

4E ÉDITION

# SUTTON

en cœur

SAMEDI 14 FÉVRIER 2026

PRÉSENTÉ  
PAR

**MORENCY**  
SOCIÉTÉ D'AVOCATS



**Sun Life**

EN PARTENARIAT AVEC

**SUTTON**  
montsutton.com



GARNIER®

**OMBRELLE®**

## GUIDE DE PARTICIPATION

en soutien à la

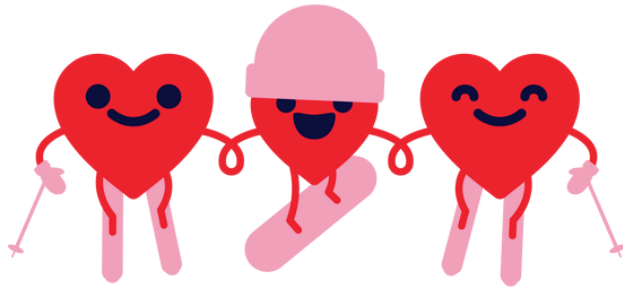


**fondation  
en cœur**



# OBJECTIF

L'objectif est de 250 000 \$ pour Sutton En Coeur, aidez-nous à l'atteindre pour les enfants malades du cœur et leur famille ! N'hésitez pas à faire appel à vos proches via les réseaux sociaux. Les dons peuvent être faits jusqu'à la fin du mois.



# MATÉRIEL À PRÉVOIR

Pour garantir votre confort et sécurité , voici les équipements nécessaires :

- N'oubliez pas de vous habiller en couches, car les températures peuvent varier. Apportez des vêtements adaptés aux conditions météorologiques du jour.
- Il sera important de porter le foulard tubulaire et le brassard qui vous seront offerts !
- Bouteille d'eau réutilisable et collations
- Cellulaire
- Sac à dos : Pratique pour transporter vos effets personnels et autres éléments essentiels.

# ACCÈS & STATIONNEMENT

Mont Sutton

Adresse: 671 Rue Maple, Sutton, QC J0E 2K0

Le point de rencontre est à l'intérieur du chalet principal, en face de la billetterie

Des bornes électriques sont disponibles

Prévoyez à l'avance votre déplacement. Choisissez parmi l'un des nombreux stationnements qui se trouvent à divers endroits sur la montagne :

<https://montsutton.com/nous-joindre/stationnement/>

# RÉCUPÉRATION DES BILLETS ET ACCUEIL

Inscriptions pour tous les participants inscrits à la journée de ski (membres et non-membres du Mont Sutton) à la table d'inscriptions pour la remise de :

- BILLETS de remontée
- Foulard tubulaire
- 1 brassard
- 1 bière Carlsberg lors de l'après ski (en redonnant le brassard)
- Informations diverses



**La table d'accueil est à l'intérieur du chalet principal, en face de la billetterie DU MONT SUTTON.**

\*Pour les membres du Mont Sutton, prendre note qu'aucun billet ne sera remis. SVP n'oubliez pas votre carte de membre.

Les frais d'inscriptions sont pour tous ceux et celles qui participent à l'événement.

La Fondation En Cœur est un organisme à but non lucratif et une telle organisation d'événement engendre plusieurs coûts. Notre objectif est de redonner aux familles d'enfants malades du cœur.

## CONSIGNES

- Beau temps, mauvais temps l'événement aura lieu !
- Petits et grands, feront du ski, de la planche à neige, du ski ou de la randonnée pour une période de 6 heures (TEMPS APPROXIMATIF NON-OBLIGATOIRE), seul(e) ou en équipe de 2 à 6 participants. Le but est de faire de l'activité physique et amasser des fonds pour les enfants malades du cœur et leur famille !
- L'événement se veut convivial et non compétitif. Il n'y a pas de dossards, de relais ou de puces.
- Il n'est pas obligatoire d'avoir un participant en tout temps sur les pistes, l'objectif est d'avoir du plaisir !
- Nous vous invitons à la prudence en tout temps.
- Respectez tous les skieurs.
- Jetez vos déchets aux endroits indiqués.

