Loïc Arpin-Gonnet

Grâce à votre mobilisation,  
nous continuons nos missions

**de prévention  
et de soutien.**

*Merci pour votre engagement à nos côtés.  
Avec vous, faisons encore plus POUR ELLES !*

**COURIR POUR ELLES**

Tél. 04 26 65 78 38 | [info@courirpourelles.com](mailto:info@courirpourelles.com)