

Vous portez les couleurs de Courir POUR ELLES



Chaque Ambassadrice lors des animations POUR ELLES :

- Porte le tee-shirt rose fourni et adopte un discours juste concernant l'association
- Véhicule nos valeurs (SOLIDARITE, ENGAGEMENT, CONVIVIALITE) dans une attitude bienveillante
- Est en accord avec les messages de santé qu'elle diffuse (ne fume pas à proximité des stands Courir POUR ELLES ou lorsqu'elle porte notre tee-shirt)
- S'engage à promouvoir les actions de l'association, collaborer en équipe, être ponctuelle, respecter ses engagements et prendre soin du matériel confié

Vos missions :

Animer un stand, distribuer des flyers, poser des affiches, partager les publications de l'association, être présente sur les événements, effectuer de la veille sur les réseaux, être force de propositions, faire des comptes-rendus.

**Pour vous aider dans vos missions d'ambassadrice (eur),
Vous trouverez ci-dessous quelques informations importantes à diffuser sans modération.**

Notre vocation et nos missions

Créée en 2009, Courir POUR ELLES est une association loi 1901 reconnue d'intérêt général engagée dans la lutte contre les cancers féminins. Ses deux missions :

- **PREVENIR** les cancers par la promotion de l'Activité Physique,
- **SOUTENIR** les femmes en soin par le financement d'Activité Physique Adaptée (APA).

L'association s'est progressivement professionnalisée au vu de son évolution croissante. L'équipe se compose de 3 membres permanents : Isabelle Cicé, en charge de la formation des ambassadeurs(rices), du développement du partenariat entreprise et des collectes, Sophie Berbudeau, Directrice Générale, Sophie Moreau, Présidente-Fondatrice

En 12 ans, grâce à la mobilisation des participantes, des bénévoles et des partenaires, plus de 1,9 millions d'euros ont été dédiés à la PREVENTION et au SOUTIEN des femmes en soin.

Notre leitmotiv

- « Toute l'année, je Bouge POUR MA SANTE »

Chiffres Clefs depuis 2010

- **Plus d'1,9 millions d'euros cumulés et dédiés à nos missions, plus de 6000 femmes soutenues**
- 4 membres au Conseil d'Administration
- 7 membres au Comité d'Ethique, (professionnels de santé et patientes)
- 27 adhérents votant à l'AG, membres actifs impliqués dans les différentes commissions
- 600 bénévoles
- 57 500 sympathisants, 25 000 followers
- 120 900 participants depuis 2010
- 30 Ambassadrices qui relaient nos messages

1^{ère} mission : PREVENIR

- 5 grands événements pour diffuser nos messages de prévention :
 - **8 mars : Danser POUR ELLES**, à l'occasion de la Journée des Droits des Femmes (Place Bellecour, Lyon). Mixte.
 - **22 mai : Courir, Marcher POUR ELLES, les retrouvailles** (Parc de Parilly, Bron)
 - **Tout le mois de mai** : version mixte, libre du choix des dates et des heures sur le Parc de Parilly
 - **Septembre : Rouler POUR ELLES**, tous en selles pour une balade urbaine à vélo dans le cadre de Lyon Free Bike à Gerland. Mixte.
 - **Octobre : Bouger POUR ELLES**, du 1^{er} au 31 octobre dans le cadre d'Octobre Rose
 - **Novembre : Rando POUR ELLES** dans le cadre du Marathon International du Beaujolais.
- Interventions en entreprise, dans les écoles, en milieu hospitalier (Octobre Rose), lors de divers événements Santé/Sport, en milieu rural et vulnérable, etc.

2^{ème} mission : SOUTENIR

Courir POUR ELLES dédie l'intégralité de ses excédents à ses missions en finançant des actions de soutien et des séances d'Activité Physique Adaptée dans des structures de santé et en milieu associatif.

L'objectif est de permettre aux patients de pratiquer une activité physique pendant et après les traitements.

