Courir Pour elles TOUTES SOLIDAIRES

NOTRE VOCATION

Reconnue d'intérêt général, Courir POUR ELLES contribue à la lutte contre les cancers féminins, par la PRÉVENTION et par le SOUTIEN des femmes en soin.

NOS VALEURS

Engagement – Solidarité – Convivialité sont les 3 valeurs fondamentales de notre mobilisation collective.

NOS MISSIONS

Au travers de l'engagement de ses membres et de son comité d'éthique, l'association Courir POUR ELLES, a pour missions principales :

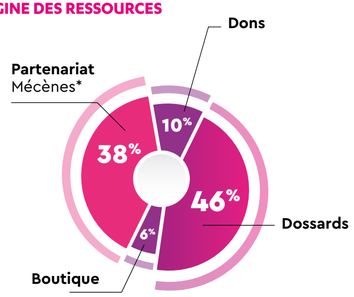
PRÉVENIR par la promotion de l'activité physique

SOUTENIR les femmes en soin par le financement de séances d'APA

LES RESSOURCES

EXERCICE 2020/2021

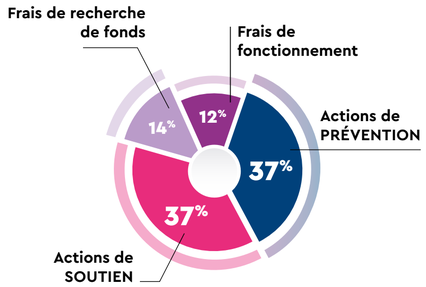
ORIGINE DES RESSOURCES



*Tous nos packs sont défiscalisables à hauteur de 60%

UTILISATION DES RESSOURCES

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



+ 1900 000€ dédiés à nos missions depuis 2010

+ 133 900 participants depuis 2009

+ 7 000 femmes soutenues depuis 2015

NOUS REMERCIONS NOS GÉNÉREUX PARTENAIRES :

PARTENAIRES INSTITUTIONNELS

La Région Auvergne-Rhône-Alpes · GRANDLYON la métropole · VILLE DE LYON · TCL SYTRAL

PARTENAIRES MÉCÈNES

GROUPE APICIL · XEFI · Crédit Mutuel · MSD INVENTING FOR LIFE · DECATHLON · L'APPART FITNESS · Babolat · opteven · BJORG · FIDUCIAL · BOIRON · VULCAIN AU SERVICE DE VOTRE MOBILITÉ · Boehringer Ingelheim · MAPEI · EDF

PARTENAIRES MÉDIA

LE PROGRÈS · radio SCOOP · lyon people · LYON CAPITALE · ma santé... · JCDecaux

CONTACT

Courir Pour elles TOUTES SOLIDAIRES

Prenez soin de vous

64 rue du Dauphiné – 69003 Lyon
Tél. 04 26 65 78 38 / courirpourelles.com

Sophie MOREAU – Présidente-Fondatrice
sophie@courirpourelles.com / 06 18 41 13 51

Isabelle CICE
Développement des partenariats entreprises
isabelle@courirpourelles.com

Rejoignez-nous sur

© HELME D'ETE - September 2022

Courir Pour elles TOUTES SOLIDAIRES

ASSOCIATION ENGAGÉE DANS LA LUTTE CONTRE LES CANCERS FÉMININS DEPUIS 2009

Courir Pour elles TOUTES SOLIDAIRES

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

SOPHIE MOREAU
Présidente-Fondatrice

Courir POUR ELLES, c'est beaucoup plus qu'une course !

Les deux dernières éditions 2020 et 2021, nous ont permis d'augmenter notre impact sur le terrain en motivant le plus largement possible notre communauté à Marcher, Nager, Rouler, Tennis, Foot, Golfer, Rando, Danser… POUR ELLES.

Nous sommes assurément d'accord : l'important n'est pas tant le choix de la discipline mais la régularité à faire une activité physique.

Depuis 2010, ce sont **2 millions d'euros** qui ont été dédiés à nos 2 missions de **PRÉVENTION** des cancers par l'Activité Physique et de **SOUTIEN** aux femmes en soin.

Sur chacune de ces éditions COVID, nos équipes n'ont pas failli.Nous nous sommes réinventés et c'est avec agilité et audace que le collectif a pris toute son importance. Ensemble, nous nous sommes retrouvés ce 22 mai 2022.

Nous voilà désormais lancés sur la 14ème édition de Courir POUR ELLES ! **Engagement, solidarité** et **convivialité** rythment notre motivation à nous dépasser et faire encore mieux POUR ELLES…

Chers partenaires, chers bénévoles, chers participants, c'est bien tous ensemble, reliés par le cœur que nous allons continuer à agir POUR ELLES… Merci pour votre fidélité. Merci d'être à nos côtés.

55 500
sympathisants

30 000
followers sur les réseaux sociaux

LE SAVEZ-VOUS ?

