



Marche nordique
 Hôpital Nord-Ouest
 Villefranche



Section Aviron Santé
 Aviron Décinois



NOS MISSIONS

Précurseur d'un mouvement aujourd'hui légitime et reconnu, l'association utilise la totalité de ses excédents, soit plus de 2 600 000 € (depuis 2010) pour développer ses missions de **SOUTIEN** et de **PRÉVENTION**.

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 8 500 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

PROGRAMMES D'ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE (APA)

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

NOS ACTIONS FINANÇÉES EN 2022 :



LYON
 • 23 750 €



LYON
 • 15 000 €



LYON-VILLEURBANNE
 • 16 500 €



BRON
 • 17 500 €



VILLEFRANCHE-SUR-SAÔNE
 • 40 745 €



BOURG-EN-BRESSE
 • 21 700 €

SÉANCES EN UNITÉS DE SOINS PALLIATIFS

L'association Courir POUR ELLES finance de l'ostéopathie et de la psychomotricité, 2 techniques corporelles dédiées aux personnes en soin 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 ACTIONS FINANÇÉES EN 2022 :

 LYON • 6 000 €	 LYON SUD • 7 020 €
---	---

AU SEIN D'ASSOCIATIONS

NOS ACTIONS FINANÇÉES EN 2022 : 37 600 €

Aviron décinois

Courir POUR ELLES soutient de nouveau le développement de la section Aviron Santé avec l'achat de 3 bikes Erg.

Aviron Union Nautique de Villefranche

L'association Courir POUR ELLES finance de nouveau la section Aviron Santé avec l'achat de plusieurs ergomètres.

Bivouac et moi

Courir POUR ELLES finance des séjours de 2 nuits et 3 jours en montagne.

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.

« Gym après Cancer » par la Gymnastique Volontaire à Caluire

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

Lyonnes de Tatoonie

Courir POUR ELLES soutient le développement de l'activité Dragon Boat intitulé Cœur de Dragon.



Gymnastique
Hôpital Nord-Ouest
Villefranche

*Améliorer la qualité de
vie des femmes en soin*

TÉMOIGNAGE

« 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 des actions chez des associations partenaires historiques : 16 580€



Séjours thérapeutiques
Bivouac et moi

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 fuir la sédentarité 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 55 000 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 JC Decaux



Prévention anti-tabac BD pédagogique destinée aux publics scolaires



Marque-page

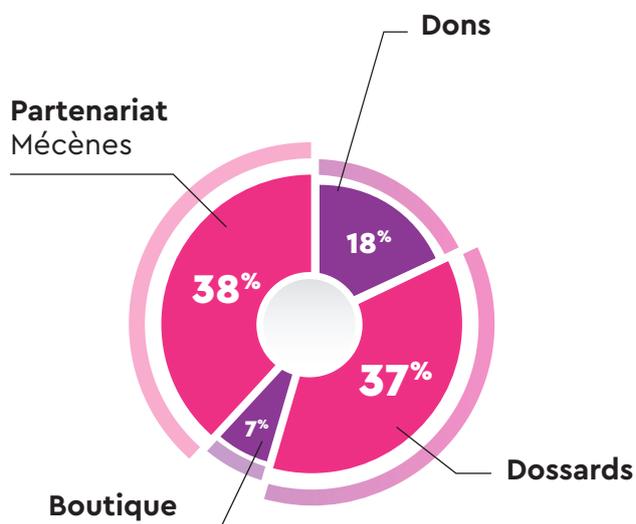


Stand de sensibilisation Courir POUR ELLES

LES RESSOURCES

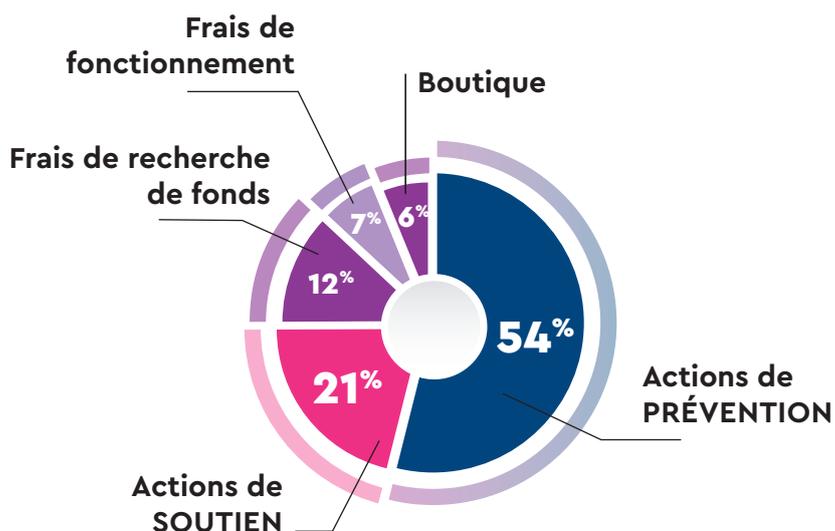
EXERCICE 2021/2022

ORIGINE DES RESSOURCES



UTILISATION DES RESSOURCES

En 2022, **75%** de nos ressources ont été 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 !*