

MSEV en bref



Affaires municipales,
Régions et Occupation
du territoire
Québec

Centre de santé et de services sociaux
d'Argenteuil



0-5-30
COMBINAISON PRÉVENTION



Agence de la santé
et des services sociaux
des Laurentides
Québec
Direction de santé publique

Mai 2013

- Un nouveau circuit de vélo de 200k
- À ne pas manquer

Un nouveau circuit de vélo de 200 km

Vous avez peut-être entendu que les MRCs d'Argenteuil et de Papineau ainsi que les comtés unis de Prescott-Russell ont scellé un Pacte d'amitié en se serrant la pince il y a de ça quelque temps. Le trio a déjà plusieurs projets à son actif, toutefois, il est particulièrement fier de présenter sa première réalisation concertée depuis l'alliance, La rivière des Outaouais à vélo. Les efforts combinés des trois parties ont abouti en un document attrayant et efficace qui peint le tracé des infrastructures cyclables des différentes municipalités de la région.

C'est près de 200 kilomètres de routes adaptées aux vélos et de pistes cyclables qui figurent sur la carte facile à consulter. Trois boucles (la boucle ouest 87 km, la boucle centrale 54 km et la boucle est 55 km) toutes entrecoupées de différentes attractions touristiques, de paysages à couper le souffle et de communautés charmantes tout au long de la rivière des Outaouais figurent sur le plan.

Le document servira d'outil promotionnel, d'information et procurera également aux cyclistes un outil pratique indispensable s'ils veulent pédaler la région. En effet, les utilisateurs apprécieront les détails donnés sur les types de chaussées empruntées, le kilométrage total à parcourir, les parcours alternatifs à envisager et les services disponibles, tels que les boutiques de vélo, les traversiers, les aires de pique-nique, et plus encore. Voilà tout ce dont vous avez besoin pour planifier une sortie à vélo, que ce soit une excursion en famille dans un comté voisin ou une course contre la montre exigeante pour un entraînement rigoureux.

Non seulement ce projet a été primordial dans la consolidation de la relation entre les trois comtés, mais il influencera le tourisme dans nos régions, tout en encourageant l'adoption d'un mode de vie physiquement actif. De plus, l'arrivée du temps chaud coïncide parfaitement avec le dévoilement du projet, ce qui le rend encore plus attrayant.

Marche découverte

Le comité 50 + Bouger + vous invite à leur prochaine marche mercredi, le 22 mai sur les terrains enchanteur du Verger LaFrance à Saint-Joseph-du-Lac. Une marche dans un sentier en fleur en excellente compagnie, c'est ce qu'on vous offre. Pour plus d'informations sur l'heure de départ, le transport le coût, veuillez communiquer avec Jovette Labelle au 450 537-8306.

50+
Bouger +



Un nouveau circuit de vélo de 200 km suite...

Mon conseil: courez, ou plutôt pédalez, vers le bureau touristique le plus proche ou votre hôtel de ville pour obtenir une copie de ce document essentiel et commencez à planifier cet été tant attendu sans plus tarder.

Pour plus d'informations, visitez le site www.tourismeargenteuil.com.

À ne pas manquer

11 mai : 3ième édition de la Course Relais Argenteuil

Avis à tous les coureurs : ça vous dirait de combiner le plaisir de courir, la découverte des décors de notre MRC ainsi que la contribution à la Fondation Espoir Jeunesse d'Argenteuil pour les jeunes ayant des problèmes de santé mentale? La course à relais de 100 km se fait en équipe de 6 coureurs et passera par Saint-André-d'Argenteuil, Brownsburg-Chatham, Grenville-sur-la-Rouge et Lachute. Pour information et inscription : www.courserelaisargenteuil.ca. Coût : 60 \$ par personne.



Journée de vélo en famille à Grenville : 2 juin à 10 h au centre jeunesse

Le Club optimiste de Grenville invite les enfants et leur famille à leur journée de vélo dans les rues de Grenville. Venez faire une randonnée de 10 km avec assistance policière, des pompiers et des ambulanciers pour la sécurité de tous. Le but est de sensibiliser les familles de la région à adopter d'un mode de vie physiquement actif tout en ayant du plaisir. Un repas avec de bons fruits sains sera offert gratuitement. Pour plus d'information, communiquez avec Mme Denise Rochon au 450-562-8250.



Samedi Vélo : 8e édition

Tous les samedis jusqu'au 24 septembre 2013 - Ça vous dit de rouler en vélo pour le plaisir? Départ à 9 h tous les samedis matin à l'école primaire de Saint-André-d'Argenteuil au 1, rue Legault. Pour plus de détails : www.samedivelo.ca



Vous avez manqué la dernière chronique?



**Ma
SANTÉ
en
VALEUR**

Retrouvez-là au
www.argenteuil.qc.ca