

PAULETTE,
MÉDAILLE D'OR
= DU 30M
COULOIR



LES GRANDES
VICTOIRES
SONT FAITES
DE PETITS PAS.





LES GRANDES
VICTOIRES
SONT FAITES
DE PETITS
PAS.

→ Pour chacun,
une santé qui égaie
le quotidien.

Ces petits pas, nous les adaptons pour que chacun puisse les franchir avec confiance, sourire et fierté de s'être dépassé.

Paulette, Aurée, Marianne, Romuald... Ces noms ne sont pas ceux de champions olympiques, mais d'athlètes du quotidien. Ils nous montrent à travers leurs gestes simples, que les victoires sont accessibles à tous. Ces petites conquêtes loin des projecteurs, participent au bien-être et sont un pilier pour construire une société en meilleure forme et plus solidaire.

En cette année olympique, l'Association Siel Bleu souhaite rappeler l'importance de l'activité physique pour la santé, le plaisir, et le lien social, notamment pour les personnes âgées, en situation de handicap ou souffrant de maladies chroniques. Chacun doit avoir la possibilité quels que soient ses capacités, son lieu de vie et sa situation financière, d'améliorer sa santé et son bien-être !

● L'impact de l'Association Siel Bleu

Depuis notre création en 1997, nous avons accompagné des milliers de personnes à améliorer leur qualité de vie grâce à nos programmes.

→ En 2024 Siel Bleu :



C'est **269 920** personnes qui ont été soutenues.



C'est **836** salariés engagés qui ont réalisés **484 667** interventions.



C'est **16 344** personnes touchées par une maladie chronique qui ont été accompagnées.

Témoignages

« J'ai découvert Siel Bleu lors d'un suivi pour mon obésité chronique. Ici chacun partage son parcours de vie, sa réalité, ses forces et ses faiblesses. Entourée de personnes partageant des défis similaires. Je réalise que mon corps est capable de bien plus que je ne le pensais.»

Anne, cours collectif.



« Le cours collectif est un moment très apprécié pour ses nombreux bienfaits, entre amélioration du quotidien des participants, apprentissage des techniques pour éviter les blessures et maintien de la forme physique, tout en procurant un moment de partage, d'échange et de plaisir à tous.»

Amandine, Directrice d'Ehpad.

« À près de 70 ans et porteuse de prothèses de hanches depuis plus de 15 ans, j'ai réussi à participer au Sélestat-Paris à vélo en mai 2024. L'activité physique m'a permis de relever ce défi avec fierté.»

Odile, cours collectif.



« Après un épisode de démence vasculaire cérébrale, j'ai découvert Siel Bleu, qui m'a proposé une prise en charge à domicile. L'approche adoptée est plus humaine et mieux adaptée à mes besoins. Là encore, j'ai trouvé que votre association a fait preuve de compréhension et de bienveillance. Merci d'exister ! »

Samir, cours à domicile.

Vous pouvez soutenir

FONDS DE SOLIDARITÉ

Ce fonds a été créé afin de répondre aux besoins d'accompagnement à des personnes en précarité sociale et financière. Grâce à votre générosité, de nombreuses personnes ont pu bénéficier d'un accompagnement adapté à leurs besoins. Au cours de l'année 2023, nous avons accompagné 238 bénéficiaires, dont 68 en séances individuelles et 170 en cours collectifs. Participez au fonds de solidarité pour l'année à venir !

SÉJOURS SIEL BLEU

Nous organisons des séjours sur mesure pour répondre aux besoins spécifiques de personnes en situation de fragilité (en rémission de cancer, atteintes de la maladie de Parkinson, à la suite d'un AVC, ...) en leur proposant des activités adaptées. Cette année, nous avons lancé nos premiers séjours de prévention pour les 65 ans et plus, afin de les aider à maintenir leur santé et leur autonomie.

