

Septembre 2023

**Objet** : Parcours du Cœur 2024

Chère Madame, chère organisatrice,  
Cher Monsieur, cher organisateur,

La **Fédération Française de Cardiologie** organise **du 1<sup>er</sup> avril au 30 juin 2024**, la **49<sup>ème</sup> édition** des **Parcours du Cœur** grâce au précieux soutien de ses donateurs et testateurs, mais aussi **grâce à vous, fidèles organisateurs**.

Nous tenons tout d'abord à vous remercier sincèrement pour votre engagement.

En 1975, le Dr Henri DELBECQUE, le « père » de cette action, n'imaginait certainement pas que, quatre décennies plus tard, cette initiative locale deviendrait un grand rendez-vous annuel national de prévention des maladies cardiovasculaires. Placés sous **le Patronage des ministères de la Santé et de la Prévention, de l'Éducation nationale et de la jeunesse, des Sports et des Jeux Olympiques et Paralympiques, les Parcours du Cœur constituent la plus grande opération de prévention-santé en France.**

Cette campagne de prévention nationale est essentielle car elle permet de sensibiliser et d'informer le public qui témoigne par ailleurs d'un intérêt croissant pour les questions de santé et notamment les maladies cardiovasculaires. Son déploiement, tant dans les villages que les villes ou grandes agglomérations, démultiplie son impact d'année en année.

Notre combat, qui est aussi le vôtre le temps d'un week-end, vise à lutter contre les mauvaises habitudes (alimentation trop riche, manque d'activité physique, tabagisme...) qui font des maladies cardiovasculaires l'une des principales causes de mortalité dans notre pays avec près de 400 morts par jour !

Plus de 920 villes se sont mobilisées et plus de 160 000 personnes ont participé aux Parcours du Cœur en 2023. Nous comptons à nouveau sur votre mobilisation pour que l'édition 2024 rayonne plus largement et sensibilise davantage encore le public à l'enjeu de notre cause.

Dès maintenant, vous pouvez vous inscrire en ligne à l'adresse <https://fedecardio.org/j-agis/presentation/>

La Fédération Française de Cardiologie

## La Fédération Française de Cardiologie : 1ère association de lutte contre les maladies cardiovasculaires

La Fédération Française de Cardiologie est une association reconnue d'utilité publique depuis 1977 et présente partout en France. Luttant depuis plus de 50 ans contre les maladies cardiovasculaires, la Fédération Française de Cardiologie (FFC) regroupe :

- ▶ Plus de 300 cardiologues bénévoles,
- ▶ 27 associations régionales rassemblant plus de 260 Clubs Coeur et Santé
- ▶ 2 000 bénévoles permanents,
- ▶ 20 salariés au siège de l'association,
- ▶ Plus de 18 000 cardiaques bénéficiaires de la réadaptation dite de phase III

La FFC mène ses actions sans subvention de l'Etat. Ses moyens financiers proviennent quasi exclusivement de la générosité du public et ses dirigeants sont tous cardiologues bénévoles.

La FFC se donne pour objectif de réduire le nombre de décès et d'accidents d'origine cardiovasculaire.

Pour cela, elle se fixe 4 missions : Informer pour prévenir, Financer la recherche, Aider les cardiaques à se réadapter, Apprendre les gestes qui sauvent.

**Toutes les informations concernant la Fédération Française de Cardiologie sur <https://fedecardio.org/>**

## Les Parcours du Cœur : un projet convivial de prévention santé pour tous

### Les Parcours du Cœur, qu'est-ce que c'est ?



C'est un événement que vous organisez au sein de votre commune, de votre quartier, autour d'une ou de plusieurs activités physiques, effectuées en commun, sans esprit de compétition, en apportant aux participants des informations et des conseils sur la façon de prendre soin de leur santé cardiovasculaire à tous les âges de la vie.

Le but immédiat est de reconnecter les Français avec un effort physique régulier en leur montrant qu'il peut être source de plaisir et contribuer à combattre très simplement l'obésité, l'hypertension artérielle, le stress...

Puis de les amener à corriger certains traits de leur mode de vie qui augmentent leur risque de développer une maladie cardiovasculaire, en diffusant les messages d'information et de prévention conçus par la Fédération Française de Cardiologie (FFC).

