MERCI POUR VOTRE MOBILISATION
BONNE COURSE DU MUSCLE

VOTRE CONTACT TÉLÉTHON

Coordination Téléthon :

Mr/Mme :

Téléphone :

Adresse mail :

AFMTÉLÉTHON
INNOVER POUR GUERIR

Conception : AFM / DRO - AFM230411 - MAJ 2025

GUIDE
LA COURSE DU MUSCLE

ÉTABLISSEMENTS SCOLAIRES

METTRE LE MUSCLE SAIN AU SERVICE DU MUSCLE MALADE

Tous ensemble, courir pour combattre la maladie

L'AFM-TÉLÉTHON *en bref*

- L'AFM-Téléthon est une association de militants, malades et parents de malades, concernés par des maladies génétiques, rares, évolutives et lourdement invalidantes, les maladies neuromusculaires.
- Elle accompagne des malades et des jeunes en situation de handicap à réaliser leurs projets de vie.
- Elle finance des recherches sur des nouveaux médicaments et traitements.

Plus d'informations : **www.afm-telethon.fr - www.agir.telethon.fr**

AFMTÉLÉTHON
INNOVER POUR GUERIR

AGIR POUR SOUTENIR LE COMBAT DES PARENTS ET LA VIE DES ENFANTS

L'AFM-Téléthon a reçu l'agrément du ministère de l'éducation nationale.

C'est QUOI une course de muscle ?

- C'est une course organisée par un établissement scolaire qui permet de mener à bien un projet collectif, concret et solidaire.
- C'est une course parrainée dont l'objectif est de soutenir l'AFM Téléthon dans son combat contre les maladies génétiques rares.

L'élève qui envisage de participer à cette course recherche des parrainages auprès de parents, d'amis, de voisins, de commerçants. Il invite ses parrains/marraines à l'encourager ou à le challenger en faisant un don à l'AFM-Téléthon (un reçu fiscal pourra être émis pour un don supérieur à 5€).

POURQUOI organiser une course du muscle ?

Pour l'élève, pour l'établissement :

- Contribuer à une **cause nationale et d'intérêt général** : le combat de l'AFM-Téléthon, une association reconnue d'utilité publique.
- Concrétiser l'apprentissage de la **solidarité** et de la **citoyenneté**.
- Resserrer les **liens école-familles** autour d'un événement festif de grande ampleur.
- Associer sport et **dépassement de soi**, se surpasser pour aider les autres.
- Apprendre aux élèves à aller vers les autres pour **défendre un projet**.

Pour l'AFM-Téléthon, un double objectif grâce aux dons : Aider et Guérir les malades

- Agir pour améliorer la qualité de vie des malades en attendant la guérison, pour permettre l'accès aux soins, l'accompagnement des familles, la défense des droits.
- Développer des thérapies innovantes bénéficient aux maladies rares mais aussi aux maladies plus fréquentes.

Grâce à l'AFM-Téléthon :
3 millions de personnes concernées en France par une maladie rare sont sorties de l'oubli
Des malades, des jeunes en situation de handicap peuvent réaliser leurs projets de vie
De nouveaux traitements voient le jour et font la preuve de leur efficacité

COMMENT organiser une course du muscle ?

L'équipe de coordination Téléthon de votre département est à vos côtés dans toutes les étapes de votre Téléthon :

- Échanger avec vous pour élaborer le projet.
- Participer à un temps d'information auprès des élèves pour présenter l'AFM-Téléthon, les victoires sur les maladies et les différentes formes de mobilisations.
- Participer aux réunions de mobilisation et d'information de l'équipe pédagogique.

Cette course peut se dérouler tout au long de l'année.

Des OUTILS à votre disposition

Via la coordination **Téléthon de votre département** :

- Du matériel : des ballons, banderoles, documents sur les combats de l'AFM-Téléthon.
- Les bons de soutien/fiches de parrainage à remettre à vos élèves (aussi en téléchargement sur https://agir.telethon.fr/animations/ma-course-du-muscle/).
- Des diplômes Course du Muscle.

Des SUGGESTIONS pour booster votre course du muscle

Vous mettre en relation avec l'organisateur Téléthon de votre commune (la coordination Téléthon peut vous renseigner s'il y en a un).

Organiser votre course en lien avec un autre établissement de votre commune (créer un challenge ou un relais...).

Impliquer les Jeunes Sapeurs-Pompiers pour organiser le parcours du petit super-pompier en animation annexe à la course.

Créer une page de collecte dédiée sur le site du Téléthon et inviter les familles à y participer avant/après la course : https://agir.telethon.fr/ressources/les-pages-de-collecte-de-dons/

Organiser un goûter ou une buvette grâce aux dons des commerçants et la participation des familles... Les inviter à la course et à la remise des diplômes pour les remercier.