



INSTITUT UNIVERSITAIRE  
DE CARDIOLOGIE  
ET DE PNEUMOLOGIE  
DE QUÉBEC

**COMMUNIQUÉ**

**Pour diffusion immédiate**

### **Grand défi Pierre Lavoie**

## **QUATORZE ÉQUIPES DE QUÉBEC PÉDALERONT ENTRE LE SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN ET MONTRÉAL**

**Québec, le 25 mai 2009** – L'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec – IUCPQ (Hôpital Laval) est fier de s'associer au Grand défi Pierre Lavoie en formant deux équipes qui participeront à l'événement du 1 000 kilomètres et en incitant les jeunes à bouger et à adopter de saines habitudes de vie.

Ces équipes ont été révélées en présence de M. Pierre Lavoie lors d'une journée de sensibilisation organisée par l'IUCPQ afin de promouvoir l'exercice physique et la bonne alimentation auprès des jeunes et de leurs familles, cause défendue par le Grand défi. « Cette collaboration est toute naturelle puisque l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec est un centre tertiaire spécialisé en cardiologie, en pneumologie et en obésité. Les problèmes de santé qui y sont traités découlent souvent de problématiques reliées aux saines habitudes de vie », a déclaré Dr Denis Richard, directeur du Centre de recherche de l'Institut.

Afin de pousser leur implication au maximum, 10 membres du personnel de l'Institut et du Centre de recherche ont formé deux équipes qui pédaleront entre le Saguenay-Lac-Saint-Jean et Montréal, le 12 juin prochain. Ces cyclistes s'ajouteront aux 12 autres équipes de la région de Québec qui posent le geste pour financer la recherche sur les maladies orphelines, des maladies rares dont peu de gens sont touchés et dont l'offre de traitement est limitée. Le défi permet aussi de promouvoir les saines habitudes de vie.

### **Faire bouger les jeunes, une priorité!**

L'Institut a aussi voulu sensibiliser directement des élèves du primaire qui participent au Grand défi. Les jeunes présents ont pu profiter de la présence de la populaire caravane, centre névralgique du Grand défi et véritable terrain de jeu. Cette caravane abrite 16 vélos stationnaires, tous équipés d'ordinateurs simulant des courses. Ces jeunes ont aussi visité le Pavillon de prévention des maladies cardiaques (PPMC) où des kinésiologues leur avait préparé un amusant rallye pour les faire bouger et où des nutritionnistes les ont aidé à développer leurs talents de cuisinier lors d'un atelier culinaire.

« Des journées comme celle que nous avons organisée en partenariat avec le Grand défi Pierre Lavoie sont primordiales pour donner aux jeunes le goût de bouger et de bien manger. Si nous inculquons ces valeurs dès le plus jeune âge, il nous sera possible de diminuer les coûts sociaux afférents à de mauvaises habitudes de vie », a conclu Dr Richard.

### **À propos du Grand défi Pierre Lavoie**

Le Grand défi Pierre Lavoie est un « happening santé » qui s'adresse aux 445 000 élèves des écoles primaires du Québec. En plus du défi cycliste de 1 000 kilomètres où 500 personnes pédalent entre le Saguenay–Lac-Saint-Jean et Montréal, le Grand défi Pierre Lavoie a été lancé par une tournée de la caravane dans les écoles afin d'encourager les jeunes à participer au concours « Lève-toi et bouge ».

Au départ, Pierre Lavoie a décidé de se battre contre l'acidose lactique qui a emporté deux de ses enfants. Depuis, il se charge de promouvoir les saines habitudes de vie et la bonne alimentation en prêchant par l'exemple. Il a notamment remporté l'Ironman d'Hawaï à trois reprises dans sa catégorie.

-30-

Source et renseignements :

#### **Pour l'Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec (Hôpital Laval)**

Joël Clément  
Adjoint au directeur général  
Responsable des communications et des relations publiques

Téléphone : (418) 656-4932  
Courriel : [joel.clement@ssss.gouv.qc.ca](mailto:joel.clement@ssss.gouv.qc.ca)  
Internet : [www.iucpq.qc.ca](http://www.iucpq.qc.ca)

#### **Pour le Grand défi Pierre Lavoie**

Geneviève Lebrun  
Téléphone : (514) 206-2106  
Courriel : [genevieve@legdpl.com](mailto:genevieve@legdpl.com)  
[www.legrandepierrelavoie.com](http://www.legrandepierrelavoie.com)