# HORAIRE ÉVÉNEMENT

- **8 h 15** - Ouverture du site, arrivée et inscriptions de TOUS les participants (membres et non-membres du Mont Sutton).
  - Distribution des billets, des foulards tubulaires, brassard et informations importantes (la table d'accueil est située en face de la billetterie à l'intérieur du chalet du Mont Sutton).
- **9 h à 15 h** - Kiosque En Cœur : roue de fortune, animation et musique et kiosque Morency : café, chocolat chaud pour participants
- **9 h 10** - Rassemblement des participants à la cloche centrale à l'extérieur (près des kiosques En Cœur)
- **9 h 15** - Mot de bienvenue par l'animatrice Patricia & consignes & explication du déroulement de la journée + explication de la chasse aux cœurs
- **9 h 20** - Prise de photos tous les participants
- **9 h 23** - Échauffement
- **9 h 25** - Courte présentation de la porte-parole Ingrid Falaise pour donner le coup d'envoi
- **9 h 30 à 15 h** - Chasse aux cœurs
- **9 h 30** - **Départ des participants**
- **10 h à 15 h** - Boutique En Cœur (à la table d'inscription à l'intérieur)
- **11 h à 19 h** - Procurez-vous la poutine En Cœur à la saucisse artisanale « Ils En Fument du Bon ». 5 \$ par poutine seront remis à la Fondation En Cœur
- **15 h 30** - Fin de la journée de ski

## APRÈS-SKI

- **15 h 30 à 19 h** - Après-ski à la cafétéria (animation, musique, espace famille avec des activités pour les enfants, nourriture et rafraîchissements)
- **17 h** - Remerciements, courtes allocutions, tirage et dévoilement du montant amassé
- **19 h** - Fin de l'événement



# PARCOURS

- Toutes les pistes et zone famille sont accessibles pour l'événement (SOUS RÉSERVE DES CONDITIONS MÉTÉOROLOGIQUES)
- Il n'y aura pas de dossards ou puces, ni de temps calculé. Par contre, vous pouvez ajouter votre activité à Strava de façon symbolique : <https://www.strava.com/clubs/suttonencoeur>

# CHASSE AUX CŒURS

Une chasse aux cœurs est organisée sur les pentes du Mont Sutton.

- Rendez-vous à la table d'information à l'intérieur du chalet pour recevoir plus d'informations.
- Possible de participer en équipe ou seul.
- Chasse aux cœurs volet enfants: Rendez-vous à la table d'information à l'intérieur du chalet afin d'obtenir votre carte et ainsi récolter les collants.



## PROGRAMME DE MOTIVATION

Le programme de motivation de Sutton En Cœur a pour objectif de stimuler l'engagement et la générosité des participants au profit de la Fondation En Cœur. Afin de reconnaître les efforts remarquables en collecte de fonds, des récompenses attrayantes seront remises dans trois catégories :

- Les trois équipes ayant amassé le plus de fonds
- Les trois personnes ayant amassé le plus de fonds
- Les trois personnes ayant mobilisé le plus grand nombre de donateurs

Parmi les prix à gagner figurent une paire de billets d'avion, des entrées au spa ainsi que d'autres belles surprises.

Pour accompagner les participants dans leur démarche, plusieurs outils de collecte de fonds sont mis à leur disposition :

- **Lettre de sollicitation** : un modèle prêt à envoyer pour mobiliser facilement votre entourage.
- **Trucs et astuces** : des conseils pratiques pour atteindre, et même dépasser, votre objectif de collecte.
- **Présentation de la cause et de l'événement** : un outil inspirant pour partager l'impact concret de votre participation et motiver vos donateurs.

Chaque don compte et chaque effort fait une réelle différence pour les enfants malades du cœur et leur famille.

# BOUTIQUE EN CŒUR

Des articles promotionnels aux couleurs de la Fondation En Cœur seront disponibles pour achat dans le chalet en face de la billetterie. Vous pourrez payer avec carte débit, crédit ou comptant.

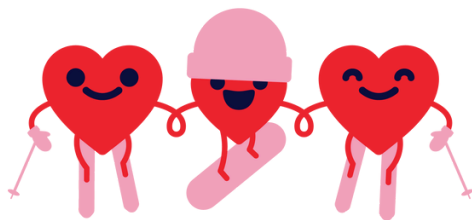
- Crewneck officiel
- Tuques ECOGRIFFE adulte ou enfant
- Foulard tubulaire
- Casquette CIELE
- Sac Poches & Fils
- Bas Robin des Bas

# NOURRITURE

- 9 h 30 à 15 h : café et chocolat chaud disponible au kiosque En Cœur au bas des pistes.
- 11 h à 19h : N'oubliez pas la poutine officielle de l'événement AU CHALET PRINCIPAL ET CHALET ALT 840M AU MONT SUTTON
- Dès 15 h 30 : Après-ski à la cafétéria. En plus d'une bière gratuite (en redonnant votre brassard), possibilité d'acheter d'autres consommations alcoolisées au bar Petit Tucker ainsi que de la nourriture à la cafétéria.

# PREMIERS SOINS

Les patrouilleurs du Mont Sutton seront sur les pistes et au chalet principal



en soutien à la

