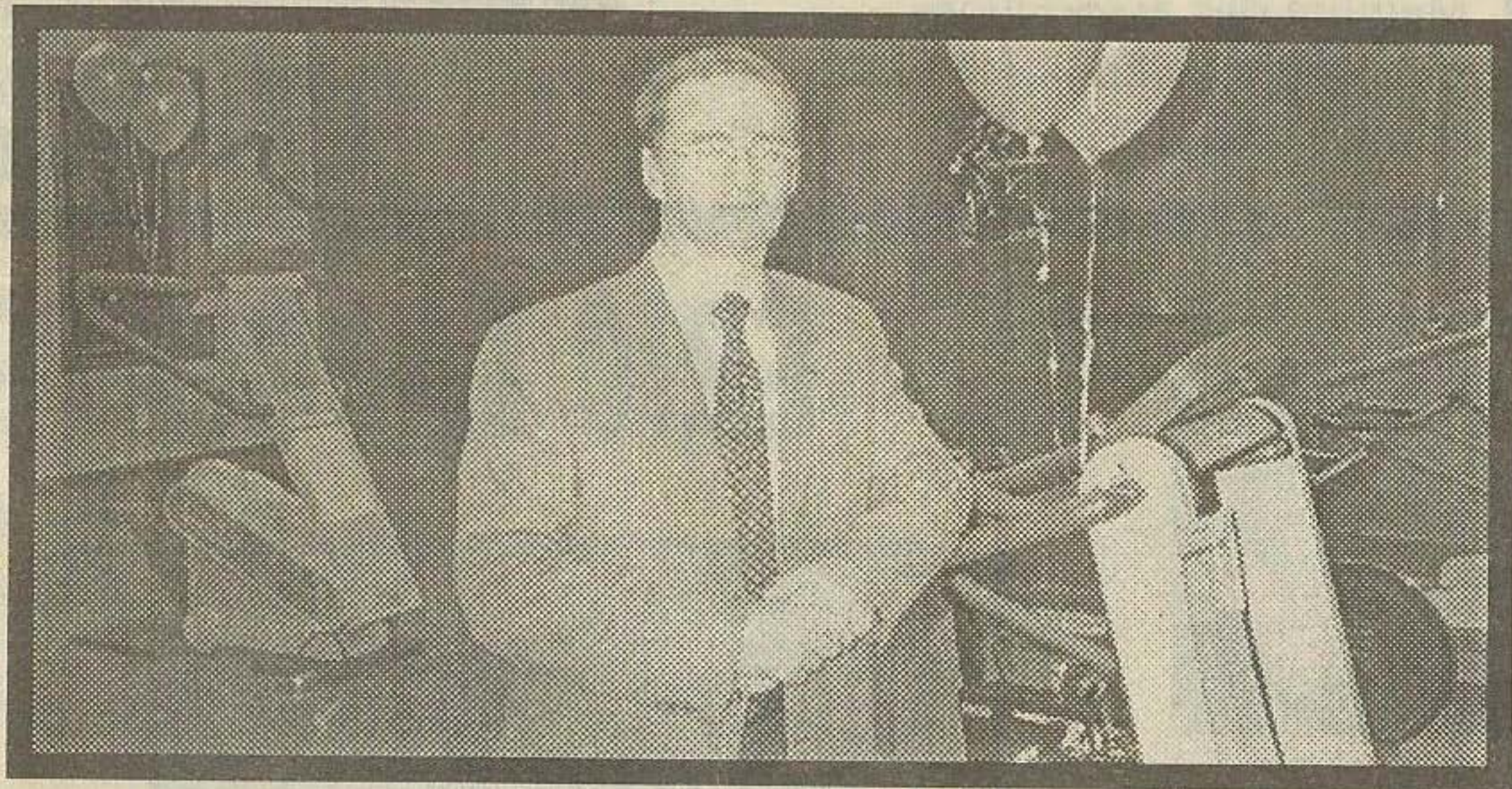


Nouveau commerce dans le comté



Le centre de conditionnement physique Form Action, à Pont-Rouge, a été officiellement inauguré le 30 septembre dernier. Son propriétaire, Mario Larue, en a profité pour dévoiler un nouveau programme, unique dans la région de Québec.

