

COMMUNIQUÉ DE PRESSE POUR DIFFUSION IMMÉDIATE

L'activité physique chez les adolescentes : un gage de réussite

(Sainte-Agathe-des-Monts, le 16 février 2017) – Madame Sophie Grégoire Trudeau, porte-parole officielle de Fillactive, a joint sa voix à celle de madame Claudine Labelle, présidente et fondatrice de Fillactive, et à celle de la Commission scolaire des Laurentides (CSL) pour encourager les jeunes filles de l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin à s'inscrire à la FitClub, un programme qui vise la valorisation de l'activité physique et du bonheur de la pratiquer entre filles. Madame Grégoire tenait à se déplacer pour rencontrer les 200 filles présentes et faire rayonner les changements concrets que peuvent apporter les programmes de Fillactive dans les milieux de vie des adolescentes.

« Connaître la valeur et les limites de son cœur et de son corps permet à chaque individu de trouver l'équilibre pour réussir! L'activité physique est une composante intégrale d'un mode de vie sain. C'est une cause qui me tient personnellement à cœur depuis de nombreuses années. C'est donc un immense honneur pour moi de concrétiser mon engagement avec Fillactive en venant sensibiliser les jeunes filles sur les bienfaits d'un mode de vie actif », affirme madame Sophie Grégoire Trudeau.

Cet événement s'inscrit dans la tournée de conférences menée par Fillactive dans 240 établissements du Québec et de l'Ontario, durant les mois de février et mars. L'édition 2017 de la FitClub permettra de faire bouger, dans le plaisir, près de 16 000 adolescentes canadiennes.

L'école secondaire Augustin-Norbert-Morin est fière de prendre part encore une fois au programme de la FitClub. À la suite de la conférence, les filles qui participeront à l'aventure seront encouragées par deux enseignantes, mesdames Isabelle Poirier et Marie-Hélène Gagné, qui mèneront des entraînements variés deux fois par semaine sur l'heure du dîner. De façon ponctuelle, elles seront accompagnées par des ambassadrices Fillactive qui viendront dynamiser certains entraînements. L'objectif ultime est de courir 5 ou 10 km.

« Notre école et nos élèves sont très actifs. Non seulement nous nous associons à Fillactive depuis une dizaine d'années, mais nous offrons aussi plusieurs programmes Sport-études, sans compter notre club de course qui participe à plusieurs événements locaux », mentionne Julie Cartier, directrice de l'école secondaire Augustin-Norbert-Morin.

« À la Commission scolaire, nous croyons beaucoup en l'adage « un esprit sain dans un corps sain ». Le fait d'inciter des jeunes élèves à se dépasser physiquement engendrera aussi, nous en sommes certains, de beaux résultats au niveau scolaire », ajoute madame Gisèle Godreau, présidente de la CSL.

Rappelons que l'un des engagements de la Commission scolaire des Laurentides est de procurer à tous les élèves un milieu sain, sécuritaire et propice à l'apprentissage. Cette collaboration avec l'organisme Fillactive en est d'ailleurs une preuve à la fois éloquente et inspirante.

-30-

Source : Stéphanie Fournelle-Maurice
Coordonnatrice
Service du secrétariat général et des
communications de la CSL
Tél. : 819 326-0333, poste 2006
secretariat.general@cslaurentides.qc.ca

Source : Marie-Claude Gauthier-Fredette
Conseillère aux communications
Fillactive / FitSpirit
Tél. : 450 430-5322, poste 107
Cell. : 438 868-1484
marie-claude.gauthierf@fillactive.ca