



## Promouvoir l'activité physique avec *Plaisirs d'hiver*

**Sherbrooke, le 18 janvier 2010**– Jusqu'au 29 mars prochain se tiendra l'édition 2010 de *Plaisirs d'hiver*, qui vise à promouvoir l'activité physique hivernale en suscitant la participation des familles, en les informant des événements sportifs qui ont lieu dans la région.

*Plaisirs d'hiver* se veut une excellente occasion d'initier les jeunes et leur famille à des exercices hivernaux divertissants ou de redécouvrir le plaisir éprouvé lors de la pratique de ces sports : patinage, ski de fond, raquette, glissade, hockey, etc. Des activités simples, peu coûteuses et accessibles permettront à tous de profiter pleinement des joies de l'hiver et de passer du bon temps en famille.

Être actif peut être difficile durant la période hivernale. En créant un environnement convivial et en utilisant des installations sportives déjà établies dans la région, *Plaisirs d'hiver* vise à faire bouger petits et grands, en les amenant à jouer dehors!

Pour la programmation complète des activités ou pour consulter de précieuses chroniques d'hiver, consultez le [www.mels.gouv.qc.ca/plaisirshiver](http://www.mels.gouv.qc.ca/plaisirshiver).

- 30 -

Source : Yan Quirion  
Service de la performance,  
de la qualité et des communications  
819 829-3400, poste 42007