Le Parcours du Cœur est un rendez-vous familial et convivial, pour bouger ensemble et prendre conscience de l'importance de le faire tous les jours de l'année !

C'est la plus grande opération de prévention-santé organisée en France dans le but de **faire reculer les maladies cardiovasculaires, responsables de 147 000 décès par an.**

C'est l'occasion de diffuser largement le message « 0-5-30 : le tiercé gagnant pour le cœur » : zéro cigarette, cinq fruits et légumes par jour et trente minutes d'activité physique au quotidien.

Sur chaque parcours, il s'agit de proposer une ou plusieurs activités physiques ainsi que des informations sur la façon de prendre soin de son cœur à tous les âges de la vie. Pour cela, les associations locales et autres partenaires de santé sont des partenaires idéaux. Les Parcours du Cœur sont ouverts à toutes les générations et sont organisés dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

Une collecte d'euros solidaires, au profit de la Fédération Française de Cardiologie, association habilitée à recevoir dons, legs et assurances-vie, est vivement souhaitée. Pour en savoir plus <https://fedecardio.org/j-agis/comment-organiser-un-parcours-du-coeur-grand-public/>

### Les Parcours du Cœur, c'est quand ?

A l'échelon national, l'événement se déroulera du **1<sup>er</sup> avril au 30 juin 2024.** Afin de faciliter votre organisation et d'amplifier la promotion du Parcours du Cœur pour lequel vous vous mobilisez, une date à retenir :

- ♥ **15 janvier 2024**, date limite d'inscription et de commandes de kits gratuits

Par ailleurs, nous élargissons notre soutien pour faciliter votre organisation et vous demandons en contrepartie, le respect de quelques consignes simples, mais essentielles.

### Pourquoi organiser un Parcours du Cœur ?

Organiser un Parcours du Cœur c'est :

- ♥ Contribuer à la lutte contre les maladies cardiovasculaires
- ♥ Mettre en valeur l'engagement citoyen
- ♥ Fédérer et mobiliser les associations locales autour des thématiques de l'activité physique, de la santé et du bien-être, de l'équilibre alimentaire, des méfaits du tabac, et de la solidarité
- ♥ Animer la vie locale autour d'un événement qui a du sens
- ♥ Etoffer les liens intergénérationnels
- ♥ Sensibiliser le grand public à des enjeux majeurs de santé

## Comment organiser un Parcours ?

Pour vous accompagner dans l'organisation de cet événement, la Fédération Française de Cardiologie met à votre disposition :



- ♥ Un cahier d'idées d'exemples de Parcours du Cœur déjà mis en place pour vous inspirer : <https://fedecardio.org/wp-content/uploads/2021/04/PDC-Grand-Public.pdf>
- ♥ Le Guide de l'organisation des Parcours du Cœur pour ne rien oublier à chaque étape : <https://fedecardio.org/j-agis/comment-organiser-un-parcours-du-coeur-grand-public/>
- ♥ La brochure Parcours du Cœur <https://www.fedecardio.org/wp-content/uploads/2021/04/Oct-2019-PDC-Bougeons-Web.pdf>

- ♥ Des brochures gratuites que vous pouvez télécharger et/ou commander sur <https://fedecardio.org/publications/categorie-publications/brochures/>

## Les Parcours du Cœur 2024 : un engagement mutuel

La Fédération Française de Cardiologie assume les responsabilités liées à cet événement pour vous permettre d'organiser un parcours et doit rendre compte de son action auprès de ses donateurs et des organismes de contrôle. C'est pourquoi nous vous sommes reconnaissants de bien vouloir suivre ces quelques règles qui garantissent à la fois le succès de votre parcours ainsi que la crédibilité de notre association et de notre campagne.

### Vos engagements en tant qu'organisateur

- Vous inscrire en ligne **avant le 15 janvier 2024**
- Organiser bénévolement un Parcours du Cœur (programme d'activités physiques, pôle d'information et collecte des euros solidaires) avec la Fédération Française de Cardiologie, entre le **1<sup>er</sup> avril et le 30 juin 2024**.
- Pour cela fédérer vos partenaires associatifs locaux :
  - ♥ Monter des partenariats au niveau local pour assurer l'organisation, le financement et la promotion de votre Parcours du Cœur.
- Informer et mobiliser le public autour de l'événement. Pour cela :
  - ♥ Utiliser le visuel de la campagne de la Fédération Française de Cardiologie / Parcours du Cœur 2024.
  - ♥ Citer la Fédération Française de Cardiologie en tant que co-organisateur de votre parcours.

