



*"Le muscle est un véritable enjeu de santé publique et doit être reconnu en tant que tel"*

## Moyens de sensibiliser

1. Je diffuse par mail, je mets à disposition
2. Je fais jouer au Quizz Semaine du Muscle
3. J'affiche ou j'expose pour donner à savoir
4. Je rassemble autour d'un expert pour partager

## Liens utile

[Lemuscle.fr](http://Lemuscle.fr) (pour retrouver tous nos outils)  
[Les étonnants secrets du muscle](#)

## Contact

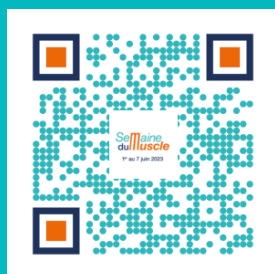
[semainedumuscle@afm-telethon.fr](mailto:semainedumuscle@afm-telethon.fr)

**Scannez et retrouvez-nous sur les réseaux**

(Facebook, Instagram, Twitter, et LinkedIn)

**Partagez vos actions avec :**

**@SemaineDuMuscle**



# METTRE EN PLACE DES ACTIONS DE COMMUNICATION

**Principe :**

**En 2 minutes ou en 2 heures, partagez l'info !**

**Diffusion / affichage de support ou organisation d'un temps d'information**

**La semaine du muscle, du 1er au 7 juin**, un événement de sensibilisation grand public sur tout le territoire français. Des animations se dérouleront partout en France pour faire prendre conscience à chacun de l'importance du muscle dans notre santé et combien il est vital de préserver son capital musculaire.

**Je suis membre et/ou responsable dans une organisation professionnelle ou associative, publique ou privée, je peux soutenir la Semaine du Muscle avec de simples actions de communication auprès des publics de mon organisation.**

**Voici des actions pensées pour s'additionner ou pour s'effectuer aussi à l'unité :**

### 1 / Je diffuse par mail, je mets à disposition

Diffuser les supports de la Semaine du Muscle dans mon organisation, au format numérique et/ou au format papier selon les supports : affiche officielle, bannières réseaux sociaux, livret pédagogique, série vidéo « Les étonnants secrets du muscle » ...

### 2 / Je fais jouer au Quizz Semaine du Muscle !

Partager (sous format imprimé ou par e-mail) un quizz spécial «Muscle» afin de sensibiliser mes collaborateurs, licenciés, élèves à l'importance du muscle pour la santé. Ce quizz permet d'organiser des sessions dédiées ou un concours interne.

### 3 / J'affiche et j'expose pour donner à voir

Présenter l'affiche et/ou les 8 panneaux de l'exposition « Le Muscle, enjeu de santé publique » dans le hall d'accueil ou dans une salle commune de mon organisation.

Pour aller plus loin : organiser un vernissage, moment de convivialité pour promouvoir mon implication pendant la semaine dédiée.

### 4 / Je rassemble autour d'un expert pour partager

Proposer un temps de présentation et d'échanges sur "Le Muscle, enjeu de santé publique" avec un expert scientifique ou médical.

**Pour cela contactez-nous via [semainedumuscle@afm-telethon.fr](mailto:semainedumuscle@afm-telethon.fr)**



*"Le muscle est un véritable enjeu de **santé publique** et doit être reconnu en tant que tel"*

## Moyens de sensibiliser

1. Je diffuse par mail, je mets à disposition
2. Je fais jouer au Quizz Semaine du Muscle
3. J'affiche ou j'expose pour donner à savoir
4. Je rassemble autour d'un expert pour partager

## Liens utiles

[Lemuscle.fr](http://Lemuscle.fr) (pour retrouver tous nos outils)  
[Les étonnants secrets du muscle](http://Les étonnants secrets du muscle)

## Contact

[semainedumuscle@afm-telethon.fr](mailto:semainedumuscle@afm-telethon.fr)

Scannez et retrouvez-nous sur les réseaux

(Facebook, Instagram, Twitter, et LinkedIn)

Partagez vos actions avec :

@SemaineDuMuscle



## Les outils mis à votre disposition et disponible sur [lemuscle.fr](http://lemuscle.fr)

- 1 affiche Semaine du Muscle millésimée (PDF format A3)
- 1 exposition non millésimée : 8 panneaux de dimension 1.20 sur 1.60m (Imprimable en 60\*80 / 30\*40 ou même juste en A3)

Le muscle : les 3 types de muscles

Le muscle : Un organe indispensable à la vie

Le muscle : Tout au long de la vie

Le muscle : Entraîné et en situation extrême

Le muscle : Et la maladie

Le muscle : Petite histoire de la Myologie

Le muscle : Vers une fondation de Myologie

Le muscle : Et ses étonnants secrets

- 1 quizz général (format A4 pdf)
- 1 quizz « Retrouve ton muscle (à venir)
- 1 livret pédagogique : reprise de l'expo + quizz général (imprimable en A4 ou A5)
- bannière réseaux sociaux
- série vidéos « Les étonnants secrets du muscle »

