

 Randonnée du cœur

# Amasser des fonds pour combattre les maladies du cœur et l'AVC

Trousse de collecte de fonds de la Randonnée du cœur



[randonneeducoeur.ca](http://randonneeducoeur.ca)

# Pourquoi participer à la Randonnée?

## Pour combattre les maladies du cœur et l'AVC

Il n'a jamais été aussi urgent de propulser les recherches vitales vers de nouvelles percées. Vos dons et vos efforts de collecte de fonds permettront de poursuivre les avancées dans quatre domaines clés :

### 1. Financer des découvertes médicales

Depuis plus de 70 ans, Cœur + AVC joue un rôle de premier plan dans la lutte contre les problèmes les plus urgents liés aux maladies du cœur et à l'AVC. À ce jour, près de **1,7 milliard de dollars ont été investis dans des recherches** de calibre mondial. À l'heure actuelle, nous finançons 753 scientifiques émérites. Leurs travaux feront progresser la science et orienteront les mesures qui permettront de prévenir les maladies, de sauver des vies, et d'améliorer le diagnostic et le rétablissement.



### 2. Prévenir des maladies

Nous donnons aux gens au pays les moyens de réduire leurs risques de maladies du cœur et d'AVC. Nous progressons : nous faisons évoluer les politiques publiques qui assurent des environnements sains (comme protéger les jeunes contre les dangers du vapotage) et qui facilitent l'accès à des médicaments abordables.



### 4. Promouvoir le rétablissement

Nous améliorons la qualité de vie de plus de **3,5 millions de personnes au pays vivant avec une maladie du cœur, un déficit cognitif d'origine vasculaire ou les séquelles d'un AVC**, et ce, en collaborant avec elles ou avec leurs aidantes et aidants et en leur fournissant le soutien, les ressources et l'information dont elles ont besoin tout au long de leur parcours en matière de santé et de leur rétablissement.

### 3. Sauver des vies

Nous nous sommes engagés à sauver plus de vies au pays en améliorant le taux de survie après un arrêt cardiaque survenu hors de l'hôpital, en enseignant à plus de gens les compétences d'importance vitale en réanimation cardiorespiratoire (RCR), en facilitant l'accès aux défibrillateurs externes automatisés (DEA), en sensibilisant la population aux signes de l'AVC et en faisant évoluer les ressources et les soins en matière d'insuffisance cardiaque.



Apprenez-en davantage sur les dernières découvertes médicales financées par Cœur + AVC en visitant le [coeuretavc.ca/recherche](https://coeuretavc.ca/recherche)



# Merci de vous joindre à la lutte contre les maladies du cœur et l'AVC.

Depuis 1988, des milliers de donatrices et donateurs de Cœur + AVC comme vous ont uni leurs efforts et participé à la Randonnée du cœur afin de sensibiliser la population et de collecter des fonds pour soutenir la recherche vitale sur la santé cardiaque et cérébrale. À ce jour, nous avons amassé 79 millions de dollars pour améliorer la vie des personnes touchées par les maladies du cœur et l'AVC.

La Randonnée du cœur occupe une place spéciale dans mon cœur. Comme de nombreuses autres personnes au pays, des amis, ainsi que des membres de ma famille et de ma communauté ont été touchés par les maladies du cœur et l'AVC. J'ai vu de mes propres yeux à quel point ces affections peuvent avoir des effets dévastateurs sur les personnes touchées directement, mais aussi sur leurs proches et leurs aidantes et aidants.

C'est pourquoi je participe depuis 16 ans à la Randonnée du cœur avec des gens, comme vous, qui sont déterminés à changer les choses. Et pas seulement en soutenant leurs proches, mais aussi en aidant à sensibiliser la population et à amasser des fonds essentiels pour d'autres familles vivant des situations similaires. Notre but est de faire en sorte que les familles restent unies, plus longtemps.

Peu importe que vous ayez déjà participé à la Randonnée ou qu'il s'agisse de la première fois que vous relevez ce défi, nous sommes très reconnaissants de vous compter parmi nous! Votre soutien propulse les découvertes de demain. Les fonds amassés lors de la Randonnée servent à financer la recherche vitale ainsi que les efforts de promotion de la santé et de défense des intérêts qui appuient la lutte contre les maladies du cœur et l'AVC.

Je vous invite à prendre un moment pour découvrir cette trousse à outils et à en apprendre davantage sur la mission de Cœur + AVC et sur l'impact que votre participation aura sur la vie des personnes vivant avec une maladie du cœur ou les séquelles d'un AVC. Vous trouverez aussi des conseils utiles pour vous assurer que votre collecte de fonds soit agréable, et qu'il s'agisse d'une expérience amusante et réussie!

