



## Saines habitudes de vie



### Projet :

## Le grand défi Pierre Lavoie

Initiative de : Pierre Lavoie



### Description du projet :

**Le Grand défi Pierre Lavoie s'est donné pour mission d'encourager les jeunes à adopter de saines habitudes de vie.**

Pour atteindre cet objectif, ils mobilisent le milieu scolaire québécois afin d'amener les jeunes à choisir un mode de vie plus sain sur une base régulière de façon à ce que ces habitudes deviennent la norme pour les générations de demain. Parallèlement, ils cherchent à sensibiliser les parents à l'importance d'un mode de vie plus sain pour la santé de leur enfant et, forcément, pour leur propre santé.

Le Grand défi Pierre Lavoie, dont le coup d'envoi a été donné en novembre 2008, est le plus important événement santé jamais organisé dans la province

### Comment y participer?

Il y a plusieurs façons de prendre part à cet important mouvement santé qu'est le Grand défi Pierre Lavoie : comme participant au concours, cycliste, bénévole ou accompagnateur.

**À l'école**, c'est aux professeurs ou aux directeurs d'une école primaire de prendre l'initiative d'inscrire leur établissement au concours Lève-toi et bouge ! L'inscription se fait sur le site [LeveToietBouge.com](http://LeveToietBouge.com) dans la section dédiée aux professeurs (Zone des profs).

### Pour en savoir plus :

<https://www.legdpl.com/le-grand-defi/lorganisme-go-le-grand-defi>



Le grand défi Pierre Lavoie  
Téléphone : (450) 641-6669  
Courriel : [info@legdpl.com](mailto:info@legdpl.com)