



Fédération
Française de
Cardiologie

BILAN DES PARCOURS DU CŒUR CONNECTÉS

Du 13 mars au 30 avril 2021

SOMMAIRE

1 Présentation des Parcours du Cœur connectés

2 Le bilan des Parcours du Cœur connectés en chiffres

3 Retombées presse

4 Les réseaux sociaux

5 Le mur

6 Perspectives



Présentation des Parcours du Cœur connectés

Les Parcours du Cœur connectés : Un défi personnel et collectif

- Pourquoi une activité connectée ?
 - Notre volonté est d'informer, sensibiliser et promouvoir les bienfaits de l'activité physique pour notre santé cardiovasculaire. La sédentarité, est plus que jamais un enjeu de santé publique.
 - Cette année, compte tenu du contexte sanitaire, nous avons voulu garder le lien et être toujours présents à vos côtés. C'est pourquoi, la Fédération Française de Cardiologie a proposé cette nouvelle formule : la première édition des Parcours du Cœur connectés.
 - Marcher, courir, faire du vélo sans esprit de compétition : le challenge est de cumuler individuellement et chacun à son rythme un maximum de kilomètres qui viendront s'ajouter au compteur global, afin d'aller tous ensemble le plus loin possible !

Les Parcours du Cœur connectés : Du 13 mars au 30 avril 2021

- Ouverture des inscriptions dès le 5 mars via le site dédié à l'opération www.parcoursducoeurconnectes.fr
- Une participation symbolique de 2€ demandée (dont 1€50 reversés à la FFC)
- Lancement du challenge le 13 mars pour 7 semaines.
- Les participants ont eu le choix de pratiquer individuellement de la marche, de la course à pied et/ou du vélo en extérieur ou en intérieur sur un vélo d'appartement ou un tapis de course.
- De parcourir la distance de leur choix.

Les Parcours du Cœur connectés :

- Enregistrement des km via une montre ou application connectée mais le participant avait également la possibilité de saisir manuellement.
- Les km parcourus alimentent un compteur global public en direct.
- Les participants pouvaient également s'inscrire au sein d'une équipe (leur CCS, un partenaire, une AC, etc.) et ainsi avoir un sous-compteur dédié.
- Chaque vendredi, les participants recevaient une newsletter dédiée avec l'avancement et un conseil thématique (sommeil, stress, etc.).

L'identité visuelle

- Un logo créé pour l'occasion
- Décliné sur différents support : le dossard et le diplôme (téléchargeables sur le site), le tee-shirt et la médaille collector (que les participants pouvaient acheter).



2



Le bilan des Parcours du Cœur connectés en chiffres

Les Parcours du Cœur connectés :

- 439 056,45 km cumulés. L'objectif Lune est donc atteint !!
- 20 Associations de Cardiologie régionales et 147 Clubs Cœur et Santé ont participé.
- Les Associations de Cardiologie régionales et les Clubs Cœur et Santé totalisent 37% du total des km parcourus (32% pour les seuls CCS).
- L'équipe FFC totalise 4 561 km, toutes équipes confondues, celle qui cumule le plus de km est le Club Cœur et Santé de Laon (7 404).

Les Parcours du Cœur connectés :

- 3 822 inscrits, dont 63,19% de femmes et 36,81% d'hommes.
- 98,53% des inscrits viennent de France, 0,63% du Danemark, 0,21% de Belgique, 0,16% d'Allemagne, 0,10% d'Espagne, 0,08% d'Italie, 0,08% de Suisse, 0,05% du Luxembourg, 0,05% la République Tchèque, 0,05% du Royaume-Uni, 0,03% du Canada et 0,03% de Monaco.

- Tranche d'âge des participants :

Moins de 30 ans	14,0%
30 à 39 ans	16,3%
40 à 49 ans	26,9%
50 à 59 ans	17,4%
Plus de 60 ans	25,4%

Les Parcours du Cœur connectés :

- Les Parcours du Cœur connectés ont permis de toucher 3 822 personnes, dont 78% de nouveaux contacts (2 975).