LE CANCER : 1RE CAUSE DE MORTALITÉ
EN FRANCE CHEZ L'HOMME ET LA 2E CAUSE DE MORTALITÉ CHEZ LA FEMME

382 000
CANCERS SONT DÉCOUVERTS EN FRANCE CHAQUE ANNÉE CAUSANT 157 400 DÉCÈS (EN 2018)

1 FEMME SUR 8
AURA UN CANCER DU SEIN

LE CANCER DU POUMON CHEZ LA FEMME : UNE **SITUATION ALARMANTE**. C'EST LA PLUS FORTE AUGMENTATION DE L'INCIDENCE ET DE LA MORTALITÉ *

40 % DES CANCERS SONT ÉVITABLES GRÂCE À LA PRÉVENTION, SOIT 142 000 CANCERS EN MOINS*

30 MIN/JOUR
L'OMS RECOMMANDE **AU MOINS 30 MINUTES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE PAR JOUR**

* source : INCa 2021

LE SPORT, UNE ORDONNANCE PAS COMME LES AUTRES

Depuis le 1er mars 2017, les médecins peuvent prescrire du sport aux patients atteints d'une affection de longue durée (ALD).
La mesure issue de la Loi Sport Santé sur ordonnance admet le sport comme **une pratique thérapeutique validée. Plus largement, l'activité physique (AP) agit comme un agent de la bonne santé, de la prévention des maladies chroniques et de ressource active pour en guérir.**
Nos campagnes de PRÉVENTION sont le relais du **Plan Cancer National.** Présents tout au long de l'année, au travers de nos 3 événements*, nous allons à la rencontre de tous les publics pour les motiver à devenir acteurs de leur santé…
« Toute l'année, je Bouge POUR MA SANTÉ » fait donc écho à cet adage, plein de bon sens : mieux vaut prévenir que guérir…
Malgré la reconnaissance institutionnelle et scientifique des bienfaits de l'Activité Physique pour les personnes en ALD, les dispositifs proposés sont peu financés par les pouvoirs publics. Les associations jouent donc un rôle majeur pour la mise en place de ces derniers.

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE : UN ENJEU DE SANTÉ PUBLIQUE ET ÉCONOMIQUE !

* Danser POUR ELLES, Courir POUR ELLES et Bouger POUR ELLES.

BIEN PLUS QU'UNE COURSE

NOS MISSIONS

LE SOUTIEN DES FEMMES EN SOIN

Les programmes d'APA (Activité Physique Adaptée) permettent aux femmes en soin de bénéficier d'activités physiques individualisées et/ou collectives (marche nordique, gym douce, yoga…). La diminution de la fatigue, l'amélioration de la qualité de vie, l'augmentation de leur chance de guérison et une baisse du risque de récidive sont les **grands bénéfices de l'APA.**

Par le financement de 6 programmes d'Activité Physique Adaptée et d'interventions psycho-corporelles en unité de soins palliatifs, **Courir POUR ELLES répond ainsi directement aux besoins financiers de plusieurs centres hospitaliers et autres structures de la région Auvergne-Rhône-Alpes.**

TÉMOIGNAGES

Avec ces trois temps forts pour danser, courir et rouler pour toutes les femmes touchées par un cancer et leur entourage, l'association Courir POUR ELLES permet par les dons récoltés d'offrir à davantage de femmes des programmes d'Activité Physique Adaptée dans les établissements de soins.
Courir POUR ELLES diffuse des messages fondamentaux de PRÉVENTION des cancers tellement importants ! En effet, prendre soin de soi ne va pas forcément de soi, et les projets soutenus par Courir POUR ELLES portent un espoir de solidarité entre les générations, de promotion de la santé et de l'environnement et de bienveillance.
Merci et bravo, longue vie à vos actions.

Dr Thierry Philip
Cancérologue
Président du centre Léon-Bérard à Lyon
Président du Comité national du cancer et de l'Agence pour l'éducation par le sport
Parrain de l'association Courir POUR ELLES

J'ai eu la chance de pouvoir bénéficier de ces séances au-delà du nombre « normal » et franchement cela a été salvateur pour moi, une béquille inestimable .
Anne, traitée pour un cancer du sein

J'ai pu bénéficier du programme de l'APA en participant aux activités marche et gymnastique. Tout cela m'a permis physiquement et moralement de reprendre le dessus. Grâce à l'APA, j'ai rencontré des personnes qui, comme moi, combattaient la maladie. Merci à l'association Courir POUR ELLES de financer un tel programme. Grâce à vous et à l'APA je me suis sentie entourée et soutenue et j'ai repris goût au sport.
Hélène, traitée pour un cancer de la thyroïde

LA PRÉVENTION

Courir POUR ELLES a choisi la PRÉVENTION par le SPORT afin de promouvoir un style de vie actif et sain. Ses 3 grands rassemblements annuels : Danser, Courir et Bouger POUR ELLES offrent de bonnes raisons au grand public, de se fixer des objectifs tout au long de l'année.

Chaque automne, nous partons en campagne de PRÉVENTION vers le grand public et motivons, hommes et femmes à suivre cet adage : **« mieux vaut prévenir que guérir »**. La PRÉVENTION par l'activité physique, s'inscrit à nouveau dans la stratégie décennale de lutte contre le cancer 2021-2030.