

Du 18 septembre au 2 octobre 2025

Inscriptions à partir du 4 septembre



Marche Connectée

Pas à pas pour les aidants

Ensemble, mobilisons-nous pour la cause des aidants !

Quiz

Défi photos

Infos

Gratuit et ouvert à tous

Comment participer ?



- Téléchargez l'application **kiplin**
- Créez votre compte et connectez-vous avec le code : **TOUSAIDANTS2025** puis créez votre équipe
- Venez fêter la fin de la **Marche** le **4 octobre 2025**
Place de l'Hôtel de Ville à **Chambéry**

Plus d'infos

✉ contact@repitbulledair-ra.fr

🌐 asso-bulledair.fr 🌐 alpesdunord.msa.fr

Organisé par :

En partenariat avec :



L'association Bulle d'air® et la MSA Alpes du Nord lancent, avec l'appui de leurs partenaires, une Marche Connectée pour soutenir la cause des aidants, en amont de la journée nationale des aidants du 6 octobre. Ce défi ludique est gratuit, accessible à tous, partout en France, quel que soit son âge ou sa condition physique.

Objectif pendant 2 semaines : marcher, courir, pédaler, faire son ménage ou danser, chaque pas compte.

Pourquoi participer ?

Cette marche connectée, c'est l'occasion de passer de bons moments en famille, avec ses collègues, ses amis, en participant à un événement ludique, seul ou en équipe, et de pratiquer une activité physique régulière. Les participants pourront également participer à des défis et des quiz pour s'informer sur les dispositifs et services existants à destination des aidants et mettre en lumière leur rôle essentiel dans la société.

Les étapes pour participer

- Jeudi 04/09/2025 (00h01) : ouverture des inscriptions
- **Jeudi 18/09/2025 (00h01) : début de la Marche connectée**
- Jeudi 02/10/2025 (23h59) : clôture de la Marche connectée
- Samedi 04/10/2025 : annonce des résultats lors de la journée festive des aidants, place de l'Hôtel de Ville à Chambéry et sur l'application Kiplin

Des questions ?

Comment l'activité physique est-elle mesurée ?

L'application utilise le podomètre de votre smartphone ou de votre objet connecté pour suivre votre activité. Le GPS n'est pas utilisé, garantissant le respect de votre vie privée.

Quelles sont les règles du jeu ?

Les participants accumulent des points en fonction de leur activité physique quotidienne. La régularité est privilégiée sur l'intensité ponctuelle.

Combien de personnes composent une équipe ?

Les équipes sont généralement composées de 1 à 5 membres, favorisant l'engagement et la cohésion.

Pour en savoir plus vous pouvez contacter l'association Bulle d'air® à contact@replitbulledair-ra.fr ou vous rendre sur les sites internet des organisateurs : asso-bulledair.fr et alpesdunord.msa.fr

* Partenaires mobilisés : A2MCL (Association des aidants et malades à Corps de Lewy), Accueil Savoie Handicap, ADMR, Alliance du cœur, APF France Handicap, Association Jalmalv Savoie, Autisme Savoie, AVC Fédération Nationale, CCAS Chambéry, CNSA, Le Conseil départemental de la Savoie, Communauté 360 Savoie, Malakoff Humanis, Mutualia, PAM 73 APEI, Plateforme savoyarde de Soutien aux aidants, Radio Grand Lac, Régie Coup de pouce, Ville de Chambéry