Origine du contact	Nombre	% du Total
Nouveau contact PDC connectés	2 975	77,84 %
BaseCardio adhérent	342	8,95 %
BaseCardio membre	37	0,97 %
BaseCardio utilisateur	11	0,29 %
Donateurs	236	6,17 %
Parcours du Cœur classique	68	1,78 %
Nouveau service donateur	29	0,76 %
Abonné site	27	0,71 %
Abonné structure	48	1,26 %
J'aime mon cœur	45	1,18 %
Savez-vous sauver	4	0,10 %
Total général	3 822	100 %

Les Parcours du Cœur connectés :

- Coût total de l'opération 10 009 € (4218€ hors frais de communication).
- Reversement à la FFC 13 898 € (correspondant aux inscriptions (1€50 par participant), aux dons libres (7 241 €), aux tee-shirts et médailles (1€ par exemplaire)).

Félicitations aux 10 premiers Clubs Cœur et Santé qui ont totalisé le plus grand nombre de km :

● 02 – CCS Laon	7 404 km
● 74 – CCS Annecy-Rumilly	6 783 km
● 57 – CCS Mondelange Vallée de l'Orne	5 843 km
● 54 – CCS Jarny	5 735 km
● 41 – CCS Blois	4 279 km
● 80 – CCS Abbeville	4 120 km
● 62 – CCS Arras	3 934 km
● 02 – CCS St Quentin	3 666 km
● 38 – CCS Charvieu-Chavagneux	3 646 km
● 91 – CCS Jacques Cartier Massy	3 617 km

Les km par équipe (hors CCS) :

● FFC	7 966 km
● Domitys	6 023 km
● AC Nord – Pas de Calais	5 388 km
● L'Oréal Gauchy	5 102 km
● The Corporate Gym	2 685 km
● Brief	1 532 km
● ACT	1 412 km
● AC Basse Normandie	861 km
● AC Alsace	758 km
● AC Picardie	729 km
● etc.	

3



Retombées presse

Communication pour le lancement :

- Le 3 mars, diffusion du communiqué de presse aux journalistes.
- Emailing de lancement des Parcours du Cœur connectés au réseau FFC, aux sympathisants et aux donateurs.
- Publication sur les réseaux sociaux.



Retombées presse : Une large couverture régionale, soit plus de 2 436 965 millions de contacts potentiels

Courrier
picard

LA DEPECHE

Le Monde

La Provence

LE PROGRES

Le Télégramme
BREST

le dauphiné

le journal
Catalan .com

Le Courrier
de l'ouest

la Nouvelle
République

LA VOIX
DU
NORD

Le Républicain
Lorrain

larevuedupraticien

L'EST
RÉPUBLICAIN

l'union

le Nouvelliste

ACADÉMIE
DE POITIERS
Liberté
Égalité
Fraternité

3 Retombées presse



SANTÉ Une course connectée pour soigner son cœur

LAON
Alors que la crise sanitaire engêche les rassemblements, le Club Cœur et Santé de Laon ne veut pas abandonner la course pour autant. Chaque année, l'association organise un grand rassemblement avec des marches tous niveaux et des ateliers pour les Parcours du cœur. Cette année, impossible. Alors les marcheurs vont se lancer dans une course connectée, et invitent tout ceux qui le souhaitent à y participer jusqu'au 30 avril.



Danièle Caillé est prête à relever le défi. Elle a imprimé son dossard avant de se lancer.

Le but est simple : chacun peut marcher, courir, ou faire du vélo de son côté. Ensuite il suffit de rentrer le nombre de kilomètres parcourus sur le site : parcoursducœurconnectés.fr. Organisée par la Fédération française de cardiologie (FFC), cette course connectée a pour but d'encourager l'exercice physique pour lutter contre les maladies cardiovasculaires, même en temps de crise sanitaire. Pour la responsable du Club Cœur et Santé de Laon, Danièle Caillé, c'est important de participer. Son association ne peut plus organiser des grandes marches comme elle en avait l'habitude, pourtant la pratique du sport reste essentielle

pour être en bonne santé. Elle y voit aussi une manière ludique d'inciter ceux qui ont perdu l'habitude d'aller marcher, courir ou faire du vélo de s'y remettre. « C'est un défi pour soi-même et pour sa ville, son club. » Car les performances de chacun seront comptabilisées sur le site. « Il est même possible de faire du vélo d'appartement », précise la présidente. **IRÈNE GISSINE**
Les frais d'inscription sont de 2 € et peuvent être pris en charge par l'association pour les adhérents.

SOLIDARITÉ Le parcours du cœur sera connecté cette année



La jeunesse sera bientôt invitée à participer à la course.

