

LE BULLETIN DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE POUR LES ENFANTS ET LES JEUNES DE PARTICIPACTION – MÉDIAS SOCIAUX 2016

Afin de communiquer efficacement les informations contenues dans le Bulletin de l'activité chez les jeunes 2015 sur Facebook et Twitter, ParticipACTION a préparé une série de messages pré-rédigés que pouvez diffuser dans vos réseaux.

Facebook

Récupérez nos messages pré-rédigés et ajoutez l'image Facebook fournie à votre publication. Vous pouvez lancer une discussion, publier l'image infographique liée au Bulletin ou commenter le contenu de celui-ci en ajoutant un lien vers le Bulletin à votre publication.

[Visitez-nous sur Facebook!](#)

Twitter

Mentionnez @ParticipACTIONf et/ou le mot-clique #BulletinPA dans vos publications à propos du Bulletin de l'activité physique chez les jeunes. N'oubliez pas d'intégrer l'image Twitter fournie à vos gazouillis!

[Suivez-nous sur Twitter!](#)

Messages pré-rédigés pour médias sociaux

Nous avons préparé du contenu à diffuser sur Facebook et Twitter afin que vous puissiez informer vos réseaux au sujet des conclusions et recommandations du Bulletin, en souhaitant ainsi créer des discussions à propos des obstacles et des solutions pour améliorer le niveau d'activité physique chez les jeunes. *TRUC : joignez une image à vos publications pour attirer l'attention et susciter un maximum d'intérêt dans vos réseaux.*

Soyez bien à l'aise de créer vos propres messages au-delà du contenu suggéré plus bas. Faites référence au Bulletin en insistant sur les recommandations et les messages clés qu'il contient; encouragez le dialogue autour des thèmes qui sont importants pour vous et/ou votre organisation.

Utilisez les messages pré-rédigés suivants pour souligner la parution du Bulletin :

- Pour la 1^{ère} fois, ParticipACTION attribue une note au sommeil des enfants canadiens. Voyez pourquoi : participACTION.com/bulletin
- Les récentes recherches sur sommeil + activité phys. + sédentarité démontrent un problème auprès des jeunes Canadiens. #BulletinPA
- ParticipACTION annonce les Directives CND en matière de mouv. sur 24H pour les jeunes + enfants. participACTION.com/bulletin
- Dormir est essentiel au développement cognitif et physique des enfants. participACTION.com/bulletin
- Les Directives : jeunes + enfants ont besoin de suer, bouger, dormir, s'asseoir à juste dose! participACTION.com/bulletin

- ParticipACTION présente un nouveau barème en santé avec le #BulletinPA : dormir! participACTION.com/bulletin
- C'est un cercle vicieux : Les enfants ne bougent pas assez et ils en perdent le sommeil #BuletinPA
- Les enfants dorment mieux lorsqu'ils sont loin des écrans et qu'ils bougent vigoureusement ! #BulletinPA
- Les Canadiens doivent suer, bouger, dormir et s'asseoir à juste dose pour en récolter les bienfaits de santé. participACTION.com/bulletin
- Seulement 9% des 5-17ans font les 60min d'activité physique vigoureuse requises chaque jour. #BulletinPA
- 31% des enfants du primaire et 26% des ados manquent de sommeil. Lisez le rapport.
- participACTION.com/bulletin
- Suer, bouger, dormir et s'asseoir : Les enfants qui bougent plus dorment mieux! participACTION.com/bulletin
- #BulletinPAC: D moins! Juste 9% des enfants canadiens font les 60min d'activité phys. Recommandées / jour. participACTION.com/bulletin
- Les enfants canadiens n'ont qu'une note de D- pour leur niveau général d'activité physique. #BulletinPA

Image pour médias sociaux

Ces images et ces ressources seront disponibles sur [le site Web](http://le site Web de ParticipACTION) de ParticipACTION et sont développées pour accompagner vos messages.

Image Facebook

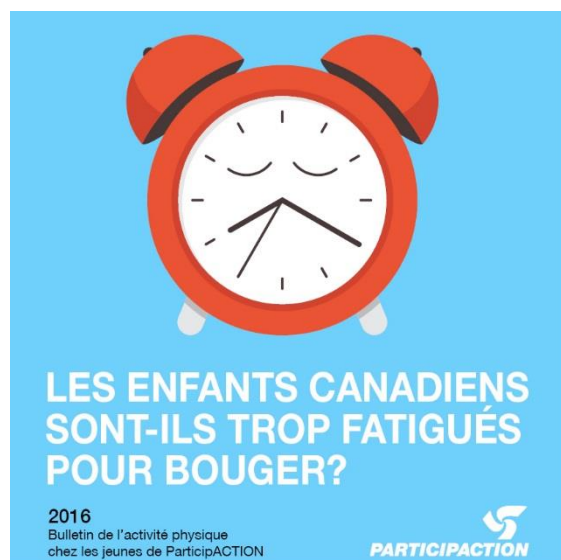


Image Twitter