En collaboration avec le CLSC de Portneuf, le centre Form Action propose non seulement un nouveau programme de prévention des maladies cardiovasculaires mais aussi un programme de réadaptation pour les gens aux prises avec des problèmes cardiaques. A partir du mois de décembre, le centre Form Action prendra en main des patients de la région de Portneuf qui lui seront référés par le Pavillon de prévention des maladies cardiaque (PPMC) de l'hôpital Laval.

Cinq éducateur physiques du centre Form Action suivent actuellement un stage intensif auprès de spécialistes du PPMC. Le centre Form Action disposera de tout l'équipement nécessaire pour les interventions d'urgence : moniteur, défibrillateur et appareil respiratoire notamment.

Investissement de 400 000\$ à Pont-Rouge

Form Action verra le jour en janvier

Mario Larue a entrepris la semaine dernière à Pont-Rouge la construction d'un centre de conditionnement physique ultra-moderne qui regroupera de l'équipement sophistiqué et des professionnels de la santé physique. Ce centre, qui doit ouvrir en janvier, nécessitera un investissement de 400 000\$.

Martin Lavoie

Les travaux de terrassement sont déjà commencés au 153, rue du Collège, à Pont-Rouge, derrière les locaux du centre la Triade. Le promoteur estime que le centre ouvrira ses portes à la fin du mois de janvier.

Avec 7200 pieds carrés de plancher, le centre offrira une salle de work-out, trois salles d'entraînement, des vestiaires et des bureaux pour les professionnels.

Voilà plus de trois ans que l'idée germe dans la tête du Pontrougeois. Travaillant depuis 16 ans dans le domaine de l'activité physique, M. Larue a notamment enseigné au Collège Saint-Augustin. Il est aussi bien connu dans la région pour avoir dirigé le club d'athlétisme de la Tardivel.

«Le taux d'abandon dans les centres de conditionnement est important en raison du manque de professionnalisme, affirme M. Larue. Au centre Form Action, il sera question de santé, de récupération après une blessure, de prévention, d'éducation.»

L'équipe de professionnels

pourrait comprendre des diététistes, masso ou ergothérapeutes. Mario Larue a également approché des médecins et des physiothérapeutes et s'est équipé de façon à pouvoir assurer le suivi de personnes en réhabilitation après une maladie, un accident ou une blessure.

Le propriétaire veut répondre au deux tendances actuelles le «fitness»,

les personnes de 20 à 30 ans cherchant à se maintenir au sommet de leur forme et le «wellness», populaire chez les personnes de 40 ans et plus qui cherchent à améliorer leur qualité de vie.

Mario Larue prévoit investir tout près de 400 000\$ dans son projet. Il compte atteindre 300 membres et vise aussi les entreprises. Certaines



Mario Larue sur le terrain où s'élèvera bientôt le centre Form Action.

(photo: Martin Lavoie)

Le centre Form Action roule à plein régime

par M i c h e l G o d i n

LE MOINS QUE L'ON PUISSE DIRE, c'est que le centre Form Action de Pont-Rouge roule à pleine vapeur. Le propriétaire, Mario Larue, a annoncé, le 30 septembre dernier dans le cadre de l'ouverture officielle du commerce, que Form Action compte plus de 500 membres à l'heure actuelle même si la grosse saison d'entraînement et de remise en forme n'est pas encore enclenchée en raison de l'été qui tarde à nous quitter.

