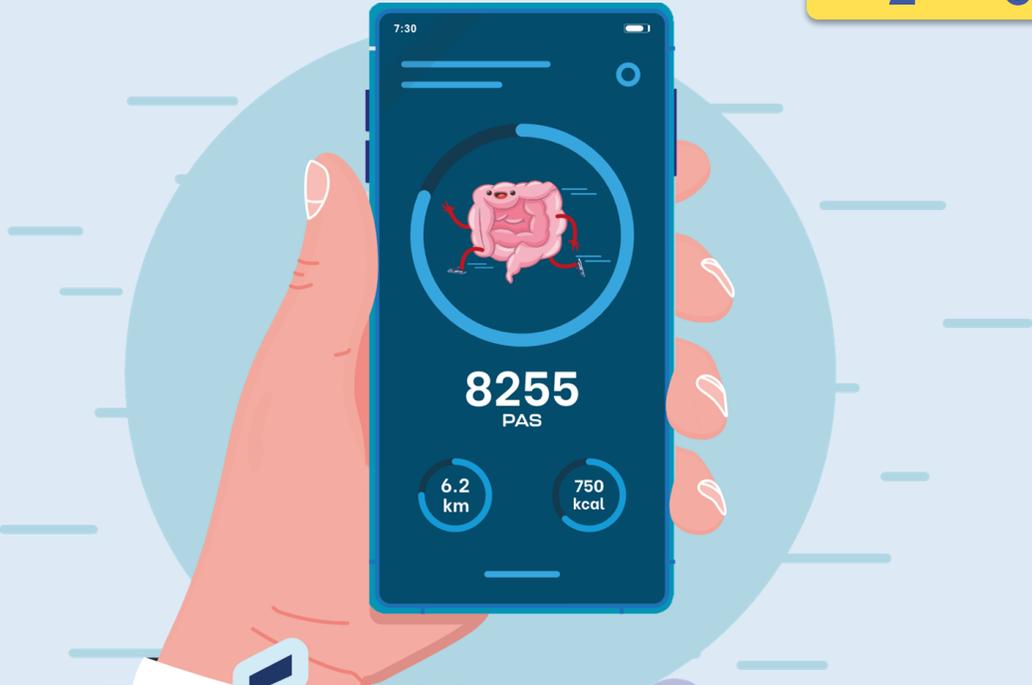


Du 12 mars au 02 avril 2025

2<sup>ème</sup> édition



DÉFI  
CONNECTÉ  
Mars Bleu

Bougeons pour notre côlon !

# LE DÉFI CONNECTÉ



## C'EST QUOI ?

- C'est un défi connecté amusant et sportif ouvert à tous, gratuit et co créé par le CRCDC Centre-Val de Loire
- Il se déroule dans 11 régions françaises
- Pendant 3 semaines, des équipes devront remporter le plus de points en réalisant le plus de pas possible, en répondant à des défis et des questionnaires



## OBJECTIFS

- Pratiquer une activité physique avec la marche à pied, la course ou la danse. L'activité physique permettant de diminuer le risque de cancer colorectal
- Être informé sur le dépistage organisé du cancer colorectal
- Être acteur d'un événement amusant national, régional et départemental
- Mieux faire connaître le dépistage organisé du cancer colorectal, sujet de santé publique

