

Pour publication immédiate

Défi J'arrête, j'y gagne! et Défi Santé 5/30 Un véritable mouvement santé!

Lanaudière, le 15 mai 2008 – La Direction de santé publique et d'évaluation de l'Agence de la santé et des services sociaux de Lanaudière félicite les 1 325 Lanaudois et Lanaudoises qui ont relevé le Défi J'arrête, j'y gagne et les 7 515 personnes qui ont relevé le Défi Santé 5/30 dans la région.

Le fait qu'un grand nombre de personnes posent des gestes concrets pour vivre sans tabac, manger mieux et bouger plus a de quoi réjouir. En effet, ce sont d'excellentes stratégies pour lutter contre le cancer, les maladies cardiovasculaires, le diabète et l'obésité.

Concours régionaux – Nos gagnants

Dans le cadre de ces deux Défis, la Direction de santé publique et d'évaluation a organisé deux concours à la radio entre janvier et mars dernier. Des questions sur l'alimentation, l'activité physique et le tabac étaient posées aux auditeurs et auditrices du M103,5FM.

Madame Josée Baker de Joliette a gagné un certificat-cadeau de 300,00 \$ en équipement sportif et un certificat-cadeau de 250,00 \$ chez IGA pour sa participation au concours Défi Santé 5/30. « Comme je voyage en autobus pour me rendre au travail, je descends désormais un arrêt avant pour terminer le trajet en marchant. Prendre du temps pour soi est un acte d'amour à se faire », confirme l'heureuse gagnante.

Monsieur Serge Beauregard de Le Gardeur a gagné quant à lui, un séjour d'une valeur de 500,00 \$ dans une auberge de la région pour sa participation au concours J'arrête, j'y gagne! « En tant que non-fumeur, je me réjouis des salles de quilles sans fumée et de tous les environnements sans fumée. Je pratique des activités sportives, j'arbitre au hockey et je ne ressens aucun problème respiratoire contrairement à des collègues qui fument. J'encourage donc les jeunes à ne pas commencer à fumer », tient à préciser notre dynamique gagnant.

La Direction de santé publique et d'évaluation est heureuse de constater la bonne participation de la population à ces initiatives, qui sont d'excellentes façons de participer en famille, en amis ou entre collègues de travail. « La participation des familles confirme également la volonté des parents d'offrir à leurs enfants l'occasion de développer, dans le plaisir, de bonnes habitudes de vie et de grandir dans des environnements favorisant ces bons comportements », confirme D^r Laurent Marcoux, directeur de santé publique.



De gauche à droite : Sarah Monette de la DSPE, Serge Beauregard de Le Gardeur (gagnant), et Pascale Lamy, des communications de la DSPE



*De gauche à droite : Pascale Lamy, des communications de la DSPE
Josée Baker de Joliette (gagnante)*

- 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

Nouveau site internet
www.agencelanaudiere.qc.ca