Misant sur la santé et la remise en forme, une orientation gagnante, le centre de conditionnement physique a rapidement conquis le cœur des gens de Pont-Rouge et de la région de Portneuf. Déjà 520 personnes sont membres du club qui visait au départ 300 adeptes. « C'est nettement au-delà des prévisions, a indiqué Mario Larue. Nous avons atteint nos objectifs en six semaines seulement même si au départ, les travaux n'étaient pas complétés ». Form Action a ouvert ses portes pour la première fois le 15 février 1999 avec de l'éclairage de chantier de construction pour satisfaire les gens impatients de découvrir leur nouveau centre.

Environ 50% de la clientèle provient de Pont-Rouge. Une large proportion vient également de la grandeur du comté de Portneuf. « Ils viennent chez nous en raison du professionnalisme de notre personnel et pour la qualité de nos équipements », mentionne M. Larue, visiblement heureux de la réponse des gens envers un projet qu'il aura mis au monde au terme de trois ans d'efforts.

bon déroulement des activités du centre qui devrait atteindre son 600e membre avant les Fêtes selon Mario Larue. Il entend aussi poursuivre le membership corporatif qui va très bien. Des ententes ont déjà été signées avec BPCO, Produits forestiers Alliance et le Pénitencier de Donnacona. D'autres entreprises sont aussi dans sa mire.



Conjointement au lancement officiel, le CLSC de Portneuf en a profité pour annoncer son association avec Form Action afin d'assurer un programme de réadaptation cardiaque pour les gens à très haut risque. Nicole Perron a procédé à l'annonce. Un lien étroit sera tissé entre le CLSC et le personnel de Form Action afin qu'il puisse dévelop-

Le ministre Bolduc pédale contre le cancer

Johanne Martin

Collaboration spéciale

PONT-ROUGE — Le ministre de la Santé, Yves Bolduc, a voulu faire sa part pour la recherche sur le cancer en pédalant lors du Spin don, hier, à Pont-Rouge.

L'homme politique comptait au nombre de la douzaine d'invités d'honneur venus participer à l'activité Vélo personnalité, une nouveauté cette année au Spin don. Ces invités se sont relayés tout au long de la journée sur un appareil d'entraînement afin d'ajouter à la cueillette de fonds organisée pour une troisième fois par le Centre Form Action de Pont-Rouge, dans Portneuf.

«L'idée de prendre part à cette activité m'a tout de suite plu, et j'ai dit que j'aimerais y assister», a indiqué le ministre Bolduc, qui en était à sa première expérience de *spinning*. «Ici, deux causes importantes ont été combinées : en plus de faire la promotion de

tout ce qui touche le cancer, on fait aussi la promotion des saines habitudes de vie.»

Avec plus de 500 participants, l'événement annuel au profit de la Société canadienne du cancer (SCC) affichait déjà complet une semaine avant sa tenue. Pour la première fois, il s'échelonnait sur deux jours, pour une durée totale de plus de 20 heures.

À tour de rôle, les personnes inscrites — des policiers, des pompiers, des survivants du cancer, mais aussi des citoyens qui croient à la cause — ont pédalé sur les 31 vélos stationnaires mis à leur disposition, guidées par un animateur.

37 000 \$ PRÉVUS

En 2010, le Spin don avait réuni 275 personnes, pour une récolte totalisant les 24 500 \$. Ce succès avait permis à l'événement de recevoir, pour son originalité et son apport financier, le prix Pinnacle de la collecte de fonds de l'année au Québec, prix remis par la SCC. Cette année, les organisateurs prévoient dépasser les 37 000 \$.



Le kinésologue et organisateur du Spin don, Mario Larue, prend la tension artérielle du ministre de la Santé, Yves Bolduc, pendant sa séance de *spinning*.

— PHOTO COLLABORATION SPÉCIALE JOHANNE MARTIN

Propriétaire du Centre et président du comité organisateur de l'activité-bénéfice, Mario Larue s'est rallié à la lutte contre le cancer lorsqu'une des membres de

son équipe a été atteinte de la maladie, il y a quelques années. Il espère que l'activité, rassembleuse et populaire, fera éventuellement bouler de neige.