

# SURVIVRE OU S'ADAPTER



## Une conférence de Jimmy Pelletier

École

Motivant, inspirant et touchant. Une conférence qui saura vous donner l'énergie, le courage et la détermination nécessaire pour propulser vos projets personnels et éducatifs

# À propos de Jimmy Pelletier

**Jimmy Pelletier est né le 30 décembre 1976, à Baie-Comeau. Dès l'âge de 3 ans, il commence à pratiquer le hockey et le baseball, voulant ainsi suivre l'exemple de ses 2 frères aînés. Pendant 17 ans, le jeune athlète de la Côte-Nord pratique la compétition de haut niveau dans divers sports. Le 29 août 1996, à la suite d'un accident d'automobile, il devient paraplégique et perd ainsi l'usage de ses jambes. Sa passion pour les sports, lui permettra d'aborder de manière positive cet événement tragique. Après quelques mois intenses de réadaptation, c'est ainsi que Jimmy se lance pleinement dans la pratique du sport adapté.**

À l'hiver **2006**, sa détermination et sa persévérance lui permettent d'atteindre son rêve : une participation aux Jeux paralympiques de Turin 2006, en Italie. Après maintes participations à des coupes du monde, championnats et courses en athlétisme, en paracyclisme et en ski paranordique, Jimmy décide de mettre fin à sa carrière d'athlète en **2014**. Il désire alors se consacrer à sa famille et redonner à sa communauté par des actions rassembleuses et porteuses de ses valeurs.

En **2015** il fonde officiellement la première édition de la Randonnée Jimmy Pelletier, un événement bénéfique annuel qui rassemble Jimmy et une soixantaine de cyclistes sur les routes du Québec. En mai **2018**, Jimmy Pelletier réussit à conquérir le mont Kilimandjaro en Tanzanie à vélo de montagne adapté. Accompagné de 5 coéquipiers et de 24 Sherpas, il est le 2e personne paraplégique à avoir gravi les 5895 mètres d'altitude du plus haut sommet de l'Afrique.

Toujours avide de nouveaux défis, Jimmy Pelletier décide de traverser le Canada à vélo à main au printemps **2019**. Plus de 7200 kilomètres ont été franchis en 65 jours. En plus des bénéfices récoltés, Jimmy a su transmettre l'importance du dépassement de soi en offrant des conférences dans différentes écoles francophones du Canada.

Pas question de s'arrêter malgré la pandémie. Une nouvelle activité est née le « Weekend Vélo ». En **2021**, cette même activité a été honorée par la Fédération québécoise des sports cyclistes en recevant le prix Événement provincial et inter-provincial de l'année en cycliste pour tous.

En **2025**, Jimmy prépare son plus grand défi; la traversée du monde à vélo à main **et ce, en complète autonomie**. Seulement sa femme l'accompagnera pour ce grand périple prometteur. Ensemble, ils sillonneront dans une période de deux ou trois ans, 45 000 km de routes à travers 5 continents; l'Europe, l'Asie, l'Afrique, l'Amérique du Sud et l'Amérique du Nord.

Ces nombreuses activités de levée de fonds ont permis d'amasser à ce jour plus de 1,4 million de dollars pour favoriser l'inclusion des personnes ayant des limitations à travers la province, et même du pays.

**Après chaque exploit réalisé, un message fort de dépassement de soi, de respect de la différence et d'entraide reste gravé dans la mémoire des gens qui ont croisé son chemin.**





# À propos de la tournée dans les écoles

## LA MISSION

«Je souhaite sincèrement que mon passage puisse inspirer les jeunes et les amener ainsi à leur réussite scolaire et personnelle.» — Jimmy Pelletier

## LES VALEURS

Dépassement de soi • Attitude • Respect • Confiance en soi • S'amuser • Détermination • Persévérance • L'entraide

## LE PLAN DE PRÉSENTATION DES VISITES DE JIMMY PELLETIER

1. Projection d'une vidéo résumant le parcours de vie et les nombreux défis relevés par l'ancien athlète paralympique. Inspirant, Authentique et touchant, Jimmy raconte aux jeunes, en toute simplicité, son cheminement et partage ses valeurs.
2. Présentation du vélo adapté utilisé pour la Traversée du Canada. (Prévoir 2 personnes à l'arrivée de M. Pelletier pour transporter le vélo.)
3. Conférence de Jimmy Pelletier suivi d'une période de questions durant laquelle les élèves pourront poser des questions à M. Pelletier sur son parcours, sa carrière d'athlète, le Kilimandjaro, La Traversée du Canada et son futur projet Le Tour du Monde en vélo en 2027.

Durée

**1 heure**

+

Une période de questions fort appréciée des participants.

Coût (École primaire)

**300\$**

Coût (École secondaire)

**500\$**

Au bénéfice

**ADAPTAVIE** 

# Suggestions d'activités suite à la visite de Jimmy Pelletier


## MATERNELLES ET 1E CYCLE DU PRIMAIRE

1. Se familiariser avec les termes suivants: paraplégique et quadraplégique.
2. Exploiter le thème du corps humain pour comprendre son fonctionnement et le rôle de la moelle épinière.
3. Demander aux élèves d'exprimer deux mots qui résumant la conférence pour eux et en discuter en classe.
4. Explorer le site internet de [larandonneejimmypelletier.com](http://larandonneejimmypelletier.com) . Voir et comprendre avec les élèves, les défis et les buts de cette randonnée et des autres activités entourant Jimmy Pelletier.

## 2E ET 3E CYCLES DU PRIMAIRE ET TOUS LES NIVEAUX DU SECONDAIRE

1. Composition d'un texte d'opinion sur le sujet suivant: «Comment réagirais-tu et que ferais-tu si tu perdais l'usage de tes jambes?».
2. Proposer aux élèves, lors de la période d'informatique, de faire une recherche sur les termes suivants: paraplégique et quadraplégique.
3. Inviter les jeunes à connaître davantage M. Pelletier en leur suggérant d'explorer sur le site internet [larandonneejimmypelletier.com](http://larandonneejimmypelletier.com) la biographie en lien avec cet ancien athlète paralympique. Leur soumettre un questionnaire en lien avec la lecture.





SA PERSONNALITÉ CHALEUREUSE, D'UNE GRANDE SIMPLICITÉ, LUI PERMET D'ÊTRE PROCHE DE SON AUDITOIRE POUR LEQUEL IL SAIT ADAPTER SON DISCOURS. IL A FAIT PREUVE D'UNE BELLE DISPONIBILITÉ AUPRÈS DES JEUNES POUR RÉPONDRE À LEURS QUESTIONS ET POUR PRENDRE DES PHOTOS.

— Odette Fortin  
Directrice  
École des Écrivains

---

M.PELLETIER A SU TOUCHER DROIT AU COEUR TOUS LES ÉLÈVES AINSI QUE LE PERSONNEL LORS DE SA CONFÉRENCE. IL Y A CERTAINEMENT TRANSMIS LE GOÛT DU DÉPASSEMENT DE SOI.

— Chantale Poirier  
Directrice  
École Saint-Paul-Apôtre

# Information et réservation

Pour toutes questions concernant les conférences  
de Jimmy Pelletier, veuillez contacter:

**Mme Camille Marchand**

418-529-9238 p.231

[camille@adaptavie.org](mailto:camille@adaptavie.org)