SOISSONS
En raison de la crise sanitaire, le parcours du cœur de l'année dernière avait été annulé. Cette année les organisateurs ont trouvé une alternative : un parcours du cœur connecté. Pour ce faire, les parcours du cœur sont une action soutenue de la Fédération Française de Cardiologie pour la promotion de l'activité physique. **Club cœur et santé de Soissons, animé par David Dubois, tel 03 25 13 22 15, <http://www.parcoursducœurconnectés.fr>**

Pays de Brest

L'œil de la bonne santé Un parcours du cœur connecté

En raison de la situation sanitaire liée à la covid 19, la Fédération Française de cardiologie (FFC) a décidé d'organiser l'épreuve des « Parcours du cœur » en digital, du 13 mars au 30 avril. Le but ? Financer les risques cardiovasculaires. Ainsi, les participants pourront suivre leur progression et enregistrer leurs pas. Ils pourront également se connecter à la plateforme et suivre/déconnecter le nombre de kilomètres parcourus.

ARCACHON ET SUD-BASSIN

LA TESTE-DE-BUCH Les parcours du cœur suivis avec des objets connectés



Les parcours du cœur sont habituellement organisés aux prés salés euest.

Compte tenu du contexte sanitaire, la Fédération française de cardiologie a tenu à organisé les parcours du cœur dans une version connectée. Club cœur et santé Arcachon sud Bassin s'est mis bien vite dans la démarche afin de perpétuer son discours sur les bienfaits de l'activité physique pour prévenir les risques cardiovasculaires se manifestant par du stress, de l'hypertension artérielle, de l'obésité... Il s'agit aussi de convaincre les sédentaires de se mettre à l'exercice quotidien, enjeu de santé publique. Les participants pourront marcher, courir, faire du vélo sans esprit de compétition. Le challenge est de cumuler individuellement à son rythme un maximum de kilomètres qui viendront s'ajouter au compteur global. **Reprise des séances**
Pour information, Chantal Mataval de Club cœur et santé précise : « Nous avons repris une partie des activités du Club cœur et santé dans des conditions de sécurité pour nos adhérents et après avoir été sollicités par la Fédération. Une séance de gymnastique adaptée sera ordonnée dans des locaux le permettant, et deux séances de marche en extérieur, avec masque ou avec distanciation suffisante, ont ainsi lieu chaque semaine. » **Sabine Luong**

Enregistrement de la perf'
A noter que la participation des mineurs se fait sous la responsabilité de leurs parents ou tuteurs et que les frais de participation sont de 2 euros par personne, dont 1,50 € seront reversés à la FFC. Après s'être ins-

Les parcours du cœur connectés - Éducation physique et sportive - Pédagogie - Académie de Poitiers

Inscrivez-vous et partagez dès aujourd'hui !
Tenez-vous prêt à prendre le départ samedi 13 mars, 1 mois et demi pour aller le plus loin possible pour notre cœur !



Comme nous avions pu vous en faire part précédemment, cette année, nous vous proposons de participer aux Parcours du Cœur connectés. Où que vous soyez, marchez, courez, faites du vélo sans esprit de compétition. Notre challenge est de cumuler individuellement et chacun à son rythme un maximum de kilomètres qui viendront s'ajouter au compteur global, afin d'aller le plus loin possible !

Dépassons les frontières et traçons ensemble les parcours !
Notre volonté est d'informer, sensibiliser et promouvoir les bienfaits de l'activité physique pour notre santé cardiovasculaire. La sédentarité, est plus que jamais un enjeu de santé publique.

Bouger plus, c'est mettre toutes les chances de votre côté pour améliorer votre qualité de vie et diminuer les risques cardiovasculaires (stress, hypertension artérielle, obésité...). C'est également prendre conscience de l'importance de pratiquer régulièrement, tous les jours de l'année !

Jusqu'où êtes-vous prêts à aller pour prendre soin de votre cœur ?

Pour contribuer au succès de cette première édition des Parcours du cœur connectés, n'hésitez pas à en parler autour de vous à vos amis, famille, partenaires, adhérents, etc. Pour vous aider dans cette mission, si vous l'acceptez, vous trouverez ci-joints un certain nombre de supports pouvant vous être utiles (communiqué de presse, visuels, éléments de présentation, mail type d'invitation). C'est ensemble que nous pourrions continuer de diffuser largement les messages de prévention santé des Parcours du Cœur.



