

Pour publication immédiate

Journée nationale du sport et de l'activité physique « Dans Lanaudière, on bouge! »

Lanaudière, le 6 octobre 2008 – C'est à l'école au Point-du-Jour de L'Assomption que s'est tenu cet après-midi le lancement de la Journée nationale du sport et de l'activité physique sous le slogan « Dans Lanaudière, on bouge! ».

En compagnie de plus de 350 élèves de l'école primaire au Point-du-Jour de L'Assomption, de Steeve Diamond humoriste, et de Julie Cloutier, athlète en escrime, la Direction de santé publique et d'évaluation de l'Agence de santé et des services sociaux de Lanaudière, en collaboration avec la Ville de L'Assomption et ses autres partenaires, a profité de cette occasion pour rappeler aux Lanaudois l'importance de faire de l'activité physique et de bouger davantage.

Sachant qu'environ 67 % de la population adulte lanaudoise n'est pas assez active et que le risque d'être touché par une maladie du cœur est deux fois plus élevé chez ces personnes, il est important d'agir. « Toutes les occasions sont bonnes pour bouger et pour pratiquer des activités physiques sportives ou de loisirs, à chacun et à chacune d'y trouver son plaisir et son intérêt », tient à souligner Docteur Laurent Marcoux, directeur de santé publique. Bouger plus et manger mieux, ce sont de bons comportements à adopter pour s'assurer une meilleure santé et améliorer sa qualité de vie à long terme.

Campagne Rendez-Vous d'automne et initiatives régionales

Dans le cadre de la Journée nationale du sport de l'activité physique qui se tiendra dans tout le Québec, le 10 octobre prochain, la DSPE annonce la campagne Rendez-vous d'automne, qui se déroulera au cours des mois d'octobre et de novembre 2008.

Une invitation aux entreprises lanaudoises

Sachant que les employeurs peuvent contribuer à l'augmentation du niveau d'activités physiques des adultes en participant à la création d'environnements favorables, la Direction de santé publique et d'évaluation, dans le cadre du **Rendez-Vous d'automne**, invite les entreprises lanaudoises à promouvoir la marche auprès de leurs employés. Un professionnel de l'activité physique est disponible pour les conseiller et les soutenir dans leur démarche. L'entreprise qui souhaite « miser sur les saines habitudes de vie », peut compter sur le soutien de professionnels (kinésologue, nutritionniste) des Centres de santé et de services sociaux de Lanaudière. La DSPE offre aussi l'opportunité aux entreprises qui désirent promouvoir l'activité physique en milieu de travail de s'inscrire au concours régional le « **Lacet d'or** », dont les prix sont deux stationnements de sept places pour vélo. La date limite d'inscription est le **24 octobre 2008**. Pour plus d'informations pour ce volet, communiquez avec monsieur Luc Marsolais, au 450 759-1157 poste 4422.

Une invitation aux écoles primaires de la région

Une invitation a aussi été faite aux écoles primaires de la région, pour qu'elles organisent des activités physiques, sportives ou de loisirs pendant le mois d'octobre et de novembre 2008. Une trentaine d'écoles primaires de la région sont inscrites au concours régional « **La Journée Pourquoi Pas** ». Cette initiative régionale organisée dans le cadre de la campagne **Rendez-vous d'automne**, invitait les écoles primaires de la région à faire bouger les élèves, dans la semaine du 6 au 10 octobre 2008, en organisant une clinique vélo, en animant la cour d'école, en organisant une marche pendant la récréation, etc. Quatre bourses de 500 \$ seront attribuées parmi les écoles inscrites.

Nos partenaires

La Direction de santé publique et d'évaluation tient à souligner le merveilleux travail des partenaires suivants qui ont à cœur la santé de la population : la Commission scolaire des Affluents, la Commission scolaire des Samares, Loisir et Sport Lanaudière, Sport Étudiant Laurentides-Lanaudière, les municipalités, les entreprises et les Centres de santé et de services sociaux de Lanaudière. « C'est en travaillant tous ensemble que nous réussissons à mettre en place toutes ces activités pour que les Lanaudois aient encore plus d'occasions de bouger », tient à mentionner D^r Laurent Marcoux.

« Un esprit sain dans un corps sain », voilà ce que la Ville de L'Assomption s'engage à cultiver pour ses citoyens et citoyennes. Nous sommes fiers de mettre à la disposition de la population des activités diversifiées et des infrastructures de qualité, et ce, afin de permettre à tous le plaisir de bouger », tient à préciser monsieur Pierre Gour, maire de L'Assomption.

Dans Lanaudière, on bouge!

La DSPE invite toute la population à profiter du congé de l'Action de Grâce pour faire des activités en famille ou entre amis.

- 30 -

Source :

Pascale Lamy
Agente d'information
Direction de santé publique et d'évaluation
450 759-1157 poste 4437
pascale_lamy@ssss.gouv.qc.ca