

Pour diffusion immédiate

Une belle occasion de bouger en famille
**Le maire suppléant de Brossard participe
au *Rendez-vous Défi Santé***

Brossard, le 13 avril 2017 – Le maire suppléant de Brossard, Daniel Lucier, accompagné de Serge Séguin, conseiller municipal, a participé au *Rendez-vous Défi Santé* présenté par Cardio Plein Air. Cet événement sportif et accessible à tous s'est déroulé le 2 avril dernier, au parc Radisson.

Monsieur Lucier a été enchanté de prendre part à cet entraînement de 60 minutes se tenant simultanément dans plus de 50 villes et arrondissements du Québec. Axé sur les saines habitudes de vie, ce rassemblement prône la santé et le bien-être des citoyens.

Depuis 2005, le *Défi Santé* invite chaque année les Québécois à atteindre trois objectifs :

- Manger au moins 5 portions de fruits et légumes par jour
- Bouger au moins 30 minutes par jour
- Dormir mieux

Rappelons que le *Défi Santé* a débuté le 30 mars et prendra fin le 10 mai.



Robert Michaud, participant, Marc-André Simon, représentant de Cardio Plein Air, Daniel Lucier, maire suppléant de Brossard et conseiller municipal (secteurs M-N), Marilyn Leduc, participante et Serge Séguin, conseiller municipal (secteurs P-V).

– 30 –

Source : Direction des communications
Ville de Brossard
450 923-6311