



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

Passons à l'action, relevons le Défi Santé 5-30

Saint-Georges, le 6 mars 2007 - Les intervenantes en promotion des saines habitudes de vie du Centre de santé et de services sociaux de Beauce (CSSSB) invitent la population beauceronne à relever le Défi 5-30.

Pour ce faire, il suffit, à chaque jour, de consommer un minimum de 5 fruits ou légumes et de faire 30 minutes d'activité physique d'intensité modérée.

Tout au long du mois de mars, une infirmière agente de promotion des saines habitudes de vie du CSSSB fera une tournée des marchands IGA de la région qui collaborent au Défi pour inciter petits et grands à prendre en main leur santé.

Secteur de la MRC Beauce-Sartigan

8 mars (9 h à 15 h 30)	Marché IGA Extra de Saint-Georges
16 mars (9 h à 15 h 30)	Marché IGA Roger Rodrigue de Saint-Georges Ouest
22 mars (9 h à 15 h 30)	Marché Coop IGA de Saint-Gédéon
30 mars (9 h à 15 h 30)	Marché IGA de Saint-Ephrem

Secteur de la MRC Robert-Cliche

22 mars (9 h à 15 h 30)	Marché IGA Pierre Jobidon de St-Joseph
29 mars (9 h à 15 h 30)	Supermarché Labbé IGA de Beauceville

Le Défi 5-30 est un moyen facile d'améliorer son bien-être et de réduire les risques de souffrir de maladies chroniques.

«Avec vous... pour bâtir ensemble une communauté responsable de sa santé !», le CSSSB vous encourage à relever le Défi.

- 30 -

Source : Martine Michaud
Service des communications
228-2031, poste 7340
martine.michaud.csssbeauce@ssss.gouv.qc.ca