# 11 RÉGIONS PARTICIPANTES

Auvergne Rhône Alpes

Bourgogne Franche Comté

Guadeloupe / Saint Martin / Saint

Barthélemy

**Centre Val de Loire**

Grand Est

Guyane

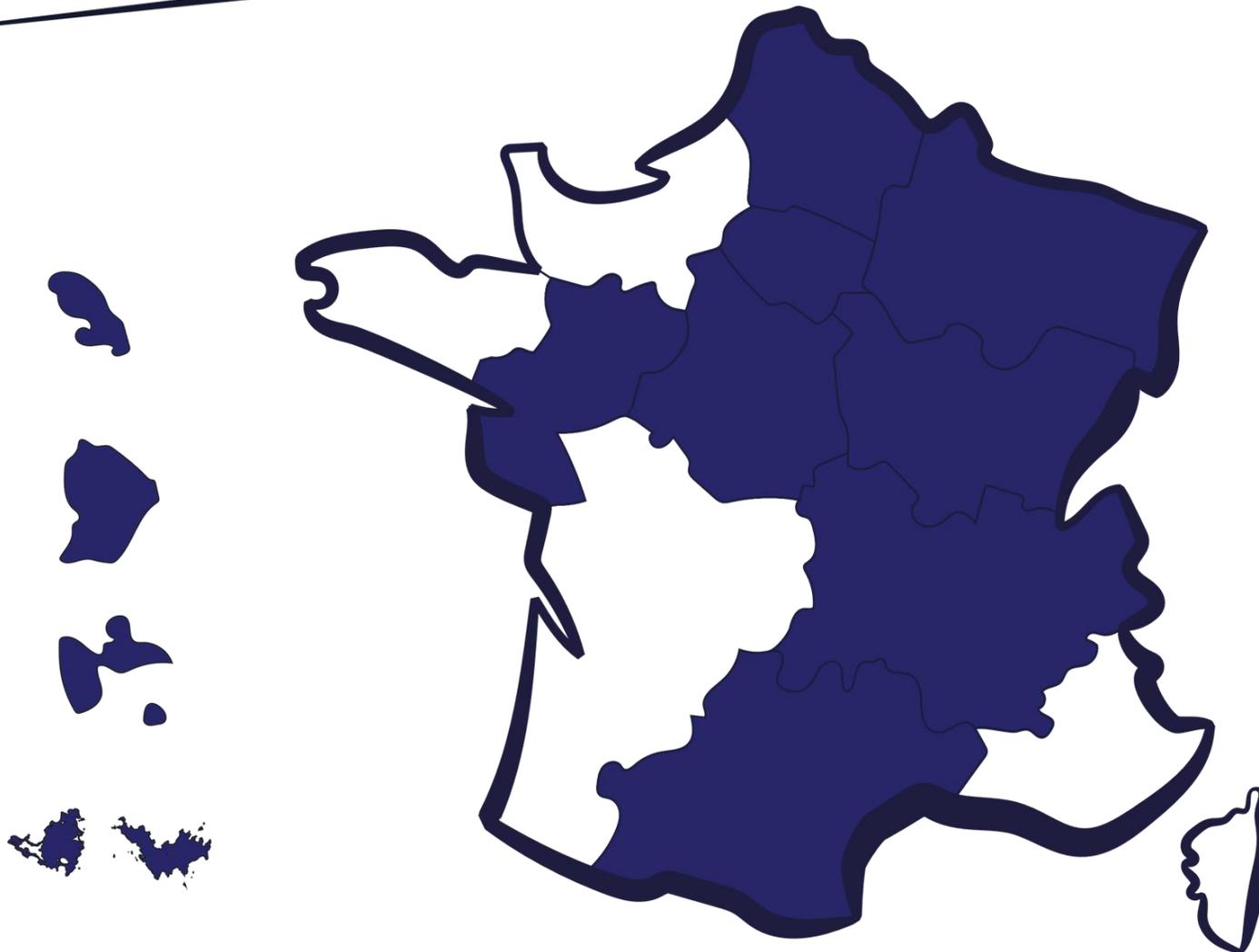
Hauts de France

Ile de France

Martinique

Occitanie

Pays de la Loire



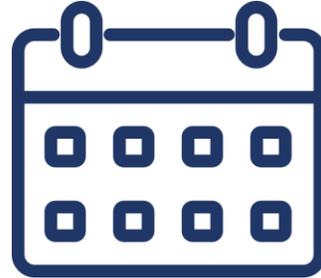
**DÉPISTAGE  
DESCANCERS**  
Centre de coordination  
Centre-Val de Loire

**ars**  
Agence Régionale de Santé  
Centre-Val de Loire

**RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE**  
Liberté  
Égalité  
Fraternité

# CALENDRIER

---



- ➔ Ouverture des inscriptions le 26 février 2025
- ➔ Début du Défi connecté le 12 mars 2025
- ➔ Fin des inscriptions et début du mode shadow\* le 02 avril au soir
- ➔ Fin du Défi le 02 avril
- ➔ Annonce des résultats début avril

*\* Classements et équipes cachés les deux derniers jours du Défi pour accentuer la compétition*

# LE DÉPISTAGE ORGANISÉ DU CANCER COLORECTAL

47500

personnes touchées  
par an en France

3<sup>ème</sup>

cancer chez l'homme

2<sup>ème</sup>

cancer chez la femme

## LE DÉPISTAGE ORGANISÉ DU CANCER COLORECTAL (DOCCR)

Il existe un test de dépistage rapide et efficace à réaliser chez soi. Ce test immunologique mesure la présence de sang dans les selles (le caca) à partir d'un seul prélèvement.

