



**INSTITUT DE
CARDIOLOGIE
DE MONTRÉAL**

AFFILIÉ À
Université de Montréal



Communiqué de presse **Pour diffusion immédiate**

Lancement du concours Lève-toi et bouge :

Pierre Lavoie rassemble enfants et aînés pour un grand workout collectif au Centre ÉPIC de l'Institut de Cardiologie de Montréal

Montréal, 5 mai 2011 – Ce matin, à l'occasion de la Journée nationale du sport et de l'activité physique, le Centre de médecine préventive et d'activité physique (Centre ÉPIC) de l'Institut de Cardiologie de Montréal (ICM) a eu l'honneur de recevoir Pierre Lavoie, les personnalités sportives Josée Lavigueur, Nathalie Lambert, Eric Lapointe, ainsi que de nombreux membres du Centre ÉPIC et tous les élèves de l'école primaire Alphonse-Desjardins pour le lancement officiel du concours Lève-toi et bouge.

Le Centre ÉPIC a été l'hôte d'un grand workout collectif diffusé simultanément dans toute la province sur les ondes de la radio. L'activité a remporté un vif succès et des milliers d'étudiants d'écoles primaires du Québec ont participé avec enthousiasme à cet entraînement original leur permettant d'amasser un cube énergie dans le cadre du concours Lève-toi et bouge du Grand défi Pierre Lavoie.

La participation à ce grand projet mobilisateur croît année après année et traduit un vaste mouvement de société pour prendre sa santé en mains en bougeant plus et en adoptant de saines habitudes de vie. « Nous sommes très heureux de voir à quel point les jeunes de toutes les régions du Québec, encouragés par leurs professeurs et leurs parents, ont décidé de relever ce défi et tenons à les féliciter chaleureusement » a déclaré le Dr Martin Juneau, directeur de la prévention de l'ICM, directeur du Centre ÉPIC et professeur de médecine à l'Université de Montréal.

« L'Institut de Cardiologie de Montréal et le Centre ÉPIC nous accompagnent depuis le tout début, nous visons les mêmes objectifs en ce qui a trait à la prévention et la promotion des saines habitudes de vie » a déclaré Pierre Lavoie. « Le fruit de leurs recherches et la publication de statistiques alarmantes reliées à la sédentarité et la malbouffe ont éveillé notre désir de passer à l'action et de mettre sur pied le Grand défi. Je veux les remercier pour cela, et aussi, d'avoir contribué à faire cette journée un succès » a-t-il ajouté.

Deux équipes de l'Institut de Cardiologie de Montréal participeront au Grand défi Pierre Lavoie

Comme la promotion des saines habitudes de vie véhiculée à travers le Grand défi Pierre Lavoie est également au cœur de la mission prévention de l'ICM, il allait de soi pour l'Institut de Cardiologie de Montréal et son Centre de médecine préventive, ÉPIC, de participer à l'événement du 1 000 kilomètres. Deux équipes de cinq personnes enfourcheront donc avec plaisir leurs vélos pour cette belle cause le 17 juin prochain et mettrons l'épaule à la roue, à la fois pour soutenir la recherche, élément clé de l'avancement du traitement des maladies cardiovasculaires que pour promouvoir l'activité physique.

« Puisqu'on estime aujourd'hui qu'environ 80 % des maladies cardiovasculaires ainsi qu'une portion importante de cancers pourraient être évités en adoptant de saines habitudes de vie, nous espérons que cet immense succès populaire soit une source de motivation pour tous les Québécois, jeunes et moins jeunes, à continuer à bouger plus et à manger mieux pour être en santé » a conclu le D^r Juneau qui siège également au conseil d'administration du Grand défi Pierre Lavoie.

À propos de l'Institut de Cardiologie de Montréal : www.icm-mhi.org

— 30 —

Renseignements :

Julie Chevette
Conseillère en communication
Institut de Cardiologie de Montréal
Tél. : 514 376-3330, poste 2641
julie.chevette@icm-mhi.org