



**COMMUNIQUÉ**  
Pour diffusion immédiate

---

**LES 'RENDEZ-VOUS D'AUTOMNE' DE KINO-QUÉBEC À VAL-DAVID**

---

**Val-David, le 14 septembre 2009**

Quoi de plus propice à la marche que cette belle saison d'automne. *Val-David en santé* et son *Programme 0-5-30* vous invite à participer aux *Rendez-vous d'automne* de *Kino-Québec*, en collaboration avec *Tourisme Laurentides*.

Du **9 octobre au 6 novembre**, marchez 3 x 30 minutes par semaine en bonne compagnie et courez la chance de gagner des prix. Inscription sur [www.laurentides.com/sante](http://www.laurentides.com/sante)

Grand lancement de la campagne le **samedi 10 octobre, de 10 h à 16 h au chalet d'accueil de Val-David du parc régional Dufresne** (1165, chemin du Condor) avec la participation de la *Fédération québécoise de la marche et de l'escalade*, le *CSSS des Sommets et Cardio plein-air*.

Sur place, conseils de pro sur la nutrition et l'achat d'équipement, kiosque d'information et d'éducation, présence d'un médecin.

Vous trouverez le calendrier des départs des *Rendez-vous d'automne*, à chacune des dates (9 octobre au 6 novembre) du calendrier de [www.valdavid.com](http://www.valdavid.com).

- 30 -

Source : Suzanne P. Gohier  
Service des communications  
Village de Val-David  
819.322.2900 poste 230  
[info@valdavid.com](mailto:info@valdavid.com)