



29 juin
au
5 juillet

DÉCOUVERTE

GUIDE DU PARTICIPANT

DÉCOUVERTE TOYOTA DE BOUCHERVILLE - 50KM • DÉCOUVERTE MAZDA DE BOUCHERVILLE - 80KM



Fondation
**Charles-
Bruneau**

Le Tour, une formule clé en main

Votre inscription inclut le lunch, les collations, la nourriture à l'arrivée, l'équipement vélo*, l'encadrement professionnel, la couverture en assurance ainsi que toutes autres dépenses reliées au Tour.

**Vous recevrez avant le Tour, votre boîte d'équipements (maillot, gourde et bas) à l'adresse de livraison mentionnée dans votre formulaire d'inscription.*



Encadrement sur la route - Parcours de la Découverte 50 km

Les cyclistes partirez en un seul gros peloton, escorté par plusieurs motos de sécurité (corps policiers et motos de l'organisation), et guidé par plusieurs encadreur cyclistes. Afin de bien assurer la sécurité du groupe, il vous sera demandé de bien rester ensemble et de rester groupés autant que possible.

Des effectifs de soutien seront à bord de véhicules tout au long du parcours pour vous assister en cas de besoin (dépannage mécanique, véhicule balai, premiers soins).

En cas de crevaison par exemple, ou si vous devez vous arrêter, merci de vous arrêter en bordure de la route (à droite, dans l'accotement).

Encadrement sur la route - Parcours de la Découverte 80 km

Les cyclistes serez répartis en pelotons de 15 cyclistes ou moins, en fonction de votre vitesse de croisière, et guidés par un encadreur/chef de meute (un cycliste d'expérience parmi le groupe). Des effectifs de soutien seront à moto et à bord de véhicules tout au long du parcours pour vous assister en cas de besoin (dépannage mécanique, véhicule balai, premiers soins).

Code de conduite

Le respect du Code de la sécurité routière demeure exigé en tout temps (arrêt obligatoire aux feux de circulation par exemple) et un comportement courtois est toujours de mise.



Jumelage de cœur

Un des points forts de l'événement est sans aucun doute le jumelage de cœur. Chaque cycliste est jumelé à un jeune, que vous aurez l'occasion de rencontrer, dans la plupart des cas, à un moment durant l'événement. Cet enfant figurera d'ailleurs sur votre page personnelle de dons et vous recevrez un macaron à son effigie, afin qu'il puisse vous accompagner durant votre défi. Si vous souhaitez être jumelés à un enfant en particulier, merci de nous aviser aussitôt que possible.



Le 12H de vélo - En route vers le Tour CIBC Charles-Bruneau

Le 11 mai 2024, soyez des nôtres au Circuit Gilles-Villeneuve pour vous préparer en vue du Tour et pour mousser votre collecte de fonds. Profitez-en pour vous fixer un défi cycliste à réaliser et partagez-le sur vos réseaux sociaux! Que ce soit pour 1h, 2h, 3h ou même 12h de vélo, en solo ou en équipe, l'occasion est parfaite pour discuter de votre participation au Tour et pour inviter votre entourage à faire un don et même rouler avec vous!

Afin d'assurer votre bonne préparation physique et technique en vue du Tour, nos partenaires vous proposent des formations-éclair sur la mécanique vélo, le positionnement ainsi qu'une clinique vélo (théorique et pratique). L'équipe de la Fondation sera également sur place afin de répondre à toutes vos questions.

L'inscription est gratuite, mais obligatoire. <https://www.eventbrite.ca/e/765701332297?aff=oddtcreator>



Bien se préparer pour l'événement

Préparation physique et technique

- Consultez votre **boîte à outils** pour des conseils de pro (Programme d'entraînement, d'étirement et renforcement, etc.).
- Profitez du **12H de vélo - en route vers le Tour CIBC Charles-Bruneau** (11 mai).

Mécanique vélo

- Rappel : pour tous les parcours, il est important de posséder un vélo en bon ordre. Avant l'événement, procédez à la vérification de votre vélo (état des pneus, bon fonctionnement de la mécanique).
- Le matin avant l'événement, vérifiez la pression de vos pneus, huile sur la chaîne, etc.;
- Un service mécanique sera gracieusement offert tout au long du parcours par Techno Cycle. *Veillez prendre note que les pièces de rechange en cas de besoin sont aux frais des participants.*

Équipements et matériel

Voici un rappel des choses importantes à apporter avec vous :

- Tous les items du Tour 2024 qui vous ont été fournis*
- Chaussures de vélo et couvre-chaussures;
- Coupe-vent / veste sans-manche/ imperméable;
- Manchettes et jambières;
- Lunettes de vélo et crème solaire;
- Carte d'assurance-maladie

*Si vous souhaitez faire l'achat d'équipements supplémentaires, contactez votre coordonnateur. Des items 2023 sont également disponibles à coût réduit sur notre boutique en ligne : boutiquefcb.com.

