

# LA FONDATION OPTIMISTE DES ENFANTS CANADIENS RÉPOND À L'APPEL



Avec l'aide de ses nombreux donateurs, le Club Optimiste de l'Université Laval a dirigé l'été dernier le « Projet éducation physique » pour une deuxième année consécutive. Ce projet avait comme objectif la promotion de la santé, des saines habitudes de vie et de l'activité physique. Durant toute la période estivale, diverses activités physiques ont été proposées aux jeunes hébergés au Centre jeunesse de Québec – Institut universitaire (CJQ-IU). Ces activités ont été planifiées et dirigées par des étudiants de l'Université Laval qui ont une formation en éducation physique ou en kinésiologie. L'accent a été mis tout particulièrement sur la découverte de nouveaux sports et la pratique d'activités en plein air.

Le projet a duré neuf semaines, soit du 25 juin au 21 août 2014. Les activités ont été offertes aux jeunes logés dans les deux centres de réadaptation, soit le Gouvernail à Beauport et l'Escale à Cap-Rouge. Le projet s'adressait également aux jeunes de différents foyers collectifs. Au total, une centaine de jeunes ont tiré avantage du projet et une bonne douzaine d'entre eux sont d'origine ethnique différente. Les jeunes sont âgés de 7 à 17 ans. Parmi les activités régulières offertes sur une base hebdomadaire : exercices physiques, entraînement aux poids, multisport l'Escale, multisport Gouvernail, et cours de natation. Des activités particulières appelées « activités en plein air » sont aussi offertes dans les différents services du CJQ-IU.

Pierre-Luc Daigle  
Président du Club Optimiste de  
l'Université Laval