Chaque lieu de la situation sanitaire actuelle liée à la covid 19 la Fédération Française de Cardiologie (FFC) encourage les participants à pratiquer l'activité physique tout en évitant les rassemblements. Le but ? Financer les risques cardiovasculaires. Ainsi, les participants pourront suivre leur progression et enregistrer leurs pas. Ils pourront également se connecter à la plateforme et suivre/déconnecter le nombre de kilomètres parcourus.

Le Parcours du cœur 2021 sera en mode connecté



Rafayée en Deux-Sèvres, la manifestation rassemble habituellement des marcheurs, coureurs, cyclistes amateurs, victimes à l'appel de la Fédération française de cardiologie. Le Parcours du cœur, dont l'objectif est de promouvoir l'exercice physique pour lutter contre les maladies cardiovasculaires, s'adapte à la situation sanitaire. Du 13 mars au 30 avril, chaque participant aura la possibilité de comptabiliser ses pas journaliers et de les inscrire au compteur collectif sur la plateforme parcoursducœurconnectés.fr (inscriptions sur ce site à partir du 5 mars).



4+



Les réseaux sociaux

Une campagne de communication nationale :



Fédération Française de Cardiologie
11-50 employés
2 mois

[Bouger]
Les Parcours du Coeur connectés battent leur plein. A un tiers du parcours déjà plus de 130 000 kilomètres parcourus tous ensemble. bravo ! Et encore un grand merci pour votre participation.
Voyons les choses en grand. et si nous arrivions jusqu'à la Lune à la fin de ce défi, le 30 avril prochain ? Pour cela il faudra continuer sur cette lancée. Marchez, courez et pédalez ! A vos baskets !

Pas encore inscrit ? C'est par ici : <https://lnkd.in/eRam5hi>



A ce jour :
130 000Km parcourus
Objectif Lune ! Soit 384 400km

31 j'aime

Faire un like Commenter Partager



Fédé de cardiologie @fedecardio · 14 avr.

[Bouger] #ParcoursDuCoeurConnectés
Toutes les occasions sont bonnes pour marcher, courir ou faire du vélo avec un objectif commun : aller jusqu'à la lune !
Et vous ? Êtes-vous inscrits comme ces enfants du club de kickboxing de Champagny dans l'Est ?



Champagny. Plus de 2 000 kilomètres à parcourir pour la Fédération F...
Samedi 27 mars, les enfants de 7 à 9 ans du club de kickboxing de Champagny ont fait une randonnée dans le cadre de l'opération des ...
estrepublikain.fr

1 like 4 retweets 4 hearts



Fédération Française de Cardiologie
Favoris · 30 avr. 18:05

[Bouger] #ParcoursDuCoeurConnectés
+ de 400 000km !!! Nous avons dépassé notre objectif qui était de poser le pied sur la Lune !
Un grand bravo à tous et toutes pour ces kilomètres parcourus et un grand merci pour votre participation à cette première édition.
Nous vous donnons rendez-vous l'année prochaine pour aller encore plus loin tous ensemble !



233 reactions 36 commentaires 75 partages

Faire un like Commenter Partager

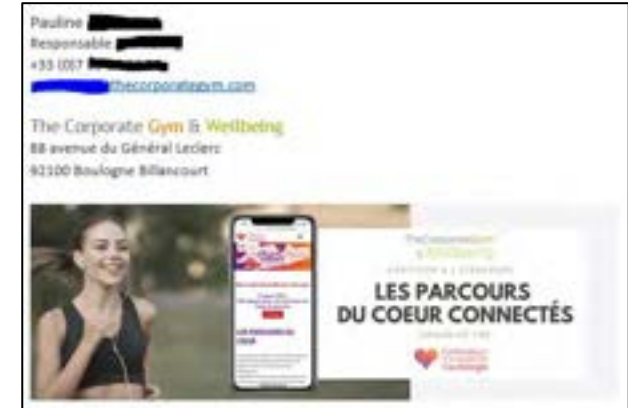
Avec des posts Facebook sponsorisés

- Pour un budget de 1 492€ (hors création et suivi).
- A permis de toucher près de 220 000 personnes avec près de 2 500 réactions et plus de 10 000 clics vers le site des PDC connectés (soit 14 cts par clic ce qui est un bon retour).



4 Les réseaux sociaux

Des relais de partenaires, participants, Clubs, etc. sur Facebook, YouTube, Twitter, LinkedIn, ...