Peu importe que vous ayez choisi de pédaler, de courir ou de marcher, je vous remercie de participer à la Randonnée du cœur et de nous aider à changer les choses.

Ensemble, nous pouvons combattre les maladies du cœur et l'AVC.

**Doug Roth, chef de la direction de Cœur + AVC**

**Combattons les maladies du cœur.**

**Combattons l'AVC.**

**Combattons ensemble. Randonnons ensemble.**

**randonneeducoeur.ca**



« **Comme de nombreuses autres personnes au pays, des amis, ainsi que des membres de ma famille et de ma communauté ont été touchés par les maladies du cœur et l'AVC.** C'est pourquoi

je suis si enthousiaste, encore une fois, à l'idée d'amasser des fonds avec les participantes et participants exceptionnels de la Randonnée du cœur. Cette année, je serai co-capitaine de l'équipe de ma famille, Moving for More Memories.

Avec votre aide, je sais que nous pouvons combattre les maladies du cœur et l'AVC afin que les familles puissent se créer encore plus de souvenirs heureux. »

**Doug Roth**

Chef de la direction  
de Cœur + AVC



# Actions à prendre dans le cadre de la Randonnée du cœur

## Amassez des fonds maintenant

- Rendez-vous au [randonneeducoeur.ca](http://randonneeducoeur.ca) et ouvrez une session.
- Personnalisez votre page de collecte en ajoutant votre photo et en expliquant les raisons pour lesquelles vous participez.
- Trouvez tous vos alliés potentiels grâce à notre [cartographie des relations sociales](#).

## Faites la promotion de votre collecte

- Partagez votre page de collecte et expliquez les raisons pour lesquelles vous amassez des fonds pour Cœur + AVC sur les médias sociaux en utilisant le mot-clic #CoeurEtAVCRandonnonsEnsemble.
- Invitez les membres de votre réseau à vous soutenir en faisant un don, ou mettez-les au défi d'unir leurs efforts aux vôtres en s'inscrivant à la Randonnée du cœur.
- Utilisez les modèles de courriels et de messages qui se trouvent dans la liste de diffusion de votre page de collecte pour joindre des membres de votre famille, des amis, des collègues et d'autres personnes de votre réseau et leur expliquer pourquoi vous avez besoin de leur soutien tout au long de votre collecte de fonds.

## Remerciez vos alliés

- Envoyez un message de remerciement à toutes les personnes qui ont fait un don ou qui ont appuyé vos efforts de collecte de fonds.
- Utilisez nos modèles de courriels de remerciement (qui se trouvent dans la liste de diffusion de votre page de collecte) pour remercier tous les membres de votre réseau pour leur soutien et l'impact de leur contribution.





# Combattons ensemble. Randonnons ensemble.

Merci de soutenir  
Cœur + AVC!



Lorsque nous combattons ensemble, nous pouvons accomplir de grandes choses. Grâce à votre passion et à votre énergie, ainsi qu'au soutien de toute l'équipe de Cœur + AVC, nous pouvons combattre les maladies du cœur et l'AVC.

Si vous avez des questions, veuillez nous écrire à l'adresse [randonnee@coeuretavc.ca](mailto:randonnee@coeuretavc.ca).

De tout cœur avec vous,

## L'équipe de la Randonnée du cœur de Cœur + AVC

## Suivez Cœur + AVC sur les réseaux sociaux



@coeuretavc (Twitter, Facebook, LinkedIn) et @heartandstroke (Instagram)

#CoeurEtAVCRandonnonsEnsemble

[randonneeducoeur.ca](http://randonneeducoeur.ca)



© Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada, 2024. <sup>MC</sup> L'icône du cœur et de la / et les mots servant de marque Cœur + AVC sont des marques de commerce de la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada.

## CONSEILS

1.

Visitez la page [Amasser des fonds à l'aide des médias sociaux](#). Vous y trouverez des modèles de messages que vous pouvez facilement publier sur les médias sociaux ou envoyer par courriel ou par message texte.

2.

Informez vos donatrices, donateurs et alliés potentiels de vos progrès lorsque vous atteignez 25 %, 50 % et 75 % de votre objectif.

3.

En amassant des fonds pour atteindre votre objectif de collecte, non seulement vous nous aidez à financer la recherche vitale, mais vous courrez aussi la chance de gagner des prix fabuleux! Visitez notre [page de récompenses](#) pour en savoir plus et voyez comment vos efforts de collecte peuvent changer les choses.

4.

Téléchargez nos [fiches d'information](#) sur les maladies du cœur et l'AVC depuis notre page Votre impact et entamez une conversation à ce sujet avec les personnes qui vous soutiennent.