

LE DÉFI DES TOASTÉS

24 juillet 2016

2-5-10 km

Activité de marche
et course à pied



Le défi des toastés en bref

- C'est lors de l'édition 2013 du Festival St-Cyprien Toastés, que le " Défi des toastés" a vu le jour. Plus de 100 participants se sont inscrits lors des deux premières du Défi des Toastés, qui offrait la possibilité de parcourir à la course ou à la marche : 2 km (défi des enfants), 5 km ainsi qu'un 10 km. En 2015 nous avons presque doublé les inscriptions avec près de 200 participants. Pour 2016, nous espérons encore augmenter le nombre de participant.
- Le Festival St-Cyprien Toasté est un organisme a but non lucratif qui s'est donné comme objectif de redistribuer ses revenus auprès de divers organismes de la région : L'école, la fabrique et les loisirs. Ce sont de belles retombées positives pour la municipalité de St-Cyprien.



Notre mission

- Valoriser un mode de vie physiquement actif, par le biais de la course à pied et de la marche.
- Nous souhaitons offrir une occasion aux entreprises de la région de promouvoir cette valeur, en encourageant leurs employés à être plus actif et à relever un beau défi pour leur santé.



Saviez-vous que ?

- Selon le conseil canadien de la santé:
- “63% de la population se dit sédentaire. Ces gens sont souvent stressés, malades et démoralisés, dans leur vie personnelle comme au travail.”
- [...] l’absentéisme a augmenté de 30 % au cours des trente dernières années et celui-ci est fortement lié aux facteurs relatifs à la santé des employés [...] “



Ce que votre entreprise peut faire ?

- Encourager vos employés à adopter un mode de vie plus actif, en les incitant à s'inscrire au défi des toastés.

Ou

- Nous aider dans l'organisation de notre évènement, par le biais d'une commandite de 100\$, en commanditant la collation offert aux participants ou en nous aidant en devenant bénévole lors de l'évènement.



Comment procéder ?

- Pour inscrire vos employés, ils doivent d'abord compléter la "Fiche du participant", ainsi que la page "Clauses contractuelles". Par la suite, le responsable de votre entreprise complète la "Fiche de l'entreprise" et nous achemine le paiement total pour toutes les inscriptions, par chèque. Il joint aussi à cet envoi toutes les "Fiches de participants" et feuilles "Clauses contractuelles" signées, sans oublier la "Fiche de l'entreprise", au plus tard le : 1er juillet 2016
- Pour nous verser une commandite de 100\$, complétez d'abord la "Fiche de l'entreprise". Vous nous l'acheminerez accompagnée du chèque au montant de votre commandite.



Ce que le défi des toastés peut faire ?

- Vous aider à préparer et motiver vos employés:
- Entraînement gratuit avec le Club de course de Ste-Justine.
- Suggestion de programmes d'entraînement.
- Un rabais de 5\$ par personne sur l'inscription pour le 5 et le 10 km.



Pour plus d'information :

- www.defidestoastes.com
- Pour nous contacter ou pour nous acheminer vos formulaires :
- Téléphone : 418-225-4358
- Courriel: inscription@st-cyprientoaste.com
- Poste : 539, route de l'église
Saint-Cyprien-des-Etchemins, Qc
G0R 1B0
- Merci de libeller les chèques a l'ordre de:
La municipalité de Saint-Cyprien.



Merci

- Merci à nos participants de 2015
- Résidence Ancestrale de Sainte Sabine
- LNTP notaires Inc de Sainte-Justine
- Caisse Desjarins des Etchemins
- Centre intégré de santé et des services sociaux de Chaudière-Appalaches

