

POUR PUBLICATION IMMÉDIATE

4 NOVEMBRE 2018

**Karl Subban, un des pères préférés du Canada, se joint à la Fondation pour la santé des hommes au Canada afin d'encourager les hommes à prendre mieux soin de leur santé**

*M. Subban presse les hommes de cesser d'attendre et de faire des changements dès maintenant*

VANCOUVER, C.-B. — Karl Subban a élevé cinq enfants accomplis, dont trois joueurs de la LNH. L'ancien directeur d'école a consacré sa vie à aider les autres dans l'atteinte de leurs objectifs et aujourd'hui, il annonce qu'il se joint à l'équipe de « champions » de la Fondation pour la santé des hommes au Canada (FSHC) afin de motiver les Canadiens à vivre plus sainement.

Or, bien que M. Subban a connu un grand succès avec ses enfants, cela s'est parfois fait aux dépens de sa propre santé et il a reçu un diagnostic de diabète de type 2 à l'âge de 40 ans. Cet ennui de santé et son parcours pour mener une vie plus saine ont été des facteurs importants dans sa décision de se joindre à la Fondation pour la santé des hommes au Canada.

« Mon histoire n'est pas unique. Nos vies sont si occupées. Quelque chose finit par en prendre un coup, et c'est généralement notre façon de manger et de prendre soin de nous. Mais on ne peut pas mettre de côté notre santé. On peut commencer par de petits changements, mais on doit commencer maintenant, explique-t-il. On ne voit pas toujours immédiatement les conséquences de ne pas prendre soin de soi. On ne se réveille pas le jour suivant en réalisant que notre santé est en péril. Avec l'aide de la Fondation pour la santé des hommes au Canada, je souhaite rappeler aux hommes qu'ils doivent s'arrêter et penser à leur propre santé avant de vivre une crise. Si les hommes ne commencent pas par prendre soin d'eux, ils ne pourront pas prendre soin de leur famille, de leur carrière ou de leur communauté. Ça doit être une priorité. »

Cette idée s'inscrit dans la démarche de la Fondation pour la santé des hommes au Canada ([FondationSanteDesHommes.ca](http://FondationSanteDesHommes.ca)), un organisme national à but non lucratif fondé par le docteur Larry Goldenberg, récipiendaire de l'Ordre du Canada. La mission de la FSHC est d'inspirer les hommes canadiens à mener une vie plus saine grâce à une variété de programmes, dont [ChangePasTrop.ca](http://ChangePasTrop.ca), une campagne nationale et un mouvement social qui motivent les hommes à vivre plus sainement, et [PourMaSante.ca](http://PourMaSante.ca), un outil de conscientisation sur la santé spécifiquement conçu pour les hommes.

L'annonce de M. Subban fait suite à une étude inédite de la FSHC qui conclut que 72 % des hommes canadiens ont un style de vie malsain.

M. Subban est principalement connu comme le père de P.K. Subban, défenseur étoile des Predators de Nashville, mais il a aussi deux autres fils, Malcolm et Jordan, qui jouent dans la LNH. Ses filles sont toutes deux éducatrices, suivant les traces de leur père dans le domaine de l'enseignement. L'une est également une athlète qui a établi un record, alors que l'autre est une artiste visuelle primée. L'auteur du livre *How We Did It* consacre beaucoup de son temps à animer des conférences sur le leadership.



« Nous sommes ravis que Karl soit un de nos champions, explique le président fondateur de la FSHC, Wayne Hartrick. Il comprend ce que c'est que d'avoir des problèmes avec sa santé. Comme beaucoup d'hommes, il a dû trouver comment être plus en santé. C'est parfois un défi intimidant et il y a des hommes qui ne savent pas par où commencer. Karl a vécu cela, et nous savons qu'il sera capable d'aider les hommes canadiens à faire de petits changements chaque jour pour vivre plus sainement. »

## **AU SUJET DE LA FONDATION POUR LA SANTÉ DES HOMMES AU CANADA**

La Fondation pour la Santé des Hommes au Canada (FSHC) est un organisme national sans but lucratif qui a pour mission d'inspirer les hommes canadiens et leur famille à vivre une vie plus saine. Les statistiques sur la santé des hommes au Canada sont alarmantes; 70 % des problèmes de santé chez les hommes peuvent être évités en adoptant un style de vie sain. Apprenez-en plus en visitant [FondationSanteDesHommes.ca](http://FondationSanteDesHommes.ca), [ChangePasTrop.ca](http://ChangePasTrop.ca) et [PourMaSante.ca](http://PourMaSante.ca).

## **DEMANDES DES MÉDIAS**

Andrea Chrysanthou, Global Public Affairs  
[achrysanthou@globalpublic.com](mailto:achrysanthou@globalpublic.com)  
416 797-8194