

Ray Brulé, un Champion chaque jour

Le programme Champions chaque jour aimerait honorer une personne exceptionnelle, Ray Brulé, pour sa passion pour le tennis et son mode de vie sain et actif. Comme le mentionne son fils Albert : « Ray est probablement plus actif que la plupart des gens qui ont la moitié de son âge! » Ray est un fervent joueur de tennis; il s'occupe de l'alignement pour Greenhills Tennis Club, de London, en Ontario.

L'été dernier, Ray et sa femme Rheta, ont remporté les grands honneurs du double mixte 75 ans et plus des London Senior Games, puis ont terminé premiers des Southwestern Regional Ontario Senior Games, à Chatham.

Ray croit qu'il est en santé grâce aux activités physiques qu'il pratique et à son bon régime alimentaire. Il adore le fromage, principalement le cheddar, et aime bien la crème glacée pour le dessert. Il arrose également ses céréales de crème et boit un verre de lait de temps en temps. Ray sauté sur chaque occasion pour manger du beurre (il dit même qu'il aime un peu de pain avec son beurre). Ray est vraiment un Champion chaque jour!