Du 29 juin au 5 juillet, faites rayonner la cause pour vos derniers efforts de collecte.

C'est durant cette période que la communauté est invitée à être particulièrement active sur les médias sociaux de la Fondation ([compte Facebook « Fondation Charles-Bruneau »](#) et [Groupe Facebook « Tour CIBC Charles-Bruneau »](#)).

Pour optimiser votre page de collecte et bien préparer vos approches :

- 1. Assurez-vous d'avoir complété votre page personnelle** (**photo** + **texte de motivation**)
- 2. Consultez la boîte à outils sur le site du Tour**
Lorsque connectés à votre profil, vous avez accès à plusieurs outils : **informations sur la Fondation**, une multitude d'**idées de collectes**, des **modèles de courriels** pour approcher vos contacts, **etc.**
- 3. Complétez votre collecte**
N'hésitez pas à nous contacter en cas de besoin.

Sur les médias sociaux

Les efforts de collecte de fonds qui sont faits en amont de l'événement sont certes très importants. Mais le fait d'être actif sur les médias sociaux durant la semaine du Tour aura aussi beaucoup d'impact :

1. Joignez la communauté du Tour sur le Groupe Facebook ([Tour CIBC Charles-Bruneau](#)).
2. Invitez/informez votre réseau du défi que vous vous êtes fixé (sportif et collecte).
Publiez une vidéo (ou un texte) dans laquelle vous expliquez votre défi.
3. Soyez actifs sur le Groupe Facebook « [Tour CIBC Charles-Bruneau](#) ».
 - o Partagez des photos de votre préparation.
 - o Faites une vidéo pendant ou après avoir complété votre défi.
 - o Ajoutez à toutes vos publications le lien de votre profil participant et rappelez à votre communauté qu'il est encore temps de donner.
 - o Identifiez vos donateurs dans vos photos et remerciez-les tout au long de la semaine.
 - o Utilisez **#TCCB** et **#Vers une enfance sans cancer** dans vos publications et envoyez-nous vos meilleurs moments





FAISONS ÉQUIPE

Pour une enfance sans cancer

29 juin au 5 juillet 2024

Merci d'appuyer la mission de la Fondation Charles-Bruneau.

Nous tenons à vous remercier pour votre engagement.

Le Tour CIBC Charles-Bruneau est un rendez-vous cycliste incontournable qui en sera à sa 28^e édition cette année. Depuis ses débuts, l'événement a permis d'amasser plus de 40 millions de dollars, permettant ainsi à la Fondation Charles-Bruneau de procurer aux enfants atteints de cancer au Québec les meilleures chances de guérison, par le financement de la recherche et de projets dédiés à l'hémato-oncologie pédiatrique.

Cette année, du 29 juin au 5 juillet, plus de 850 cyclistes rouleront, en présence ou à distance, avec l'espoir commun de mettre fin au cancer pédiatrique. Ces derniers seront jumelés à des enfants de la famille Charles-Bruneau, qui sont soit en traitement ou en rémission du cancer.

À propos de la Fondation Charles-Bruneau

Depuis 1990, la Fondation Charles-Bruneau a pour mission de procurer à tous les enfants atteints de cancer de meilleures chances de guérison.

À la suite d'investissements de plus de 40 M\$, des Unités Charles-Bruneau spécialisées ont pu être mises sur pied au sein des quatre centres hospitaliers universitaires qui accueillent les enfants atteints de cancer au Québec soit au CHU Sainte-Justine, à l'Hôpital de Montréal pour enfants, au CIUSSS de l'Estrie-CHUS et au CHU de Québec-Université Laval.

Avec les engagements annoncés en 2021, les sommes octroyées en recherche totaliseront 55 M\$ depuis sa création, faisant d'elle le principal bailleur de fonds de la recherche en hémato-oncologie pédiatrique au Québec.

Des efforts qui font une différence

En participant au Tour CIBC Charles-Bruneau, vous contribuez directement à offrir un avenir en santé à tous les enfants atteints de cancer au Québec.

Actuellement, plus de **2 000 enfants sont atteints d'un cancer au Québec** et près de **300 nouveaux cas sont diagnostiqués chaque année**. Grâce à l'argent investi dans la recherche depuis 1990, **l'espoir de guérison est passé de 30 % à plus de 80 %**.

Site Web Fondation Charles-Bruneau
Site Web Tour CIBC Charles-Bruneau
Album photos événements

<https://www.charlesbruneau.qc.ca/fr/>
<https://www.tourccb.ca/>
<https://www.flickr.com/photos/98740090@N07/albums>