Bilan des PDC connectés

4 Les réseaux sociaux

Decathlon Cam Mondeville (Mondeville)
15 mars

[PARCOURS DU COEUR]... ❤️

Bougeons tous ensemble du 13 mars au 30 avril pour les parcours du coeur !
Marchez, courez, bougeons tous ensemble du 13 mars au 30 avril pour se donner envie de le faire tous les jours de l'année !

Inscrivez vous sur le lien suivant :
<http://www.parcoursducoeurconnectes.fr>

Depuis plus de 3 ans, Decathlon s'engage auprès de la Fédération Française de cardiologie pour promouvoir le sport comme moyen d'améliorer sa condition physique et vivre plus longtemps et en meilleure santé.



DECATHLON

Fédération Française de Cardiologie

J'AIME MON COEUR, JE PARTICIPE

LES PARCOURS DU COEUR connectés

[parcoursducoeurconnectes.fr](http://www.parcoursducoeurconnectes.fr)

Office de Tourisme du Pays de Lure - Vosges du Sud
15 mars

Les parcours du coeur connectés ❤️
Habituellement, un après-midi "Parcours du coeur" a lieu sur la Base de la Saline. Des animations et des conseils de prévention ont lieu.
Arrivée exceptionnelle COVID oblige 🙏, la Fédération française de cardiologie a lancé son animation en digitale.
Vous retrouvez toutes les informations ici 📄
<http://www.parcoursducoeurconnectes.fr>
Mobilisons-nous et relevons ensemble ce défi pour faire battre nos coeurs !

Fédération Française de Cardiologie

13 mars au 30 avril 2021

LES PARCOURS DU COEUR connectés

Un Coeur qui la Vie qu

[parcoursducoeurconnectes.fr](http://www.parcoursducoeurconnectes.fr)

LE PARCOURS DU COEUR 54800 JARRY
17 mars

Poursuite de la communication. Merci aux services techniques de la ville de Jarry.



Club Coeur et santé de Blois
Favoris - 27 mars

LES PARCOURS DU COEUR connectés



**A ce jour :
70 000Km parcourus
soit plus d'une fois et demi le tour du monde**

Fédération Française de Cardiologie
Favoris - 26 mars

[Bouger]
Parcours du Coeur connectés : déjà 13 jours que l'on se mobilise tous ensemble, pour faire avancer notre compteur et nous avons déjà fait presque 2 fois le tour du monde ! Merci de participer à la plus grande opération prévention-santé organisée en France !
Et saviez-vous que 30 min d'activité physique par jour c'est 30% de réduction des risques d'accidents cardiovasculaires ? Raison de plus pour marcher, courir et faire du vélo !
Pas encore inscrits ? C'est par ici : <http://www.parcoursducoeurconnectes.fr/>

- Rue' in Champagny
- Les Sapeurs Pompiers de Champagny / Michel Toudot

Ces 7 semaines ont été rythmées avec les parcours du coeur connectés.
En marchant, en vélo ou en courant, tous ensemble afin de promouvoir l'action de la Fédération Française de Cardiologie !
ENCORE BRAVO A TOUS !!

Fédération Française de Cardiologie

J'AIME MON COEUR, J'AI PARCOURU :

21644.35 kms

CHAMPAGNEY

LES PARCOURS DU COEUR connectés

13 mars au 30 avril 2021

[parcoursducoeurconnectes.fr](http://www.parcoursducoeurconnectes.fr)

5 Le mur

5 Le mur

- Photos de participants aux Parcours du Cœur connectés



6 Perspectives

Une première édition prometteuse qui a rencontré son public et a permis de diffuser nos messages vers de nouveaux publics

- L'idée serait donc de renouveler l'expérience l'année prochaine en parallèle des Parcours du Cœur classique.
- La plateforme a bien fonctionné mais Décathlon pourrait également en proposer une, il faudra creuser la question.
- La mobilisation des entreprises pourrait également se faire par ce biais sous forme de challenges (et pourrait permettre de récolter des dons soit sous le modèle 1 km = 1€ soit sous la forme de frais d'inscription supérieurs).

- L'objectif serait également d'intégrer les scolaires (cette édition a permis de toucher un établissement français à l'étranger de l'AEFE, piste à creuser également pour l'année prochaine).

Lycée Français Victor Hugo de Francfort

<https://www.lfvh.net/parcours-du-coeur/>

<https://view.genial.ly/605b1d044bc2930d17cfe0c1>



Merci à toutes et tous !