

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### Défi J'arrête , j'y gagne ! et Défi Santé 5/30 des gagnants dans Lanaudière !

---

LANAUDIÈRE, le 24 mai 2006 – La Direction de santé publique et d'évaluation de l'Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière tient à féliciter les **1 942** Lanaudois et Lanaudoises qui ont relevé le Défi J'arrête, j'y gagne ! et les **2 498** personnes qui ont relevé le Défi Santé 5/30 dans la région.

#### **Gagnants des prix provinciaux et régionaux du Défi J'arrête, j'y gagne !**

En tant que nouvelle ex-fumeuse, Cassandra Arnold de Lachenaie est l'heureuse gagnante du prix provincial chez les moins de 18 ans. Elle s'est méritée un appareil photo numérique. Étant présente à la remise des prix à Montréal le 4 mai dernier, Cassandra a tenu à souligner que le soutien de ses proches et la trousse d'aide de Jean Coutu l'ont aidée dans sa démarche.

Un caméscope numérique a été offert à Normand Guertin de Saint-Jean-de-Matha pour sa participation au Défi et un bon cadeau de 300 \$ pour l'achat de livres ou disques a été offert à Serge Aubin de Saint-Lin pour son soutien en tant que parrain.

De plus, dans le cadre d'Objectif famille sans fumée, la Direction de santé publique et d'évaluation a remis une carte cadeau d'une valeur de 400 \$ pour la station Mont-Tremblant à Hélène Lamontagne de Lachenaie ainsi qu'une carte cadeau de 50 \$ à Pierre Turcotte de Saint-Charles-Borromée.

#### **Gagnante du Défi Santé 5/30 !**

Marjolaine Dumas de Joliette est l'heureuse gagnante d'un séjour d'une valeur de 450 \$ dans un établissement des Hôtelleries Champêtre pour sa participation au Défi Santé 5/30.

#### **Des initiatives pour améliorer sa qualité de vie**

Éviter la fumée de tabac, bien manger et mener une vie active arrivent en tête de liste des stratégies gagnantes pour vivre en santé et pour lutter contre les maladies liées à nos habitudes de vie, comme le cancer, les maladies cardiovasculaires, le diabète et l'obésité. Les deux défis aident les participants à consolider leurs résolutions de début d'année et les font profiter d'un climat stimulant pour adopter, à leur rythme et dans le plaisir, ces trois stratégies gagnantes. La Direction de santé publique et d'évaluation félicite donc tous les Lanaudois et Lanaudoises qui ont profité de ces deux défis pour améliorer leur qualité de vie.