

# SURVIVRE OU S'ADAPTER



## Une conférence de Jimmy Pelletier

Postsecondaire

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

# 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 7500 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 1,7 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 conférence

Par le biais de son témoignage, Jimmy vous fera découvrir sa façon de voir les choses depuis l'adversité qui l'a rendu paraplégique après l'accident. Il saura insufflé sa détermination et l'adaptation de sa nouvelle condition à travers le récit des moments marquants qu'il a vécus. Inspirant, authentique et touchant.

Ponctué d'anecdotes, de moments touchants et de messages d'espoir, la conférence de Jimmy vise à inspirer tous et chacun dans leur propre défi, à encourager le dépassement de soi et à stimuler l'état d'esprit à s'adapter lors d'une épreuve!

*LORSQU'ON EST CONFRONTÉ À UNE ÉPREUVE DE LA VIE,  
ON A TOUJOURS LE CHOIX DE SURVIVRE OU DE S'ADAPTER  
À LA SITUATION.*

— Jimmy Pelletier

Durée

**1 h 15**

+

Une période de questions  
fort appréciée des participants.

Coût

**750\$** + taxes

Au bénéfice

**ADAPTAVIE** 



# Prix et distinctions

2007 – **Prix Maxime** – remis par Leucan de la région de Québec

2006 – **Prix de la Fierté** – remis par l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec

2017 – **Prix « engagement auprès des personnes vivant avec un handicap »** – remis par l'Unité de loisir et de sport de la Capitale-Nationale

2018 – **Prix Fernand-Dufour pour l'engagement social** – remis par M. Patrick Huot député provincial de Vanier – Les Rivières

2018 – **Médaille de l'Assemblée nationale** – remis par le Premier ministre du Québec M. Philippe Couillard

2021 – **Mérite cycliste Québécois meilleur événement de vélo au Week-end vélo Jimmy Pelletier** – remis par la Fédération québécoise des sports cyclistes

2022 – **Récipiendaire du Prix bénévoles pour souligner un engagement exceptionnel auprès de la communauté de Québec** -Remis par l'honorable Jean-Yves Duclos, député de Québec à la Chambre des communes à Ottawa.



JE CONNAIS JIMMY DEPUIS PLUSIEURS ANNÉES ET J'AI EU LE PRIVILÈGE D'ASSISTER À QUELQUES-UNES DE SES CONFÉRENCES. CHAQUE FOIS, IL ME TOUCHE DROIT AU CŒUR. L'ÉCOUTER ME RACONTER SA VIE, SES EMBÛCHES, SES DÉFIS, EST UNE EXCELLENTE MOTIVATION.

IL UTILISE SA PROPRE EXPÉRIENCE DE VIE, QUI SOIT DIT EN PASSANT, NE PEUT LAISSER PERSONNE INDIFFÉRENT, POUR AIDER LES PERSONNES AVEC DES DÉFICIENCES QU'ELLES SOIENT PHYSIQUES OU PSYCHOLOGIQUES, À VIVRE MIEUX. UN DÉFI SE TERMINE ET UN AUTRE ÉMERGE DÉJÀ. IL NE CESSE DE SE SURPASSER AU PROFIT DES AUTRES.

JIMMY, C'EST UN ÊTRE EXTRAORDINAIRE, DÉTERMINÉ, GÉNÉREUX ET À L'ÉCOUTE DE SON PROCHAIN.

— Sébastien Pelletier  
Président-directeur général  
TBC Constructions

---

CONFÉRENCE HUMAINE VRAIE ET UNIQUE. JIMMY NOUS FAIT RÉALISER À QUEL POINT LA VIE PEUT ÊTRE IMPRÉVISIBLE... QUE LA RÉSILIENCE ET L'ADAPTATION NOUS FONT REBONDIR VERS DE NOUVEAUX DÉFIS MAIS SURTOUT VERS UNE VIE QUI DOIT NOUS RESSEMBLER ET RESPECTER NOS VALEURS PROFONDES. JIMMY EST UN MODÈLE D'AMOUR DE GÉNÉROSITÉ ET D'ALTRUISME.

— Catherine Turgeon  
Propriétaire et physiothérapeute  
Action Pro-Santé Physiothérapie

# 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)

