



Hommage aux ambassadeurs de saines habitudes de vie de *Maski en forme*

Deux enseignantes de l'école Notre-Dame-de-la-Joie sont honorées!

Shawinigan, le 24 septembre 2014 – Lors de l'Assemblée générale annuelle de *Maski en forme* qui a lieu le 17 septembre dernier, deux enseignantes de l'école Notre-Dame-de-la-Joie de Saint-Barnabé, mesdames Marie-Claude Bernier et Mylène Marchand, ont été honorées à titre d'Ambassadrices de saines habitudes de vie.



L'an dernier, madame Marie-Claude Bernier, qui enseigne maintenant dans une autre école de la Commission scolaire de l'Énergie, ainsi que madame Mylène Marchand, ont permis à l'ensemble des 25 élèves de l'école d'effectuer, chaque matin, une séance de marche et de jogging de 10 à 15 minutes, du genre cross-country, avant le début des cours.

Cette initiative s'inscrit dans un souci constant de développer chez les jeunes l'habitude d'adopter des comportements favorables à une bonne santé physique et mentale. Réaliser, chaque jour, cette période d'exercice qui se déroulait dans le plaisir et la bonne humeur, et ce, malgré une température parfois incertaine, a

demandé à ces enseignantes une planification rigoureuse de leurs activités d'enseignement afin de respecter les exigences du programme d'études.

Coup de chapeau pour l'effet d'entraînement que cette belle initiative a suscité auprès des jeunes! Elles sont réellement des modèles à suivre pour la promotion de saines habitudes de vie!

Sources : Yamilé Bournival, directrice, école des Vallons, Notre-Dame-de-la-Joie, Notre-Dame-des-Neiges, Tél. : 819 268-2639, poste 5801
Renée Jobin, coordonnatrice, Secrétariat général et Communications, Tél. : 819 539-6971, poste 2340