- ♥ Faire usage de vos supports de communication pour relayer l'information : site internet, magazines, bulletins d'information... et diffuser le message de prévention « 0-5-30 : le tiercé gagnant pour le cœur ».
- ♥ Intégrer, lorsque c'est possible, un lien entre votre site internet et celui des Parcours du Cœur.
- Déclarer votre événement selon les modalités en vigueur dans votre département ou votre région\*
- Nous retourner le compte rendu/remontée de fonds avant le **15 juillet 2024**, accompagné de quelques photos de votre parcours.

**Important\* : En tant qu'organisateur, vous devez vous assurer d'obtenir toutes les autorisations nécessaires à la bonne réalisation de votre parcours auprès des autorités compétentes (déclaration en mairie, préfecture, etc.).**

#### **Le Logo de la Fédération Française de Cardiologie**

Le logo de la FFC doit impérativement figurer sur tous les supports que vous diffusez dans le cadre des Parcours du Cœur car la Fédération est responsable de cette campagne. Les matériels fournis ainsi que l'assurance sont financés par la FFC, grâce aux dons, legs et assurances-vie qu'elle reçoit de particuliers. C'est à ce titre que la FFC doit pouvoir rendre compte de l'utilisation qui est faite des outils et moyens mis à votre disposition. Les logos FFC ou FFC/Parcours du Cœur 2024 ne peuvent être utilisés que dans le cadre exclusif des Parcours du Cœur et tels que fournis (aucune modification de couleur ou de forme n'est autorisée).

#### **Nos engagements (Fédération Française de Cardiologie) en tant que co-organisateur :**

- Un kit de communication et de prévention remis gratuitement (ou plusieurs en fonction de l'ampleur de votre Parcours du Cœur)
- Une médiatisation nationale de l'événement est mise en place par la FFC
- Une équipe dédiée que vous pouvez joindre :
  - ♥ **par téléphone** : au 01 44 90 83 77 ou 01 44 90 83 83, du lundi au jeudi de 9h à 12h et de 14h à 17h et le vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 15h30,
  - ♥ **par mail** : [parcoursducoeur@fedecardio.org](mailto:parcoursducoeur@fedecardio.org)
- Dès votre inscription, vous recevrez un récapitulatif des données saisies ainsi que l'attestation d'assurance en pièce jointe.
- La conception, l'impression, la fabrication et l'expédition des kits de communication et de prévention, **dans la limite des stocks disponibles**
- Des fichiers d'outils personnalisables pour réaliser à moindre coût vos affiches, vos flyers, vos tee-shirts, etc.
- Un accès simplifié au site internet <https://fedecardio.org/j-agis/presentation/> pour vous inscrire en ligne, trouver des conseils utiles, répertorier votre parcours, le modifier si besoin.

- Un cahier d'idées d'exemple de Parcours du Cœur <https://fedecardio.org/wp-content/uploads/2021/04/PDC-Grand-Public.pdf>

### **Le kit de communication et de prévention**

Le kit est gratuit, mais il est envoyé dans la limite des stocks disponibles. Plus vite vous vous inscrivez, plus vous aurez de chance d'en bénéficier. Il est conçu pour un Parcours du Cœur de 30 personnes (plusieurs kits seront livrés en fonction du nombre de personnes renseignées lors de votre inscription).

#### **Il contient :**

- ♥ 1 affiche campagne 40x60 à personnaliser (à télécharger sur le site)
- ♥ 1 affiche programme 40x60 à personnaliser (à télécharger sur le site)
- ♥ 6 affiches de prévention autour des thèmes « tabac, alimentation équilibrée, activité physique, le cœur et les vaisseaux et les gestes qui sauvent »
- ♥ 1 affiche « Don par SMS »
- ♥ 1 lot de goodies
- ♥ 30 cartes de poche « arrêt cardiaque, 1 vie = 3 gestes »
- ♥ 1 banderole « Parcours du Cœur »
- ♥ 1 tirelire

#### **Kits et date limite de commande**

Afin de négocier les meilleurs prix pour la réalisation des matériels que nous vous adressons gratuitement, la FFC doit anticiper ses commandes. C'est pourquoi nous fixons une date limite au-delà de laquelle les demandes ne seront plus honorées, en raison de surcoûts. Les kits sont expédiés dans la limite des stocks disponibles au regard du respect de la date fixée.

