



**Commission scolaire  
des Hauts-Bois-de-l'Outaouais**

# Communiqué

*Pour publication immédiate*



**Marie-Pierre Bergeron (gestionnaire des programmes communautaires au CLSC de Gracefield et de Low, pour le Centre de santé et de services sociaux de la Vallée de la Gatineau), Sylvie Martin (directrice générale du Centre de santé et de services sociaux de la Vallée de la Gatineau), Pierre Lavoie, Diane Nault (présidente de la CSHBO), Marise Veilleux (commissaire de la CSHBO), Isabelle Lebeau (directrice du poste de Maniwaki de la SQ), Pascal Rheault (directeur du poste de Campbell's Bay de la SQ), Janique Lachapelle (commissaire de la CSHBO) et Harold Sylvain (directeur général de la CSHBO).**



**Pascal Rheault (directeur du poste de Campbell's Bay de la SQ), Guylaine Marcil (commissaire de la CSHBO et représentante du Centre de santé et de services sociaux du Pontiac), Pierre Lavoie, Diane Nault (présidente de la CSHBO), Isabelle Lebeau (directrice du poste de Maniwaki de la SQ) et Harold Sylvain (directeur général de la CSHBO).**



**À la fin de la conférence, M. Lavoie a fait monter sur scène des membres du public qui avaient déjà participé à des éditions de la randonnée de mille km avec lui.**

## GRAND DÉFI PIERRE LAVOIE

# **L'Outaouais se donne le défi d'inscrire 60% des écoles primaires**

**GATINEAU, LE 4 OCTOBRE 2011-** Les représentants du milieu scolaire de l'Outaouais, à l'issue d'une vibrante conférence donnée par l'athlète bien connu Pierre Lavoie, se sont donnés le défi cette année d'inscrire 60 % des écoles primaires au Grand Défi Pierre Lavoie.

Depuis trois ans, le Grand Défi Pierre Lavoie suscite l'engouement des jeunes de toute la province, par le biais du programme *Lève-toi et bouge*, tenu au mois de mai et permettant aux écoles gagnantes d'accéder à la Grande récompense. Et l'introduction du programme *Aiguise ta matière grise*, en novembre, promet d'augmenter encore davantage l'impact de cet événement.

Il y a quelques semaines, le 24 août, M. Lavoie a livré une conférence sur ces thèmes devant l'ensemble du personnel de la Commission scolaire des Hauts-Bois-de-l'Outaouais. Il y a affirmé que l'Outaouais est, avec la région montréalaise, l'un des rares endroits où le Grand défi a de la difficulté à s'implanter.

L'information n'est pas tombée dans l'oreille d'un sourd et le directeur général de la CSHBO, Harold Sylvain, a entrepris des démarches pour rectifier les choses. Il a discuté de la situation avec les autres directeurs généraux des commissions scolaires et la décision a été prise d'organiser une grande conférence régionale, destinée au personnel des cinq commissions scolaires de l'Outaouais. L'objectif : mobiliser le personnel pour que l'Outaouais se joigne au mouvement et participe pleinement au Grand Défi Pierre Lavoie.

La conférence régionale a eu lieu à l'auditorium de la polyvalente Nicolas-Gatineau, le lundi 3 octobre, devant près de 250 personnes, représentant la Commission scolaire des Draveurs, la Commission scolaire des Portages-de-l'Outaouais, la Commission scolaire au Cœur-des-Vallées, la Commission scolaire Western Quebec et la Commission scolaire des Hauts-Bois-de-l'Outaouais. Le public comprenait des directions d'établissement et des enseignants, mais aussi des commissaires, des parents, des élus et des représentants des partenaires (Sûreté du Québec, Centres de santé et de services sociaux, Québec en forme, etc.).

Pendant presque deux heures, M. Lavoie a su captiver son auditoire et a livré un message aussi émouvant que motivant, tout en présentant les divers programmes et événements qu'il a contribué à mettre sur pied. «Toutes les études montrent que ce sont nos habitudes de vie qui conditionnent notre état de santé. Si nous voulons vivre plus longtemps et avoir une meilleure qualité de vie, il est important de développer de saines habitudes de vie : manger des fruits et des légumes, faire de l'exercice, ne pas fumer, etc.», de dire M. Lavoie.

