

Communiqué de presse

Pour diffusion immédiate

« L'école Jean-Gauthier adhère au programme "Fillactive" »

Alma, le lundi 13 novembre 2017 – L'école secondaire Jean-Gauthier de la Commission scolaire du Lac-Saint-Jean adhère au programme « Fillactive ». Ce dernier aide les filles de 12 à 17 ans à adopter un mode de vie sain et actif dans un environnement valorisant.

« À l'adolescence une fille sur deux abandonne le sport et à la fin du secondaire 9 filles sur 10, ne répondent pas aux normes canadiennes en matière d'activité physique. C'est, entre autres, pour contrer ces statistiques que nous avons décidé d'adhérer au programme, mais aussi pour inciter les filles à bouger pour le plaisir, entre amies, tout simplement » souligne Mme Mélissa Gobeil, enseignante à l'école Jean-Gauthier et l'une des investigatrice du projet.

Les quatre valeurs du programme, sur lesquelles l'équipe-école misera pour faire vivre « Fillactive » dans leur école, sont les suivantes :

- L'estime de soi
- L'entraide
- Le plaisir
- Le dépassement de soi

2 volets d'activités

Le premier volet, qui se déroulera jusqu'en mars, consiste à faire découvrir, entre amies, divers sports aux jeunes filles. Elles auront donc la chance d'expérimenter différentes activités physiques tous les mercredis midis.

Pour le 2^e volet, qui se déroulera au printemps, les « Fillactives » se préparent à la réalisation d'un grand défi personnel sportif. Pendant 8 à 10 semaines, elles s'entraîneront progressivement afin de participer à la course de 5 ou 10 km qui aura lieu à Québec au mois de mai 2018. Lors de l'événement, toutes les « Fillactives » du Québec seront présentes. Cette expérience vise la valorisation de l'activité physique et une fois de plus le bonheur de la pratiquer entre filles. En aucun moment, durant l'aventure, la performance ne sera mise de l'avant. Cependant, le plaisir, le sentiment d'avoir tout donné et d'être fière de soi le seront!

Lors du lancement lundi, les jeunes filles de l'école ont pu assister à une conférence inspirante de Laurence Bouchard, ancienne élève de l'école et athlète canadienne d'aviron.

Pour la première année, comme le programme est en implantation, le nombre d'inscriptions doit se limiter à 30 filles au coût annuel de 20 \$. Le début des activités est prévu au 22 novembre 2018! L'équipe-école est confiante que le nombre d'inscriptions pourra augmenter dès l'année prochaine. Elle est également fière de mettre sur pied ce programme et est impatiente de voir les résultats positifs de cette expérience chez les jeunes filles de son école!

-30-

Source :

Véronique Leclerc

Conseillère en communication, CSLSJ

418 669-6000 | p. 5205

veronique.leclerc@cslsj.qc.ca