

Les parents encouragés à promouvoir l'exercice physique et la saine alimentation chez leurs enfants



par **Kristina Brazeau**

[Voir tous les articles de Kristina Brazeau](#)

Article mis en ligne le 24 mars 2010 à 0:05

[Soyez le premier à commenter cet article](#)

Une campagne de promotion de la santé propre à la région de Champlain visant à encourager les parents à créer davantage d'occasions d'activités physiques et d'alimentation saine pour leur famille sera lancée ce samedi au YMCA de Clarence-Rockland. D'après une étude réalisée par le Réseau de prévention des maladies cardiovasculaires de la région de Champlain (CCPN), il existe un écart entre les perceptions des parents et la réalité en ce qui concerne le poids, le niveau d'activité physiques et les habitudes alimentaires de leurs enfants.

La plupart des parents de la région de Champlain estime que leur enfant affiche un poids santé et est physiquement actif sur une base régulière, mais les conclusions d'organisations nationales comme Statistique Canada n'appuient pas ces perceptions.

La campagne *Savoir plus, Faire plus* vise à sensibiliser les parents quant à cet écart de connaissances.

Trois événements de lancement auront lieu dont celui de samedi où des familles participantes à la campagne lanceront des défis à d'autres familles. Les experts du CCPN partageront les résultats des recherches. Des activités pour les enfants, des collations saines et des conseils de vie active et en santé auront lieu et seront promulgués. Le lancement à Rockland aura lieu entre 10h30 et 11h. **(K.B.)**

