

## ÇA ROULE DOC! – ÉVÉNEMENT CYCLISTE

Québec, le 4 juillet 2022

### **Objet : Invitation à l'évènement cycliste et médiatique Ça roule Doc!**

Chère collègue, cher collègue,

Je suis heureux de vous inviter à rejoindre le groupe de médecins ambassadeurs du nouvel événement Ça roule Doc!. Cet événement gratuit pour les médecins vise à favoriser la santé et les saines habitudes de vie par la promotion du réseau cyclable utilitaire. Sous la présidence d'honneur du maire Bruno Marchand, un groupe d'ambassadeurs composé de médecins et de gens d'affaires accompagnera le grand public lors d'une virée cycliste le samedi 17 septembre prochain.

L'évènement débutera à 8h00 par un petit-déjeuner causerie offert à notre groupe d'ambassadeurs par notre présentateur principal Gestion MD. J'animerai en compagnie de notre président d'honneur, M. le maire Bruno Marchand et de M. Florent Bouguin, vice-président, Chef de la direction technologique de Groupe Optel, une discussion sur les bénéfices du vélo utilitaire pour la santé. S'ensuivra une conférence de presse avec notre président d'honneur, M. le maire Bruno Marchand, entouré de nos ambassadeurs vêtus d'un maillot Ça roule Doc!. Tout de suite après, en selle sur votre vélo (avec ou sans assistance électrique), vous serez convié à accompagner le grand public dans une balade ludique d'environ 12 km aller-retour qui ira du campus de l'Université Laval au centre-ville. De l'animation et des jeux seront offerts à l'arrivée pour terminer l'évènement en beauté.

Tout comme vous, la santé préventive me tient à cœur! La science démontre que se déplacer à vélo réduirait les risques de surpoids, de diabète, d'hypertension artérielle et de dyslipidémie tout en possiblement améliorant la fonction du système immunitaire. Le risque de cancer et de maladie cardiovasculaire des gens qui se rendent au travail en vélo est divisé par deux et ils souffrent moins de stress. Lors de leurs déplacements, ils n'émettent ni polluants atmosphériques ni gaz à effet de serre. En adoptant cette saine habitude de vie, les cyclistes luttent contre la congestion automobile, augmentent leur productivité au travail, protègent leur santé et celle des autres, et contribuent à désengorger notre système de santé.

Le développement du réseau cyclable utilitaire et son déploiement dans tous les quartiers de Québec favoriserait la santé et les saines habitudes de vie. Le choix d'un trajet de 12.6 km pour nos ambassadeurs n'est pas anodin. Saviez-vous que, chaque matin, 50% des citoyens de Québec font moins de 6.2 km pour se rendre au travail (ou moins de 12.4 km par jour)? Il est donc réaliste de penser que plusieurs d'entre eux pourraient le faire en vélo, que ce soit de façon occasionnelle ou régulière.

Joignez-vous à nous pour faire la promotion de la santé durable tout en vivant une expérience unique ! Je vous attends le 17 septembre !

Pour vous inscrire, veuillez remplir le formulaire en [cliquant ici](#).

Salutations cordiales,



**Paul Poirier MD, PhD, FRCPC, FCCS, FACC, FAHA**

*Porte-parole pour Ça roule Doc!, professeur titulaire, Faculté de pharmacie, U. Laval  
Cardiologue, Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec – U. Laval  
Tél : 418-656-4767*

*Courriel : [paul.poirier@criucpq.ulaval.ca](mailto:paul.poirier@criucpq.ulaval.ca)*

***Pour vous inscrire, merci de remplir le formulaire en [cliquant ici](#).***