

# DÉFI MÈRE/FILLACTIVE

présenté par  Sun Life

**COMMUNIQUÉ DE PRESSE**  
**Pour diffusion immédiate**

## Défi Mère/Fillactive 2022

### **FILLACTIVE INVITE LES MÈRES ET LES FILLES À SE JOINDRE À UNE COHORTE DE FEMMES INFLUENTES POUR PROMOUVOIR L'ACTIVITÉ PHYSIQUE AUPRÈS DES ADOLESCENTES!**

---

**Montréal, le 5 avril 2022** – Fillactive est heureuse d'annoncer la tenue de la 5<sup>e</sup> édition du Défi Mère/Fillactive présenté par la Sun Life, les 13 et 14 août prochains. Ce défi est gratuit et ouvert à toutes les mères et les filles qui souhaitent prendre part à un événement unificateur visant à encourager les adolescentes à s'engager dans la pratique régulière d'activités physiques. Chaque participante recevra un plan d'entraînement de 8 semaines en préparation au Défi qui consiste à courir, à marcher ou à rouler un total de 20, 30 ou 40 km ou plus en équipe, en deux jours.

« Nous savons que les filles apprécient les occasions de se retrouver entre elles à l'adolescence pour découvrir ou redécouvrir l'activité physique. C'est donc dans ce contexte bien particulier que nous souhaitons offrir aux filles et à une figure maternelle qui leur est chère, des moments privilégiés à partager cet été et à conserver en souvenir pour la vie! Nous sommes aussi ravies de pouvoir compter sur l'engagement de la Sun Life qui sera partenaire de l'événement pour une 2<sup>e</sup> année », déclare Claudine Labelle, présidente fondatrice de Fillactive.

#### **L'édition 2022 : à distance ou en présentiel**

Cette année, les mères et leur.s fille.s auront la possibilité de participer au Défi soit à distance et ce, à l'échelle du pays, ou en présentiel dans la grande région de Montréal et dans la Capitale-Nationale. En vue de se préparer à réaliser leur défi, l'équipe de Fillactive mettra à leur disposition des programmes d'entraînement et un défi hebdomadaire à relever les 8 semaines précédant l'événement. Les participantes auront également accès, en tout temps, aux services d'une nutritionniste et d'une kinésiologue pour répondre à leurs questions en lien avec la nutrition et l'activité physique, et auront l'occasion de participer à divers concours pour courir la chance de gagner de merveilleux prix.

Bien que l'événement soit gratuit, les participantes sont invitées à entreprendre une collecte de fonds au profit de Fillactive, un organisme de bienfaisance de premier plan qui fait la promotion de l'activité physique chez les adolescentes. Les fonds amassés permettront à l'organisation d'assurer sa croissance afin qu'un plus grand nombre de jeunes Canadiennes puissent adopter un mode de vie sain et actif à long terme.

**Pour plus de détails et pour s'inscrire :** [fillactive.ca/defi](https://fillactive.ca/defi)

#### **La force d'un réseau de femmes d'affaires engagées**

Cette année, 39 femmes d'affaires influentes s'unissent et s'engagent à devenir des modèles inspirants pour les adolescentes en les encourageant à participer au Défi et à découvrir et apprécier les bienfaits de l'activité physique. Ensemble, elles veulent renverser la tendance de l'abandon du sport chez les adolescentes. Pour la liste des leaders 2022 et découvrir leur portrait respectif : [fillactive.ca/defi](https://fillactive.ca/defi)

« À l'adolescence, 1 fille sur 2 abandonne le sport. Si bien qu'à la fin du secondaire, 9 filles sur 10 ne répondent pas aux normes canadiennes en matière d'activité physique », déclare Véronique Dorval, vice-présidente principale, Bureau de l'expérience Client à la Sun Life. « Nous savons que la pratique régulière d'activités physiques a un effet positif sur l'estime de soi et la santé mentale de nos jeunes, laquelle a été mise à rude épreuve depuis le début de la pandémie. Par son engagement, la Sun Life souhaite aider les jeunes Québécoises à adopter un mode de vie sain durable afin qu'elles se sentent bien et atteignent leur plein potentiel. »

### **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, Mediacart, 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](http://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](mailto:cbaar@communicationcb.ca)