

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

Journée nationale du sport et de l'activité physique **À Laval, on bouge... toute l'année!**

Laval, le 24 avril 2013 - Le 2 mai est la Journée nationale du sport et de l'activité physique : une occasion unique de découvrir et de redécouvrir le plaisir de bouger et de faire du sport, peu importe le lieu. À Laval, des activités s'étalent non pas sur une journée, mais sur deux fins de semaine. La Direction régionale de santé publique de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval et la Ville de Laval invitent les Lavalloises et Lavallois à bouger en participant **gratuitement** aux différentes activités les samedis 4 et 11 mai prochains, ainsi que le dimanche 12 mai!

Le coup d'envoi de cette 8^e édition aura lieu au Centre de la nature de Laval, le **samedi 4 mai** : canots, kayaks, ateliers de cirque et de karaté sportif, initiation au patin à roues alignées... il y en aura pour tous les goûts! Quant au **11 mai**, la population pourra participer à de nombreuses activités dans l'un des trois sites suivants : Parc de la Rivière-des-Mille-Îles, Bois de l'Équerre et Berge de la Plage-Jacques-Cartier. Activités d'hébertisme, randonnées pédestres, rabaska, jeux d'adresse, pêche en herbe, chasse aux trésors et bien plus encore vous attendent! Enfin, le **12 mai**, la population pourra participer à des activités de planche à roulettes, de *break dance* et de basketball. C'est un rendez-vous!

L'importance de créer des environnements favorables

« Pour faire bouger un plus grand nombre de la population, il faut des environnements favorables à la pratique de loisirs et de déplacements actifs. C'est pourquoi tous les acteurs de tous les milieux (scolaire, municipal, gouvernemental, etc.) doivent y travailler », indique M. Silvio Manfredi, coordonnateur promotion-prévention par intérim à la Direction régionale de santé publique.

Dans ce contexte, la Journée nationale du sport et de l'activité physique et ses fins de semaine actives permettent de multiplier les occasions de participer à des activités physiques et sportives. De plus, tout au long de la semaine, des activités sont planifiées dans les écoles primaires de la région.

Une programmation dynamique

Pour connaître l'ensemble de la programmation, visitez le portail Internet de la Ville de Laval (www.ville.laval.qc.ca) ou les sites Internet de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval (www.lavalensante.com et www.0530laval.com).

Rappelons que la tenue de la Journée nationale du sport et de l'activité physique est rendue possible grâce à la collaboration de plusieurs partenaires, dont Sports Laval et le Groupe Promo Santé.

La Direction régionale de santé publique contribue à l'élaboration et au soutien financier de l'ensemble de la programmation régionale dans le cadre du déploiement de son programme 0•5•30. Ce dernier vise à faciliter les choix santé afin que chaque Lavallois puisse appliquer quotidiennement les principes de : 0 fumée de tabac, 5 portions de fruits et légumes et 30 minutes d'activité physique.

– 30 –

Renseignements :

Stéphanie Daigneault
Conseillère en communication
Direction régionale de santé publique
Agence de la santé et des
services sociaux de Laval
450 978-2121, poste 2025

Judith Farrell
Agente d'information
Division des communications et
des relations avec les médias
Ville de Laval
450 978-6888, poste 4332

Autres partenaires :

