

## Organiser une course à l'école

Nous proposons aux écoles maternelles, primaires et secondaires d'organiser des marches/courses sponsorisées au profit de " Main dans la main, ensemble contre les rhumatismes juvéniles ".

Des recherches scientifiques sont nécessaires pour améliorer la prise en charge des enfants souffrant de rhumatismes : saviez-vous qu'en Belgique, 1 enfant sur 1000 souffre de rhumatisme ?

Parce que l'exercice est important pour ces enfants, nous souhaitons vous encourager à organiser une marche/course de parrainage.

Les recettes que vous nous remettrez iront intégralement au Fonds de Recherche Scientifique en Rhumatologie (FRSR), qui est géré sous l'égide de la Fondation Roi Baudouin. Ces moyens financiers seront utilisés en priorité pour lancer des projets visant spécifiquement à optimiser la participation sociale, familiale, scolaire et sportive de patients jeunes souffrant de rhumatismes juvéniles.

### CONSEILS PRATIQUES POUR L'ORGANISATION D'UNE COURSE DE SPONSORING

1. Toute école d'un réseau scolaire, tant primaire que secondaire, est éligible pour organiser une action.
2. L'école participante organise une action avant le 30 juin de l'année scolaire. Pour inscrire son école, le directeur de l'école doit soumettre le formulaire d'inscription complet en ligne via le site web [www.rhumatismes.be/contact](http://www.rhumatismes.be/contact) ou [contact@r-humatismes.be](mailto:contact@r-humatismes.be).
3. Organisez un moment de contact avec le conseil d'administration et le(s) gymnaste(s) pour une explication du projet et sa planification.
4. Prévoyez une phase de préparation (p. ex. 6 semaines) avant la date de la course.
  - Pendant les leçons de gymnastique, établissez un programme d'entraînement avec le prof de gym.
  - Fournissez aux enseignants des informations sur le rhumatisme juvénile afin de sensibiliser les enfants dans la classe.
  - Demandez-nous du matériel promotionnel à distribuer dans votre école :
    - o 4 Affiches à apposer à l'école
    - o Des prospectus d'information à l'attention des enseignants, des enfants et des familles
    - o Une carte de parrainage par enfant (à remettre 4 semaines avant la course)
    - o Un bracelet avec logo par enfant (idem)
    - o Un T-shirt par enfant (idem)
5. Quelques jours avant la date de la course, rappelez aux enfants doivent venir le jour de la course avec des vêtements et des chaussures de sport le jour de la course.
6. Faites savoir aux enfants qu'ils doivent remettre la carte de parrainage et l'argent collecté au plus tard le jour de la course.

7. La course :
  - Choisissez un lieu sûr à proximité de l'école
  - Groupez les élèves en fonction de l'âge/de l'année : par exemple, 1ère et 2ème année ensemble, 3ème et 4ème ensemble et 5ème et 6ème ensemble.
  - Ne laissez pas la course durer plus d'une heure.
  - Rythme : D'abord la marche, puis le jogging derrière le professeur de gym (10min) et ensuite 40min libre pour la marche ou la randonnée pédestre et retour à la marche (10min).
  - Comptage du nombre de tours par exemple en apposant un cachet à chaque tour/ l'enfant donne son nom sur la ligne d'arrivée à l'un des professeurs qui confirme le nombre de tours.
  - Prévoir des postes d'approvisionnement avec des tasses d'eau pendant la course du sponsor (par ex. à la ligne d'arrivée).
  
8. Demandez à la direction l'autorisation de prendre des photos pendant la course des commanditaires pour les médias sociaux et le site Web.
  
9. Demander la présence d'un ou de plusieurs membres de l'équipe " Main dans la main ".

## Dossier d'inscription

*Nom de l'école:*

*Rue et Numéro:*

*Code Postal:*

*Ville:*

*Nom de votre évènement/a (merci de donner un nom à votre action et de fournir une courte description de celle-ci) :*

*Date de l'évènement/la course:*

*Heure de l'évènement/la course (début et fin) :*

*Lieu de l'évènement/la course:*

*Nombre d'élèves inscrits à l'évènement/la course:*

*Nom de la personne de contact au sein de l'école :*

*Numéro de téléphone de la personne de contact :*

*E-mail de la personne de contact :*

*Remarques:*