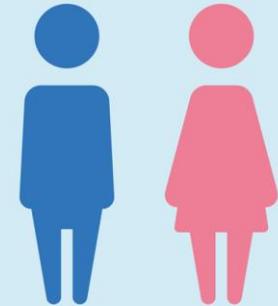
## LE CENTRE RÉGIONAL DE COORDINATION DES DÉPISTAGES DES CANCERS

Il est missionné par le Ministère de la Santé et de la Prévention pour assurer sur la région : l'organisation, l'information, la promotion des dépistages des cancers du Sein, Colorectal et Col de l'Utérus.

2<sup>ème</sup> cancer le plus meurtrier  
17000 décès / an

de 50 à 74 ans

Test colorectal tous les 2 ans



95% des cas chez les plus de 50 ans

# INSCRIPTION ET MODE D'EMPLOI

- 1 Téléchargez l'application Kiplin (disponible sur Android et iPhone), et renseignez le code du défi : **CRCDCMARSBLEU**
- 2 Reliez Kiplin à son compte Santé (sur Iphone) ou à son compte Google Fit (sur Android)
- 3 Renseignez les informations demandées. Renseignez votre département (attention, celui-ci doit être le même que l'équipe que vous souhaitez rejoindre)
- 4 Créez ou rejoignez une équipe (les équipes vont de 1 à 5 personnes). Celui qui crée une équipe est automatiquement chef d'équipe
- 5 Associez-vous si vous le voulez à un tag nommé « Catégorie » (plusieurs personnes de différentes équipes peuvent être rattachées à un même tag)

En cas d'erreur de paramétrage une notification apparaît

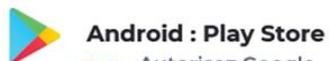
Tuto de téléchargement Kiplin ci-après

Les utilisateurs peuvent contacter le support technique via l'onglet « plus »

Si vous avez déjà un compte Kiplin, renseignez le code **CRCDCMARSBLEU** sur la page d'accueil.

### TÉLÉCHARGEZ L'APPLICATION

Téléchargez **Kiplin** via l'App Store, le Play Store ou ce QR code :



**Android : Play Store**

Autorisez Google à partager vos pas



**iOS : App Store**

Autorisez Santé à partager vos pas



### ACCÉDEZ AU JEU

**Je n'ai pas de compte Kiplin :**

- Saisissez votre code d'accès
- Saisissez votre mail et mot de passe
- Autorisez le partage avec votre compte Google ou Santé

**J'ai déjà un compte Kiplin :**

- Saisissez votre mail et mot de passe
- Dans l'onglet **Accueil** > Ajoutez votre code

METTEZ VOUS EN ÉQUIPE ET ÉCHANGEZ VIA LA MESSAGERIE

#tuto

## Prêt.e à jouer ?

#premierspas



Explorez tous les onglets pour découvrir toutes les fonctionnalités.

Complétez votre **bilan physique** dans l'onglet **Check-up**.



**Besoin d'aide ? Une question ?** Rendez-vous dans l'onglet **Accueil** pour lire la FAQ ou contacter le support technique.

Ouvrez l'**appli** régulièrement pour synchroniser vos pas !



Portez votre **téléphone** au plus près de vos mouvements.

**Pas de suivi GPS** ni de connexion internet nécessaire



# RÈGLES DU DÉFI

Le but est de faire le plus de points en favorisant la pratique d'une activité physique régulière.

Vos pas sont convertis en points selon un barème qui favorise la régularité, et des défis/quizz rapportent également des points.



## POINTS PAR NOMBRE DE PAS

- > 100 pas = +1 Kip
- > 1 minute de vélo = +1 Kip

Ensuite, au sein du Défi connecté MB 2025, voici le barème qui sera établi :

- De 1 à 100 kips = 1 point par kip
- De 101 à 200 kips = 0,5 point par kip
- De 201 à 300 kips = 0,1 point par kip
- Au-delà de 301 kips, vous ne remportez plus de point.



## POINTS BONUS EN ÉQUIPE AVEC LES DÉFIS

- Défis d'activité physique nationaux et départementaux, basés sur des moyennes
- Des défis ludiques, comme des quizz sur le DOCCR



# RÈGLES DU DÉFI



## CLASSEMENTS FINAUX

- Le classement national individuel et par équipes
- Le classement régional individuel et par équipes (communiqué directement par le CRCDC, le classement régional n'apparaissant pas sur l'application)
- Le classement entre départements (basé sur la moyenne de points des joueurs du département)
  - Par équipe et individuel dans son département
  - Par tag/catégorie



## MESSAGERIES

- Il est possible pour les équipes de poster des messages sur un fil d'actualité
- Le CRCDC postera également des messages tout au long du défi





## FAQ Clients

### **Comment sont comptabilisés les pas ?**

Le téléphone capte tous les mouvements du quotidien grâce à l'accéléromètre. Il n'y a pas besoin de géolocalisation ni de connexion internet pour comptabiliser les pas. Il faut porter son smartphone au plus près du mouvement pour que ce dernier soit bien détecté. Les applications tierces (Santé sur iOS, compte Gmail sur Android) comptabilisent ensuite les pas. Il suffit ensuite d'avoir une connexion internet et d'ouvrir Kiplin pour que les pas se synchronisent dans l'appli.

