

DÉFI MÈRE / FILLACTIVE

présenté par  Sun Life

COMMUNIQUÉ DE PRESSE Pour diffusion immédiate

5^e édition du Défi Mère/Fillactive

UN WEEKEND D'ACTIVITÉS ENTRE MÈRES ET FILLES POUR LA SANTÉ ET LE BIEN-ÊTRE DES ADOLESCENTES!

Montréal, le 16 août 2022 – Fillactive est heureuse d'annoncer que 1 368 mères et filles ont participé au Défi Mère/Fillactive présenté par la Sun Life des 13 et 14 août derniers. Cette 5^e édition qui invitait les participantes à courir, à marcher ou à rouler un total de 20, 30 ou 40 km ou plus en équipe, en deux jours, a permis à Fillactive d'amasser 300 000 \$ afin qu'un plus grand nombre d'adolescentes puissent adopter un mode de vie sain et actif à long terme.

Une programmation de huit semaines pour un défi réalisé avec succès et dans le plaisir

En vue de réaliser leur défi avec succès, mais surtout dans le plaisir, l'équipe de Fillactive proposait aux participantes un calendrier de huit semaines bien rempli qui s'échelonnait du lundi 20 juin au vendredi 12 août :

- des programmes d'entraînement à la course, à la marche ou à vélo préparés par [La Clinique Du Coureur](#) et Isabelle Gagnon, kinésiologue;
- des séances d'entraînement gratuites en personne dans un parc, en visioconférence ou en balado offertes par Cardio Plein Air;
- de petites vidéos tournées par une kinésiologue proposant quelques exercices musculaires complémentaires;
- un accès en tout temps à une nutritionniste et une kinésiologue pour répondre à leurs questions en lien avec l'alimentation et l'activité physique;
- un défi hebdomadaire proposé sous la forme d'une capsule vidéo;
- un groupe de partage privé Facebook;
- et la possibilité de participer à divers concours pour courir la chance de gagner de merveilleux prix!

Des femmes influentes qui se mobilisent pour la santé des adolescentes

39 femmes d'affaires québécoises influentes et motivées à faire une différence dans la vie des adolescentes ont uni leurs voix dans le cadre de cette 5^e édition du Défi Mère/Fillactive. Ensemble, ces leaders ont exercé une influence positive sur les femmes de leur réseau en les invitant, elles aussi, à se mettre en action et à participer, accompagnées de leur.s fille.s ou de leur mère, au Défi Mère/Fillactive.

Pour la liste des leaders 2022 et découvrir leur portrait respectif : fillactive.ca/defi

« Je me réjouis de constater qu'après 5 ans notre Défi Mère/Fillactive rejoint toujours autant de mères et de filles qui souhaitent être actives tout en partageant de merveilleux moments ensemble. Et que dire de notre cohorte de leaders et de la Sun Life, notre partenaire présentateur de l'événement depuis 2 ans, qui se mobilisent afin de promouvoir l'activité physique auprès des adolescentes. Fillactive est choyée d'avoir à ses côtés une communauté aussi engagée qui croit en nos projets pour la santé et le bien-être des jeunes filles », déclare Claudine Labelle, présidente fondatrice de Fillactive.

« Encore cette année, Fillactive s’est surpassée dans son mandat de faire bouger nos filles! Nous sommes très fiers d’être impliqués dans ce Défi. L’activité physique est un ingrédient clé qui permet à nos jeunes filles de pleinement s’épanouir. La Sun Life s’investit dans plusieurs initiatives pour accompagner les jeunes filles – et leurs mamans – dans leur cheminement vers un bien-être physique et mental optimal. Bravo aux milliers de participantes qui ont répondu à l’appel cet été », a déclaré Christine Potvin, vice-présidente, Centre Solutions Clients, Sun Life.

Remerciement aux partenaires

Présentateur officiel : Sun Life

Argent : Banque Nationale, Beneva, Cardio Plein Air, CBC/Radio-Canada Solutions Média, Groupe Banque TD, KSL

Bronze : Air Canada, Alimentation Couche-Tard, Banque Scotia, BDC, BMO Banque de Montréal, BRP, Casacom, Desjardins, Deloitte, Énergir, Événements Harricana, EY, HammerSmith Services-Conseils, Henkel Média, Hill+Knowlton Stratégies, HSBC Canada, Hydro-Québec, Ivanhoé Cambridge, Jarislowsky, Fraser Limitée, L’effet A, Lowe’s Canada, Média Experts, Medcart, Musée des beaux-arts de Montréal, Nespresso Canada, Oakley, Point Cardinal, Port de Montréal, Promutuel Assurance, Québecor Média, RBC Banque Royale, Saputo, SuccessFinder, TANK Worldwide, TELUS

À propos de Fillactive

Fillactive est un organisme de bienfaisance basé au Québec dont la mission est d’amener les adolescentes à être actives pour la vie, en les invitant à pratiquer le sport et l’activité physique autrement. Elle déploie son offre de services sous forme d’activité parascolaire dans 230 écoles secondaires au Québec et rejoint annuellement plus de 6 000 adolescentes âgées de 12 à 17 ans. Fillactive a eu un impact positif auprès de plus de 200 000 filles depuis sa fondation en 2007. Pour en savoir plus, visitez fillactive.ca.

La Sun Life dans la collectivité

La Sun Life a à cœur de bâtir des collectivités saines et durables pour la vie. Le mieux-être des collectivités est un aspect important de l’engagement de la Sun Life en matière de durabilité. Elle croit qu’en soutenant activement les collectivités dans lesquelles ses Clients, employés, conseillers et actionnaires vivent et travaillent, elle peut aider à créer un environnement favorable pour eux. Elle concentre son soutien philanthropique dans les domaines de la santé, avec un accent particulier mis sur le diabète (sensibilisation, prévention et soins). La santé mentale est aussi une priorité, comme en témoigne le soutien apporté aux programmes et aux organisations axés sur la résilience et les capacités d’adaptation.

La Sun Life forme également des partenariats avec des équipes et des associations sportives dans certains marchés clés afin de soutenir son engagement à promouvoir une vie saine et active. Les employés et les conseillers de la Sun Life sont très fiers d’accomplir chaque année plus de 16 000 heures de bénévolat et ainsi de contribuer à rendre plus radieuse la vie d’innombrables personnes et familles partout au Canada. [Apprenez-en plus sur la Sun Life dans la collectivité.](#)

– 30 –

Source : Élise Hofer
Directrice, marketing et communication
Fillactive

Renseignements médias : Chantale Baar
Communications Chantale Baar
(514) 992-6463 / cbaar@communicationcb.ca