#### **Les dates à retenir :**

##### **2023**

Mi-septembre      Ouverture des inscriptions

##### **2024**

15 janvier      Date limite des inscriptions

Janvier/février      Envoi des kits de communication destinés aux organisateurs

1<sup>er</sup> avril au 30 juin      Organisation des Parcours du Cœur Grand Public  
(la date est choisie à la convenance de l'organisateur)

15 juillet      Date limite d'envoi du « Compte Rendu Organisateur » à la Fédération Française de Cardiologie

## Assurances et garanties

- **Seuls les Parcours du Cœur organisés aux dates nationales** (du 1<sup>er</sup> avril au 30 juin 2024) seront couverts par les Assurances (Individuelle Accident et Responsabilités Civile Organisateur) contractées par la Fédération Française de Cardiologie auprès du Cabinet Verspieren. Pour la Guadeloupe, la Guyane, la Martinique et la Réunion, une dérogation de date n'est possible qu'en cas d'avis d'intempérie décrété par la Préfecture. Date limite d'inscription aux Parcours du Cœur le **15 janvier 2024** <https://fedecardio.org/j-agis/presentation/>
- **Les activités sportives suivantes sont garanties** : aquagym, athlétisme, aviron, basket-ball, billard, boules, course d'orientation, cyclotourisme, golf, gymnastique, hand-ball, marche, marche nordique, natation, patinage à roulettes, pilates, randonnée pédestre (en campagne, en montagne à vaches, en raquette de neige), rollers, skateboard, ski de fond, tennis de table, taï chi, volley-ball, yoga... Attention ! Elles doivent être pratiquées sans aucune forme de compétition. Pour toute autre activité, nous contacter.
- **Sont également garanties** les activités d'information des participants sur la prévention des risques cardio-vasculaires (stands d'exposition, conférences, prise de tension, testeur de souffle, glycémie, démonstrations des gestes de premiers secours...). Les personnes participant bénévolement à l'organisation ou à l'encadrement d'un Parcours du Cœur le jour de la manifestation sont également assurées.
- **Sont exclues des garanties**, toutes activités nécessitant l'utilisation de véhicule terrestre, marin ou aérien à moteur ainsi que les sports à haut risque cardiaque : rugby, football, alpinisme, spéléologie, les activités équestres, les corridas et courses de vaches landaises.

## Pourquoi une collecte des « euros solidaires » auprès des participants ?

**La Fédération Française de Cardiologie, association à but non lucratif, agit exclusivement grâce à la générosité des particuliers** (dons, legs et assurances-vie). Pour mener à bien ses principales missions de prévention et de recherche en cardiologie, la Fédération Française de Cardiologie a besoin de moyens humains et financiers. Tout le matériel que nous mettons à votre disposition, les assurances que nous contractons, les équipes que nous mobilisons et la médiatisation que nous effectuons ont un coût.

**À défaut de subvention, l'association a besoin du soutien financier des participants pour pouvoir continuer ses missions et la mise en œuvre annuelle de cette campagne.**

Au regard des activités et matériels fournis, cette participation est symbolique pour les participants mais elle est essentielle à la pérennisation de nos missions de santé publique.

Nous vous invitons alors à envisager la possibilité pour les participants de soutenir nos actions.

## A l'issu de l'événement : des photos et des témoignages !

Afin que nous puissions rendre compte de votre mobilisation auprès de nos donateurs et que nous puissions continuer cette campagne, nous vous invitons à nous envoyer des photos et des témoignages de votre Parcours du Cœur.

Vous pourrez les adresser à [marlene.aitmoulid@fedecardio.org](mailto:marlene.aitmoulid@fedecardio.org)

Merci de mentionner sur vos envois que les images sont **libres de droits** et de préciser vos coordonnées.



## Pour toute information complémentaire :

Contactez Marlène Ait Moulid, responsable des Parcours du Cœur, au 01 44 90 83 77 ou [marlene.aitmoulid@fedecardio.org](mailto:marlene.aitmoulid@fedecardio.org)