



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

### QUAND LES VILLES SE METTENT AU DÉFI

**Montréal, 30 janvier 2009** – Fort de son succès, le *Défi Santé 5/30* engage maintenant les villes et municipalités du Québec dans une compétition amicale afin de stimuler la participation de leur population au *Défi*. Depuis 2005, c'est plus de 300 000 Québécois qui se sont inscrits à cette vaste campagne qui invite petits et grands à adopter de saines habitudes de vie. Quelle municipalité comptera le plus de citoyens prêts à relever le *Défi*? Les paris sont ouverts!

En 2009, trois défis inter-municipaux se déroulent dans l'arène du *Défi Santé 5/30*:

#### **Des maires qui inspirent la santé!**

Dans le coin droit, le maire de Sherbrooke Monsieur Jean Perrault. Dans le coin gauche, le maire de Saguenay Monsieur Jean Tremblay. Leur mission avouée? Convaincre un maximum de citoyens de prendre leur santé en main en s'inscrivant au *Défi Santé 5/30*. Place à l'action!

#### **Sainte-Marie, engagée comme cinq!**

Dans la région de Chaudière-Appalaches, la ville de Sainte-Marie s'implique pour une deuxième année consécutive et encourage quatre autres municipalités à prendre le virage santé. Les citoyens de Saint-Élzéar, Saint-Isidor, Vallée-Jonction, Frampton et de Scot unissent leurs efforts pour faire vibrer le Défi afin de dépasser Sainte-Marie, seront-ils à la hauteur?

#### **Des trios offensifs dans Lanaudière**

Les enchères montent dans la région de Lanaudière! Sainte-Élizabeth, Saint-Cuthbert et Saint-Norbert se lancent un triple défi. Même chose pour l'Épiphanie, Saint-Jacques et Chertsey qui désirent aussi relever le *Défi Santé 5/30*. Ne craignant pas les défis, la ville de Mascouche compte se mesurer à ces six municipalités!

Les municipalités participantes sont invitées à faire la promotion du *Défi* auprès de leurs employés et citoyens, tout en mobilisant les acteurs-clés de leur communauté et en collaborant avec l'agence de santé publique de leur territoire. Les municipalités présentant le plus haut taux d'inscription seront déclarées gagnantes et feront l'objet d'une reconnaissance à la cérémonie de clôture du *Défi Santé 5/30*. Citoyens, à vous de jouer!



## Une formule gagnante pour tous!

Le *Défi Santé 5/30* repose sur une formule gagnante et positive qui permet de prendre le virage santé et d'approprier de saines habitudes de vie dans le plaisir et à son rythme. Les participants s'engagent à manger au moins 5 portions de fruits et légumes quotidiennement (objectif 5) et à bouger au moins 30 minutes quotidiennement (objectif 30), au minimum 5 jours par semaine, pendant 6 semaines, soit du 1<sup>er</sup> mars au 11 avril 2009.

Que ce soit en solo, en équipe, en famille ou même dans le cadre d'un défi convivial entre concitoyens, **inscrivez-vous au DefiSante530.ca avant le 1<sup>er</sup> mars!**

*Le Défi Santé 5/30 est une production d'ACTI-MENU présenté par la Direction de la prévention de l'Institut de Cardiologie de Montréal et la Société canadienne du cancer. Il est réalisé en partenariat avec les directions de santé publique du Québec, le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec ainsi qu'IGA, le Mouvement des caisses Desjardins, AstraZeneca, Pfizer, Danone, Les Producteurs laitiers du Canada et Énergie Cardio.*

-30-

**Pour plus d'information :** DefiSante530.com

### **Renseignements et entrevues :**

Serge Paradis au 514 277-2670, au 514 602-6222 (cellulaire) ou au [serge@pkcom.ca](mailto:serge@pkcom.ca)