Depuis 2015, Siel Bleu a organisé 131 séjours, accueillant 705 bénéficiaires.

www.sejours.sielbleu.org

SIEL BLEU PRÈS DE CHEZ VOUS

L'Association Siel Bleu est présente dans chaque département pour proposer des cours collectifs et individuels à domicile. Grâce à votre soutien, de nouveaux cours ont été lancés et des professionnels de la prévention ont été recrutés pour les zones isolées.

www.mescours.sielbleu.org

Mon bulletin de soutien

1. Je choisis le montant de mon don

- | | | |
|--------------------------|--|------|
| <input type="checkbox"/> | 20 € | 6 € |
| <input type="checkbox"/> | 50 € | 16 € |
| <input type="checkbox"/> | 100 € | 33 € |
| <input type="checkbox"/> | 150 € | 49 € |
| <input type="checkbox"/> | Montant libre : | € |
| <input type="checkbox"/> | Je souhaite bénéficier d'une réduction d'Impôts sur la Fortune Immobilière (merci de nous l'indiquer pour recevoir le reçu fiscal adapté). | |

Après déduction d'impôts de 66 %, mon soutien me coûte :

3. Je fais part de mes souhaits :

- Je souhaite affecter mon soutien à mon département
- Je souhaite affecter mon soutien au fonds de solidarité
- Je souhaite affecter mon soutien aux séjours
- Je souhaite m'inscrire à la Newsletter ².

2. Je renseigne mes coordonnées :

Je suis une personne morale (entreprise, association, ...) :

Raison sociale ¹ :

Nom, Prénom du représentant ¹ :

Je suis un particulier :

Nom, prénom ¹ :

Rue¹ :

Code postal¹ : Ville¹ :

Email :

Date de naissance :

¹ Mention obligatoire pour l'établissement de votre fiscal.
² Je peux me désabonner à tous moment.

Merci de votre engagement !

Nous contacter :

03 68 71 84 63

relation.membres@sielbleu.org

Les informations recueillies feront l'objet d'un traitement automatisé destiné à vous transmettre votre reçu fiscal ainsi que les informations utiles de Siel Bleu. Conformément à la loi Informatique et Liberté du 6/1/78, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de modification des données vous concernant contenues dans nos fichiers. Vous pouvez l'exercer par mail en écrivant à relation.membres@sielbleu.org ou par voie postale en écrivant à Siel Bleu - Service relation membre - 19 rue Mercoeur - 75011 Paris.

• Les valeurs de l'Association Siel Bleu

Nous croyons en un monde où chaque personne est en mesure de prendre soin de sa santé et de son bien être, quels que soient ses défis.

- **La solidarité**, fondement de toute société.
- **Le savoir-être**, aussi important que le savoir-faire.
- **L'accessibilité**, la santé est un droit et pas un luxe.
- **L'adaptabilité**, les activités sont pensées en fonction de chaque personne.



En soutenant notre action,
vous contribuez à un monde
plus juste et solidaire.

L'Association Siel Bleu
est à but non lucratif
et reconnue d'intérêt général.



Je choisis
de **soutenir Siel Bleu!**

*Nous intervenons auprès des plus fragiles pour leur donner le sourire !
Plus de 250 000 personnes sont accompagnées chaque année.*

Vous pouvez soutenir Siel Bleu :



Par carte bancaire (le soutien le plus pratique pour nous) :

Depuis notre site sécurisé : www.sielbleu.org/soutenir
ou en scannant directement ce QR code



Par chèque :

Compléter le **bulletin** au dos et l'adresser accompagné du règlement à :
Association Siel Bleu BP 18104 67038 STRASBOURG cedex.



Par virement :

Effectuer un **virement** en utilisant les coordonnées bancaires suivantes :
IBAN : FR76 1027 8010 2500 0218 6441 126 - BIC : CMCIFR2A

IMPORTANT : Votre générosité a un impact réel. Par exemple, un don de 100 € permet de proposer à un groupe de 10 personnes en précarité sociale une séance de 2h en Activité Physique Adaptée.

LES GRANDES VICTOIRES SONT FAITES DE PETITS PAS.

L'Association Siel Bleu s'engage à permettre à toutes et à tous d'accéder à ses actions de prévention et de pratiquer une activité physique adaptée à leurs besoins, envies et possibilités pour :

- **Améliorer la santé et le bien-être** des personnes en situation de fragilité,
- **Accompagner tout au long de la vie**, en faisant de chaque personne l'actrice de sa propre santé,
- **Lutter contre la sédentarité** et promouvoir une société plus préventive,
- **Innover** en mettant en place des études conjointes avec le monde médical,
- **Contribuer par le plaidoyer** à une évolution positive du modèle de société.

**Votre soutien est essentiel
pour continuer à proposer
nos programmes à toutes et à tous.**

**ENSEMBLE, FAISONS DES PETITS PAS
POUR DE GRANDES VICTOIRES.**

Avec le soutien de :



Nous contacter

Email : relation.membres@sielbleu.org

Adresse postale : BP 18104 - 67038 STRASBOURG CEDEX

Téléphone : 03 68 71 84 63