



## **Virage santé : Une cinquième année pour l'Escouade santé 0 – 5 – 30 dans la MRC**

Bois-des-Filion, le 25 mai 2016 - La MRC de Thérèse-De Blainville entreprend, pour une cinquième année consécutive, le programme de l'Escouade santé 0 – 5 – 30. Comme l'an dernier, la ville de Sainte-Anne-des-Plaines agira comme ville hôte en assurant la coordination et la gestion de ce programme. Elle sera assistée de la Ville de Lorraine. La MRC les remercie pour leur engagement.

0 cigarette, 5 fruits et légumes et 30 minutes d'activité physique, chaque jour, demeurent les objectifs à rencontrer et qui seront soumis aux jeunes et moins jeunes citoyennes et citoyens de la MRC. Ainsi, en s'appuyant sur les événements de petite et de grande envergure dans chacune des villes de la MRC, l'Escouade santé 0 – 5 – 30 réalisera durant l'été une série d'interventions dans le but d'amener les gens à développer de saines habitudes alimentaires et un mode de vie physiquement actif.

L'Escouade ira donc rencontrer les citoyennes et citoyens de tous les âges dans les parcs et terrains de jeux, durant les spectacles et fêtes populaires, dans les camps de jour et les compétitions, bref, partout où il y aura une opportunité d'échanger avec le plus grand nombre.

La MRC et chaque ville ont la responsabilité de veiller à la santé et à la sécurité de tous à travers un environnement agréable et des mesures de protection, mais aussi à travers la promotion de comportements sains et d'un mode de vie respectueux des besoins physiologiques. Une population en santé est une population qui peut consacrer toutes ses ressources et ses énergies à bâtir un milieu de vie en constante amélioration. Avec cette initiative de l'Escouade 0-5-30, c'est une petite brique supplémentaire qui est posée dans la construction de ce grand édifice social qu'est notre milieu de vie. Le message est simple et les habitudes à prendre sont relativement peu exigeantes, mais les résultats peuvent être étonnants et représenter des années de vie en bonne santé.

La MRC et l'Escouade 0 – 5 – 30 invitent donc la population à profiter de l'été pour prendre, si ce n'est déjà fait, un virage santé.

- 30 -

Source : Kamal El-Batal, Directeur général et Secrétaire trésorier  
MRC de Thérèse-De Blainville  
450-621-5546