### **Quelles sont les activités prises en compte ?**

La marche, le vélo, la course à pied et toute autre activité physique peut compter à partir du moment où les joueurs portent bien leur téléphone au plus près du mouvement.

### **Comment les joueurs s'inscrivent ?**

Les joueurs s'inscrivent en totale autonomie. Il faut télécharger l'application sur smartphone (Android = Play Store) / iOS = App Store), puis créer son compte : pour cela on renseigne le code d'inscription communiqué.

### **Pourquoi les inscriptions ne peuvent-elles pas rester ouvertes tout le long du jeu ?**

Hormis sur le challenge classique, il y a une clôture automatique des inscriptions pour des raisons techniques et pour le bon déroulé du jeu. On ne peut pas rouvrir les inscriptions une fois que celles-ci ont été clôturées.

### **Comment les joueurs se mettent en équipe ?**

Les joueurs se mettent en équipe de manière autonome dans le jeu : ils peuvent créer ou rejoindre une équipe. Kiplin ne recommande pas de créer des équipes en amont en interne ou de faire des équipes en mode aléatoire. Comme dans tout jeu, les joueurs préfèrent jouer par affinité, cela engagera davantage votre communauté.

En se retrouvant avec des coéquipiers inconnus, voire avec des coéquipiers avec qui ils n'ont pas d'affinités, cela peut les démotiver ou les pousser à ne pas jouer.

### **Pourquoi certains joueurs s'inscrivent au jeu, mais ne se mettent pas en équipe ?**

Un joueur inscrit, mais pas encore en équipe, tombe automatiquement sur la page de mise en équipe dès qu'il ouvre le jeu Kiplin. C'est comme un SAS : il est obligé de se mettre en équipe pour jouer. Il est courant que dans nos jeux, il y ait des joueurs "fantômes". Ces derniers décident de ne plus participer, malgré les notifications automatiques de relance (lorsqu'ils ne sont pas en équipe ou lorsqu'ils ne remontent pas de données de pas).

### **Pourquoi sur certains jeux, les classements sont cachés avant la fin du jeu ?**

Le mode shadow permet de relancer la motivation en fin de jeu, lorsque cette dernière tend à baisser. Les participants connaissent déjà leur classement et voient qu'ils ne peuvent plus progresser avec le temps restant limité, alors ils vont tendre vers l'abandon. Ceci peut s'expliquer par plusieurs biais cognitifs comme l'effet difficile-facile ou l'effet d'excès de confiance. Ce mode shadow permet d'ajouter du suspens et relance les participants dans la dernière ligne droite du jeu.

### **Comment gérer si les joueurs rencontrent un problème technique ?**

Pour vous décharger des problèmes techniques, Kiplin assure l'assistance technique. Les utilisateurs doivent écrire à l'équipe technique soit via le bouton Plus > Besoin d'aide dans l'application, soit à l'adresse [support@kiplin.com](mailto:support@kiplin.com)

### **Comment communiquer auprès des collaborateurs ?**

Il faut communiquer sur votre évènement et ses enjeux (prévention santé, cohésion, cause solidaire, ...) ainsi que sur les modalités d'inscription, notamment le code d'accès. Un kit de communication vous est fourni par Kiplin pour vous aider à communiquer.

### **Combien de temps avant l'évènement doit-on communiquer ?**

L'idéal est de lancer la communication 2 à 3 semaines avant le début du programme ou du jeu, pour pouvoir faire des relances si besoin en fonction du nombre d'inscrits. Attention à bien avoir en tête que les inscriptions aux jeux se clôturent au début du jeu.

### **Quid RGPD ?**

Les données à caractère personnel traitées sont : email, nom, prénom, pseudonyme, données d'activité physique (nombre de pas journalier), contributions éventuelles sur les espaces de messagerie.

Les données de nos utilisateurs sont hébergées en France chez Proginov, hébergeur certifié HDS (Hébergement Données de Santé).

*La certification HDS inclut la certification ISO-27001 : garantie d'un niveau d'exigence particulièrement élevé concernant la sécurité et la confidentialité des données hébergées.*



# FAQ Clients