Il a aussi insisté sur l'importance de l'éducation pour assurer le développement du Québec. «L'éducation n'arrive qu'au deuxième rang des dépenses budgétaires du Québec, derrière la santé, mais c'est pourtant le domaine qui a le plus d'impact. Une population bien éduquée a plus de chances d'être en bonne santé et d'assurer son avenir économique», de dire M. Lavoie.

Dans le domaine de l'éducation, les enseignants et les autres intervenants du secteur ne doivent pas travailler en vase clos et ne doivent pas non plus avoir l'impression que le reste de la société ne les aide pas. Au contraire, ils doivent avoir le soutien actif des parents et de l'ensemble de la communauté et c'est précisément l'objectif que M. Lavoie espère atteindre en s'efforçant de mobiliser la population. «Il faut que toute la société s'implique», a-t-il dit.

### **Pierre Lavoie et son parcours**

Fier résident du Saguenay/Lac-St-Jean, M. Lavoie a porté bien des chapeaux au cours de sa vie professionnelle. Il a été tour à tour mécanicien automobile, papetier et opérateur de pont-roulant dans une aluminerie, avant de travailler dans un hôpital pendant quatre ans, aux côtés d'une équipe de chercheurs en génétique, puis de prononcer des conférences aux quatre coins du Québec. Athlète accompli, il a aussi participé neuf fois au célèbre triathlon *Ironman*, d'Hawaï, qu'il a remporté à trois reprises.

L'événement central de sa vie, toutefois, celui qui est à l'origine de toute sa démarche, c'est incontestablement la perte tragique de deux de ses enfants il y a une douzaine d'années. Sa fille Laurie est décédée à l'âge de quatre ans, puis son fils Raphaël est mort à l'âge de vingt mois, tous deux emportés par l'acidose lactique, une maladie qui fait des ravages au sein de la population de sa région natale. Ces décès ont déclenché une prise de conscience et l'ont amené à passer à l'action. Il a lancé le Défi Pierre Lavoie, une activité cycliste qui visait à récolter des fonds pour mettre en place une équipe de chercheurs et identifier les gènes responsables de cette maladie. Après quelques années, l'initiative s'est soldée par un succès et par la création de tests de dépistage.

En 2008, le Défi Pierre Lavoie a pris une autre tournure et est devenu le Grand Défi Pierre Lavoie, une randonnée de mille kilomètres, de Saguenay à Montréal, combiné avec un programme de mobilisation des élèves du primaire : *Lève-toi et bouge*. La randonnée réunit des centaines de cyclistes qui parcourent le Québec en tout sens, de Saguenay à Québec, puis à Drummondville, Trois-Rivières, Laval et Gatineau, avant de faire leur entrée au Stade olympique.

Le Stade olympique compte un volume total de 1 866 000 mètres cubes. Chaque mètre cube représente un cube-énergie et les élèves des écoles qui participent à *Lève-toi et bouge* sont invités à créer assez de cubes-énergie pour remplir le Stade olympique, à raison d'un cube par quinze minutes d'activité physique, pendant un mois (mai). Comme les élèves peuvent se faire aider par leurs parents pour créer des cubes-énergie, le programme fait en sorte que les parents sont encouragés à s'impliquer et à travailler de concert avec les enseignants.

Le programme s'inspire de trois grands principes : «Bouger plus, manger mieux, aimer l'école» et il a remporté un grand succès auprès des jeunes. Le nombre total de cubes-énergie a grimpé de 15 millions en 2008 à 22 millions en 2009, puis à 37 millions en 2010. Cette année-là, 933 écoles primaires ont participé au programme, soit à peu près la moitié des écoles du Québec. Le Stade olympique, site de la Grande récompense, le rassemblement des écoles gagnantes (une par région), et lieu d'arrivée de la randonnée de mille kilomètres, a été envahi par plus de 5 000 élèves et 1 000 accompagnateurs.

Un deuxième programme, *Aiguise ta matière grise*, est en préparation : il vise à faire travailler la cervelle, en plus des muscles. Après avoir fait l'objet d'expériences-pilotes en 2010, il sera introduit cette année, au mois de novembre. «Il y a quarante

façons différentes de faire des cubes-matière grise et, ici aussi, les parents sont invités à s'impliquer et à aider leurs enfants», de dire M. Lavoie.

-30-

Source : M. Charles Millar  
Coordonnateur du service de l'information et des communications  
Commission scolaire des Hauts-Bois-de-l'Outaouais  
1 (819) 449-7866, poste 16239  
Site Internet : [www.cshbo.qc.ca](http://www.cshbo.qc.ca)