



Chers parents,

Sautons en cœur est le programme destiné aux écoles à ne pas rater, qui transforme les collectes de fonds en partie de PLAISIR!

Les élèves découvrent des façons amusantes de faire de l'exercice, d'adopter des habitudes saines et d'aider les autres en amassant des fonds pour combattre les maladies du cœur et l'AVC.

Nous avons récemment tenu notre assemblée de lancement du programme Sautons en cœur de cette année. D'ici au jour de l'activité, les élèves découvriront des façons amusantes de faire de l'exercice pour prendre soin de leur santé cardiaque tout en sensibilisant la population et en soutenant Cœur + AVC.

Nous adorons participer à Sautons en cœur pour les raisons ci-dessous.

Les élèves acquièrent des habitudes pour la vie :

- Sautons encourage les enfants à être actifs et à vivre sainement. Ils seront reconnaissants de cette leçon toute leur vie!

Les enfants sont fiers de leurs bonnes actions :

Sautons aide les élèves à saisir l'importance de redonner à leur collectivité. En amassant des dons, ils contribuent aux recherches qui sauvent des vies, aident à prévenir les maladies du cœur et l'AVC, et soutiennent les survivants et leurs proches.

L'activité est personnalisable :

Sauter, danser, rouler, et bien d'autres encore... Les enfants peuvent choisir les activités qu'ils préfèrent et les pratiquer au moment qui leur convient, à l'école ou à la maison.

Sautons en cœur donne en retour :

Les écoles qui amassent au moins 500 \$ recevront une remise équivalant à 8 % de la somme recueillie. Elles pourront s'en servir pour acheter ce dont elles ont le plus besoin (comme de l'équipement sportif ou des outils éducatifs) ou en faire don à Cœur + AVC pour apporter une contribution encore plus grande.

Fonctionnement du programme Sautons en cœur

Un vrai jeu d'enfant!



1. Inscrivez-vous en ligne et commencez l'aventure Sautons en cœur!



2. Prenez part au défi en ligne AISE et faites le suivi de vos habitudes saines.



3. Amassez des fonds tout en vous amusant pour aider à combattre les maladies du cœur et l'AVC.



4. Ayez du plaisir lors du jour de l'activité! C'est le moment de célébrer et d'obtenir des récompenses!



Joignez-vous à l'école et aidez Cœur + AVC à sauver des vies en lançant votre collecte de fonds. Voici les étapes à suivre :

Rendez-vous sur le site www.sautonsencoeur.ca et cliquez sur l'onglet « S'inscrire ». Cherchez ensuite le nom de l'école ou copiez-collez le lien de l'école ci-dessous pour vous inscrire directement sur notre page!

Aidez votre enfant à créer sa page de collecte en ligne. La collecte de fonds n'a jamais été aussi facile!

Lien de la page de l'école :

<https://jumpropeforheart.crowdchange.ca/17527>

Copiez-collez ce lien dans la barre d'adresse de votre navigateur.

Des enfants qui en aident d'autres!

Les fonds amassés par les enfants soutiennent la recherche qui aide d'autres enfants et d'autres familles partout au pays.



Dani
est né avec une cardiopathie congénitale



Zoe
porte un appareil qui veille à ce que son cœur batte normalement.



Nolen
a fait un AVC alors qu'il n'était pas encore né.



Madeleine
a subi un arrêt cardiaque à l'âge de cinq ans.

Habitudes saines et AISÉes

Sautons en cœur est plus qu'une simple collecte de fonds. Le programme permet aux élèves d'acquérir 4 habitudes saines et AISÉes pour protéger leur santé cardiaque et cérébrale pour toute leur vie! Jetez un coup d'œil au défi en ligne AISÉ à sautonsencoeur.ca; vous y trouverez une foule d'activités amusantes que vous pouvez même faire en famille à la maison!



Être Actif pendant au moins une heure



Intégrer des légumes et des fruits à son alimentation



Dire non aux boissons Sucrées, et oui à l'eau



Se limiter à deux heures chaque jour devant un Écran

Amassez des fonds pour participer à des concours :

Chaque don que vous recevez vous rapproche de votre participation à deux fantastiques concours!



Amassez 50 \$ et participez au tirage d'un des cinq prix « Bougez » comprenant



Amassez 100 \$ et participez au tirage d'un des six prix « Du plaisir cet été » comprenant

Presented by



Visitez le site <https://www.jumpropeforheart.ca/fr-ca/about-jump> pour connaître tous les détails.* Aucun achat requis pour participer aux concours « Bougez » ou « Du plaisir cet été ». Les résidents du Nouveau-Brunswick ne sont pas admissibles. Pour connaître le règlement complet des concours, visitez les sites www.sautonsencoeur.ca/bougez et www.sautonsencoeur.ca/duplaisircetete. Inscrivez-vous dès aujourd'hui à www.sautonsencoeur.ca

Inscrivez-vous dès aujourd'hui à

sautonsencoeur.ca



* L'icône du cœur et de la / seule ou suivie d'une autre icône ou mots sont des marques de commerce de la Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada. * Fondation des maladies du cœur et de l'AVC du Canada, 2023. N° d'organisme de bienfaisance: X06840329R0001