



COMMUNIQUÉ DE PRESSE  
*Diffusion immédiate*

## Près de 10 000 jeunes filles se mettent à la course à pied

### **Fillactive créé un engouement pour l'activité physique chez les adolescentes**

**Montréal, le 14 mai 2015** – Alors qu'à l'adolescence, 96% des jeunes filles n'atteignent pas le nombre d'heures d'activité physique par jour recommandé au Canada notamment par peur du jugement des autres et par manque d'estime de soi, un engouement nouveau se fait ressentir dans les écoles du Québec. C'est à tout le moins ce que les statistiques de la FitClub démontrent, ce programme d'entraînement mis en place par la fondation Fillactive. Avec ses 10 000 participantes, cinquante fois plus de filles qu'en 2009 (début de la FitClub) se sont inscrites au programme, celui-ci étant d'une durée de 8 à 10 semaines et réservé exclusivement aux filles.

Bien que les adolescentes représentent le segment de la population le plus inactif, le mouvement prend de plus en plus d'ampleur dans les écoles du Québec.

« Nous avons franchi le cap des 10 000 participantes au programme FitClub. Le nombre d'inscriptions double chaque année depuis le début de ce programme en 2009. C'est grandiose de les voir défiler à l'arrivée de la course, mais au delà du succès que connaissent cet événement et le programme d'entraînement qui le précède, ce qui nous réjouit particulièrement c'est le fait qu'elles poursuivent, dans 70% des cas, la pratique de l'activité physique après ce programme. Pour nous, c'est une indication claire qu'il y a un engouement grandissant et certain pour l'activité physique. C'est ce qui nous motive d'ailleurs plus que tout à continuer de développer de telles initiatives pour les filles afin de contribuer à faire en sorte que les statistiques de ce groupe d'âge s'améliorent », d'expliquer Claudine Labelle, fondatrice et présidente de Fillactive.

Aujourd'hui, elles ont d'ailleurs été plus de 2 700 à relever le défi de la FitClub, soit une course à pied de 5 ou 10 km qui s'est tenue au Parc Maisonneuve, à Montréal. « Au nom de tous ceux qui veulent faire de notre société, une société en forme et en santé, je salue toute l'équipe de Fillactive. Par la pertinence de ses programmes, cette fondation est un véritable catalyseur de la promotion des avantages et du plaisir découlant de la pratique d'activité physique chez les jeunes filles. Il faut voir les visages fiers et épanouis de ces filles pour comprendre à quel point la FitClub est une réussite. Elles ne font pas que simplement croiser le fil d'arrivée, elles surmontent certaines barrières qui les empêchaient de pratiquer une activité physique. Fillactive contribue réellement à une génération plus active et plus en santé et je les félicite », de préciser Julie Dostaler, directrice générale de Québec en Forme.

L'ambiance était à la fête certes, mais aussi au partage et à l'entraide! Pour l'occasion, les participantes étaient, entre autres, encouragées par la comédienne Catherine Proulx-Lemay, elle-même adepte de course à pied, et par Marie-Andrée Lessard, olympienne en volleyball de plage. L'événement s'est terminé sur une électrisante prestation du populaire groupe pop-rock québécois *Final State*.

### **Quelques chiffres**

En 2015, par l'entreprise de ses programmes, Fillactive touche un nombre record de 95 000 filles (depuis la fondation de l'organisme en 2007).

### **Participantes à la FitClub**

En 2015, près de 10 000 filles vont participer à une course organisée par Fillactive ou l'un de ses partenaires.

En 2014, 6 268 filles ont participé à une course organisée par Fillactive.

En 2013: 2100.

En 2012: 1125.

### **Écoles**

En 2015 : 160 écoles (90 au QC et 70 en ON)

En 2014 : 90 écoles (60 au QC et 30 en ON)

En 2013 : 54 écoles (45 au QC et 9 en ON - grève du personnel enseignant en Ontario cette année-là.)

À noter que 99% des écoles inscrites à la FitClub reviennent à coup sûr l'année suivante.

### **À propos de Fillactive**

Fillactive est une fondation qui a pour mission de faire découvrir aux adolescentes les avantages et le plaisir qui découlent de la pratique d'activité physique dans un environnement positif, valorisant et ouvert à toutes. Nous croyons que cet apprentissage leur permettra de développer de saines habitudes de vie fondées sur la réalisation de soi. Depuis sa fondation en 2007, Fillactive a fait bouger près de 95 000 adolescentes au Québec et en Ontario. Les activités de Fillactive sont rendues possibles grâce à l'appui de ses partenaires fondateurs, Saputo et TELUS, ainsi que de Québec en forme, partenaire de déploiement au Québec.

Rejoignez la conversation au **#GoLesFilles** sur Twitter!

**Pour plus de renseignements ou pour des entrevues, contactez :**

Marie Lemire

Directrice des communications

Fillactive

Cell. : 514 942-7010

Camille Asselin

Bureau : 514 507-6299

Cell. : 450 602-4002