

Communiqué  
Pour diffusion immédiate

### **Près de 350 adolescentes du Bas-Saint-Laurent vivent leur première Célébration Fillactive!**

Le 29 mai 2018 – Alors qu'une fille sur deux abandonne le sport à la puberté, quelque 350 adolescentes en provenance de 10 écoles secondaires du Bas-Saint-Laurent participent à la Célébration Fillactive pour renverser cette tendance. Elles sont réunies aujourd'hui au Parc Beauséjour de Rimouski afin de relever le défi de courir une distance de 5 ou de 10 kilomètres et pour découvrir de nouvelles activités physiques susceptibles de leur plaire.

Faire bouger les filles, c'est la mission que s'est donnée Fillactive lors de sa création en 2007. Déployée au Bas-Saint-Laurent grâce à la Démarche COSMOSS et au soutien financier de l'URLS, l'approche Fillactive est basée sur un service d'accompagnement personnalisé et flexible qui permet aux écoles de faire bouger les filles à travers des activités adaptées à leurs enjeux et réalités.

L'école secondaire Langevin, à Rimouski, figure parmi les écoles ayant saisi l'opportunité que propose Fillactive pour inciter les adolescentes à faire davantage de sports. « *Les filles se motivent et s'encouragent. Elles développent de nouvelles amitiés et découvrent les bienfaits de faire du sport entre amies. L'objectif : avoir du plaisir tout en bougeant!* », précise la responsable scolaire et enseignante, Kate Chouinard.

Cette année, les Célébrations Fillactive se dérouleront dans 7 villes du Québec et de l'Ontario, dont Rimouski, et réuniront près de 13 000 adolescentes. Au Bas-Saint-Laurent, l'adhésion des écoles secondaires va bon train et suscite de l'enthousiasme. « *Nous nous réjouissons de constater que de nouvelles écoles manifestent déjà l'intérêt de s'ajouter aux troupes dès la rentrée scolaire de l'automne prochain. Fillactive répond aux préoccupations des partenaires COSMOSS de renverser la tendance de l'abandon du sport chez les adolescentes, d'inciter les filles à prendre soin d'elles et de leur santé. L'approche Fillactive nous permet de contribuer au développement et à l'épanouissement de ces femmes en devenir* », souligne Lucille Porlier, membre du comité régional de coordination COSMOSS et directrice générale de l'URLS Bas-Saint-Laurent.

« *Les Célébrations Fillactive sont des journées festives et hautes en couleur qui permettent aux participantes de célébrer leur accomplissement à travers le sport* », affirme Steeve Ager, directeur des programmes et des opérations chez Fillactive. « *En encourageant les filles à demeurer actives et à trouver du plaisir dans l'activité physique dès leur jeune âge, nous leur permettons de faire de leur santé une priorité alors qu'elles se préparent à entrer dans leur vie d'adulte.* »

#### **Une sédentarité préoccupante chez les adolescentes**

Les statistiques entourant la pratique de l'activité physique chez les jeunes filles sont alarmantes. Neuf filles sur dix, de 12 à 17 ans, n'atteignent pas le niveau d'activité physique recommandé par jour pour être en santé. Le manque de modèles féminins, le corps qui change et la peur d'être jugée sont des facteurs qui contribuent à cette réalité. Fillactive démontre que la présence d'amies,

d'encouragements, de modèles féminins et de plaisir sont des leviers qui incitent les adolescentes à bouger au quotidien.

### **Célébration Fillactive en bref**

- Près de 350 filles participantes en provenance de 10 écoles secondaires :
  - Commission scolaire des Phares : Polyvalente du Mistral, École Langevin, École Saint-Jean, École Paul-Hubert.
  - Commission scolaire du Fleuve-et-des-Lacs : École secondaire de La Vallée-des-Lacs, École secondaire de Dégelis, École secondaire du Transcontinental, École secondaire de Trois-Pistoles.
  - Commission scolaire de Kamouraska-Rivière-du-Loup : École secondaire de Rivière-du-Loup.
  - Collège Notre-Dame-de-Rivière-du-Loup
  - Commission scolaire René-Lévesque : école secondaire Le Bois-Vivant
  - Tout au cours de la Célébration Fillactive, de l'animation et des ateliers de découverte de sports sont proposés aux adolescentes.

-30-

Source :  
Nancy Proulx  
Agente régionale de communication  
COSMOSS Bas-Saint-Laurent  
Téléphone : 418 724-6440, poste 231  
Mobile : 418 750-0003

Information :  
Cathy Potvin  
Coordonnatrice régionale Fillactive  
Agente régionale de développement pour la  
Table intersectorielle régionale SHV  
COSMOSS Bas-Saint-Laurent  
Téléphone : 418 724-6440, poste 245

### **À propos de COSMOSS**

*Communauté ouverte et solidaire pour un monde outillé, scolarisé et en santé*

COSMOSS regroupe des organisations qui travaillent ensemble au développement du potentiel des enfants et des jeunes, de leur conception jusqu'à 30 ans. Cette démarche concertée s'appuie sur l'engagement volontaire des réseaux de la santé, du milieu municipal, de l'éducation, de l'emploi, des services de garde et du milieu communautaire. Les partenaires COSMOSS travaillent sur 4 enjeux : une entrée scolaire réussie, le développement de saines habitudes de vie, la réussite scolaire et l'intégration socioprofessionnelle.