Les actions financées en 2022

● Les programmes APA en milieu hospitalier

Dans tous les programmes, les séances sont collectives et/ou individuelles, sont adaptées en fonction des besoins, des envies et de la forme du jour. Grâce au financement de l'association Courir POUR ELLES, les activités physiques sont accessibles gratuitement pour les patients atteints de cancer dans les structures citées ci-dessous :

- **Centre Léon Bérard à Lyon (1 coach APA à temps plein)**
- **Groupement Hospitalier Est à Bron (12h/sem)**
- **Hôpital Nord-Ouest de Villefranche-sur Saône (28h/sem)**
- **Hôpital Fleyriat à Bourg-en-Bresse (19h/sem)**
- **Infirmerie Protestante à Caluire (9h/sem)**
- **Médipôle à Villeurbanne (12h/sem)**

● Approches psychocorporelles en soins palliatifs en milieu hospitalier

- **Groupement Hospitalier Sud** : séances d'ostéopathie pour les patients de l'unité de soins palliatifs et/ou hospitalisés à domicile
- **Clinique Charcot** : séances de psychomotricité pour les patients hospitalisés pour des soins palliatifs

● En milieu associatif

- **Aviron Décinois**

Cette année, Courir POUR ELLES soutient le lancement de la section Aviron Santé en participant à l'achat d'un bateau.

- **Aviron Union Nautique Villefranche**

L'association Courir POUR ELLES finance un bateau pour le développement de la section Aviron Santé créée en 2020.

- **Centre Ressource**

Depuis 2020, Courir POUR ELLES finance l'activité Escrime Santé proposé aux patients du Centre Ressource.

- **Cercle d'Aviron de Lyon**

Depuis plusieurs années, Courir POUR ELLES soutient la section Aviron Santé. Cette année, l'association finance un nouveau bateau et la rémunération du coach Aviron Santé.

- **Fédération Sportive et Culturelle de France**

Depuis plusieurs années, l'association Courir POUR ELLES contribue au financement du programme Santé AtoutForm'.

- **« Gym après Cancer » par la Gymnastique Volontaire à Caluire**

Depuis 2018, Courir POUR ELLES finance la moitié de la rémunération du professeur de gymnastique.

● 3 associations bénéficiaires

- Europa Donna
- La Ligue contre le cancer.
- Le Centre Régional de coordination du Dépistage des Cancers

● Autres financements

- Un poste de Coordinatrice des Missions au sein de Courir POUR ELLES
- Une tenue pour les enseignants APA et de badges pour les autres bénéficiaires
- Kits Bienvenue (sac à dos, gourde et serviette) destinées aux patients des programmes APA
- Une formation en prévention santé

Récolte des fonds

- **Comment les fonds sont-ils récoltés ?**

Grâce aux ventes de dossards, au mécénat d'entreprise (défiscalisation à hauteur de 66%), au partenariat d'entreprise, aux dons (spontanés, joints aux inscriptions, lors d'un décès, sur les stands) - défiscalisation à hauteur de 60% pour les particuliers, 66% pour les entreprises, à la boutique (vente de goodies) et à la carte Sympathisant.

- **Comment sont répartis les fonds ?**

75% des fonds sont dédiés à nos deux missions, aux frais de fonctionnement et à la recherche de fonds.

Informations diverses

- Lors de votre participation à des événements Courir POUR ELLES, vous pouvez vous faire rembourser vos frais de déplacements et (si elle n'est pas fournie par l'organisation), une collation boisson comprise sur votre temps de présence (dans la limite de 10€/repas et sur présentation du/des justificatif(s) d'achat). Si vous renoncez aux remboursements, vous pouvez prétendre à une réduction d'impôt. Sophie Berbudeau est votre contact pour les notes de frais et le document fiscal. (sophyb@courirpourelles.com) Pour toutes autres infos : Isabelle@courirpourelles.com
- **Engagement.** Il est impératif de prévenir le plus tôt possible en cas d'empêchement afin d'essayer de pallier votre absence et d'éviter des déconvenues pour les autres bénévoles.

Un grand MERCI pour votre implication à nos côtés !