



Pour diffusion immédiate

## **COMMUNIQUÉ**

### **LA SANTÉ PAR LE PLAISIR**

Ville Sainte-Marie, le 7 mai 2009 – À l'invitation des organisateurs du Salon Défi-Santé mariverain, la MRC de La Nouvelle-Beauce s'est engagé concrètement à relever le Défi 0/5/30.

Un magnifique défi pris avec enthousiasme et qui vise à améliorer la santé de nos citoyens et employés. En effet, la MRC a d'abord fait la promotion du Défi des municipalités auprès du conseil des maires en sollicitant leurs citoyens à bouger au cours de fins de semaine ciblées. Quelles municipalités, en proportion de sa population, a le plus patiné, fait de la raquette, participé à des activités en gymnase. C'est à voir, mais ç'a été stimulant, ç'a fait appel à la fierté beauceronne. La municipalité qui aura réussi à faire bouger le plus de ses citoyens sera parmi les participantes, à savoir qui de Frampton, de Scott, de Saint-Elzéar, de Saint-Isidore, de Sainte-Marie, l'initiatrice du Défi-Santé mariverain, ou encore de Vallée-Jonction gagnera. En réalité, la victoire est désirée, mais essentielle. Avoir fait bouger toute une population a été un grand plaisir et constitue un gain pour tous.

La deuxième action, le Défi aux entreprises, a été réalisée avec la collaboration du comité social des employés de la MRC de La Nouvelle-Beauce. Avoir des employés en forme et motivés, c'est gagnant. C'est la raison de cette participation au Défi 0/5/30 en offrant des collations santé, des conférences sur l'alimentation et l'activité physique en plus d'offrir des prix de participation à des centres d'activités physiques. Les employés ont adhéré avec plaisir et ont été animés du désir de prendre de meilleures habitudes alimentaires et de marcher lors des pauses autour du Centre administratif. Une belle marche de santé qui continue toujours.

Aussi, même notre directeur général, podomètre à la taille, ambitionne de faire toujours plus de pas afin de se positionner au Défi des patrons. C'est une belle façon de maintenir la forme malgré le grand nombre de rencontres et le stress vécu au quotidien.

Toutes ces actions qui visent de saines habitudes de vie, nous les devons aux organisateurs du Défi-Santé mariverain. C'est la bougie d'allumage essentielle à une prise en main. Nous tenons à les remercier.

Longue vie au Défi-Santé mariverain et au Défi 0/5/30. C'est pour la bonne cause, notre santé.

- 30 -

Source : Mario Caron, directeur général et secrétaire-trésorier  
Pour entrevue : Richard Lehoux, préfet  
Tél. : 418 387-3444  
[directiongenerale@nouvellebeauce.com](mailto:directiongenerale@nouvellebeauce.com)