



Fondation  
David  
Suzuki

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

### Défi nature 30×30 de la Fondation David Suzuki

**Trouvez un endroit pour aller jouer dehors grâce à la nouvelle carte interactive « plein air bleu-vert » de Nature-Action Québec**

**Montréal, 1<sup>er</sup> mai 2015** — Les beaux jours sont arrivés! Nature-Action Québec est fier d'appuyer l'édition 2015 du Défi nature 30×30 de la Fondation David Suzuki, qui débute aujourd'hui. Cette campagne annuelle de sensibilisation aux bienfaits de l'activité au grand air invite les Québécois et les Canadiens à passer 30 minutes dehors pendant 30 jours au mois de mai. Afin de faciliter l'accès à la nature, Nature-Action Québec a créé, pour l'occasion, une carte interactive permettant aux citoyens dans la région du Grand Montréal de découvrir les espaces bleus et verts dans leur communauté.

La carte interactive plein air bleu-vert met en évidence plus de 200 sites accessibles sur le territoire de la Ceinture et trame verte et bleue du Grand Montréal. Elle fait découvrir aux citoyens de nouveaux endroits pour pratiquer des activités en plein air, que ce soit pour faire de la randonnée, du surf à pagaie, du canot/kayak ou du vélo.

NAQ : Au cœur de l'envir...    

Journal cartographique

### Carte interactive plein air bleu-vert

Envie d'être plus heureux, en meilleure santé et plus intelligent? Essayez d'ajouter une dose de nature quotidienne à votre routine! Pour la grande région de Montréal, découvrez encore plus de sites d'accès à la nature en naviguant dans la [Carte interactive plein air bleu-vert...](#)



[Carte interactive plein air bleu-vert](#)



« La nature est un baume pour le cœur, elle réduit notre stress et améliore notre bien-être et notre créativité. Le Défi nature 30x30 arrive juste à temps pour profiter pleinement du printemps, lance Rody Nigel, chef du service géomatique chez Nature-Action Québec.

Rappelons que les trois éditions précédentes du Défi avaient mobilisé des dizaines de milliers de citoyens partout au pays. Des centaines d'écoles et de milieux de travail partout au pays ont donc goûté aux nombreux bienfaits d'une activité régulière à l'extérieur.

« Un nombre croissant de scientifiques et de chercheurs s'entendent pour dire qu'une dose quotidienne de nature rend plus heureux, est bon pour la santé et réduit le stress pour toute la famille, affirme Manon Dubois Crôteau, directrice des communications pour le Québec de la Fondation David Suzuki. Quoi de mieux qu'un bon bol d'air frais pour un printemps joyeux et plein d'entrain! Nous invitons les Québécois autour du Grand Montréal à participer au Défi nature 30x30 et à profiter pleinement de la carte interactive pour découvrir les terrains de jeu verts et bleus dans leur région, au cours du mois de mai et tout au long de l'année », lance Mme Dubois.

La création de la carte interactive a été rendue possible grâce au soutien financier de Mountain Équipement Coop (MEC). Un grand merci!

Pour consulter la carte interactive  
[www.macarteweb.com/Carte-interactive-plein-air-bleu-vert/](http://www.macarteweb.com/Carte-interactive-plein-air-bleu-vert/)

Pour plus d'information ou pour s'inscrire au Défi nature 30x30, visitez  
[www.davidsuzuki.org/fr/defi30x30](http://www.davidsuzuki.org/fr/defi30x30)

Nature-Action Québec est un organisme à but non lucratif qui, par le biais de la réalisation de projets novateurs en environnement, a pour mission de guider les personnes et les organisations dans l'application de meilleures pratiques environnementales.

— 30 —

#### Sources et renseignements :

Rody Nigel, chargé de projets  
Nature-Action Québec  
450 536-0422, poste 428  
[rody.nigel@nature-action.qc.ca](mailto:rody.nigel@nature-action.qc.ca)

Manon Dubois Crôteau  
Fondation David Suzuki  
514 679-0821  
[mdubois@davidsuzuki.org](mailto:mdubois@davidsuzuki.org)

120, rue Ledoux, Beloeil (Québec) J3G 0A4  
T 450 536-0422 • 1 800 214-1214  
F 450 536-0458 • [info@nature-action.qc.ca](mailto:info@nature-action.qc.ca)  
[WWW.NATURE-ACTION.QC.CA](http://WWW.NATURE-ACTION.QC.CA)

Partenaire financier principal :

