Normand10 : le défi collectif et solidaire

Téléchargez l'application et entrez le code : NORMAND10

Sur App Store
Sur Google Play Store

Du 10 au 30 mai 2026, à l’occasion des 10 ans de la réunification de la Normandie, la Région invite tous les Normands à participer à Normand10, un défi collectif accessible à tous. Sportif ou non, chacun participe à son rythme.

Normand10 : mode d'emploi

- Entrez le code NORMAND10
- Constituez des équipes (jusqu’à 5 personnes)
- Pratiquez une activité physique (course à pied, marche, vélo, etc.)
- Relevez des missions
- Répondez à des quiz

Et cumulez des points pour atteindre l'objectif !

Un défi solidaire

Si l’objectif collectif de points est atteint, la Région Normandie reversera 10 000 € à la Fondation Charles Nicolle. Reconnue d’utilité publique, cette fondation soutient la recherche médicale, l’innovation et l’amélioration de la prise en charge des patients dans les établissements hospitaliers normands.

En participant au défi, chacun contribue ainsi concrètement à soutenir la santé en Normandie.

La fondation Charles Nicolle-Normandie innove pour la santé des Normands

Le défi Normand10 vous permettra de soutenir la Fondation Charles Nicolle-Normandie. Et de contribuer directement au projet Maternal qu’elle cofinance en faveur des femmes enceintes atteintes de troubles du comportement alimentaire.

A la maternité du Belvédère du CHU de Rouen, il existe depuis deux ans une unité dédiée à l’accompagnement des femmes enceintes en proie à des troubles du comportement alimentaire. Elle a été mise en place par la Professeure Najate Achamrah, chef du service nutrition. Ce projet pilote permet de mener l'étude Maternal, cofinancée par la Fondation Charles Nicolle-Normandie.

Cette unité unique en Normandie mobilise des médecins, des diététiciens, des sages femmes, des éducateurs sportifs pour prévenir, dépister et soigner les troubles du comportement alimentaire de leurs patientes. Les statistiques de l’Agence Régionale de Santé révèlent en effet la prévalence des troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie…) chez les jeunes femmes de Normandie, ce qui a des conséquences lourdes sur leur santé et potentiellement sur celle de leur(s) enfant(s).

Le défi Normand10 et son enveloppe de 10 000 € contribueront au déploiement de l'étude Maternal dans les hôpitaux publics de Normandie à Evreux, Le Havre, Caen, Alençon et Saint-Lô. Avec l'objectif que puisse être mise en place une approche multidisciplinaire similaire pour une meilleure prise en charge des femmes en proie à des troubles du comportement alimentaire (TCA) pendant leur grossesse.

Des actions concrètes au service des patients et des soignants

Depuis sa création en 1987, l'association puis la Fondation Charles Nicolle-Normandie œuvre en faveur de l'**innovation médicale sur le territoire.** Elle mobilise des fonds publics et privés afin d'améliorer, sous forme d'appels à projets annuels, **la qualité de soin en Normandie** : recherche, équipements de pointe, amélioration de la prise en charge des patients, prévention, conditions de travail des soignants et formation des médecins.

Historiquement basée à Rouen (elle tire son nom du Prix Nobel de médecine 1928, auteur de travaux déterminants sur le typhus), la Fondation a pris une dimension régionale en 2017 et œuvre depuis plus de 10 ans pour la santé de tous les Normands.

Elle est reconnue d'utilité publique et bénéficie du soutien de la Région Normandie.

Site de la Fondation Charles Nicolle

Deux rendez-vous pour se rencontrer

La Région vous donne rendez-vous les dimanches 10 et 30 mai pour le lancement et la clôture du défi collectif Normand10. L'occasion de lancer l'application Normand10 et de rapporter des points !

Dimanche 10 mai au Havre : 2 randonnées pédestres au Parc de Rouelles

Cet événement, organisé en partenariat avec le Comité départemental de randonnée pédestre de la Seine-Maritime et le comité régional de randonnée pédestre de Normandie, propose :

- une randonnée sur sentiers de 7,5km
- une randonnée douce et familiale sans dénivelé de 3 km autour des lacs du Parc de Rouelles

Inscriptions limitées à 250 participants
Départ 14h30

Samedi 30 mai à Caen : course de clôture

Cet événement, organisé par la Région avec l'aide de l'UFR Staps de Caen, et parrainé par Dorian Louvet, propose une course de 10km non chronométrée, aller-retour de Caen à Louvigny. Le parcours empruntera un circuit balisé existant de la voie verte.

Inscriptions limitées à 250 participants
Départ à 16h au stade Helitas de Caen (accueil des participants à partir de 15h30)

Il vous sera demandé, avant le départ, de **présenter votre PPS** (Pass prévention santé), que vous pouvez obtenir ou renouveler ici : https://pps.athle.fr/. Pour les mineurs, il sera demandé une attestation, également disponible sur ce site.

Bien que le PPS ne soit pas obligatoire pour une course non officielle et sans chronométrage, les conditions climatiques actuelles nous invitent à la prudence. En l'absence de ce justificatif, vous ne pourrez malheureusement pas prendre le départ.

A télécharger

- Affiche Normand10
- Flyer Normand10

La Normandie fête ses 10 ans