



2023-2024

Rapport d'activité

TRAVAILLER ENSEMBLE AFIN D'ATTEINDRE DES
SOMMETS DE PERFORMANCE, UN ATHLÈTE À LA FOIS!



SOUTENIR / SERVIR / PERFORMER / INNOVER / EXCELLER

MERCI À NOS PARTENAIRES

QUI PERMETTENT AUX ATHLÈTES EN RÉGION DE
RÉALISER LEURS RÊVES, DE PROGRESSER DANS LEUR
SPORT ET DE PRENDRE SOIN DE LEUR SANTÉ.



CONTENU

ENCADRER ET PERMETTRE AUX ATHLÈTES ET
ENTRAÎNEURS DE SE DÉPASSER...

04	Mot du Président
05	Mot de la Direction générale
06	Excellence Sportive Laurentides (CDESL) : Mission, vision, valeurs et orientations stratégiques
07	Conseil d'administration 2023-2024
08	Équipe du CDESL
09	Partenaires financiers
12	Investissement du CDESL par MRC
13	Projets communautaires
16	Investissement du CDESL par catégorie de service
17	Statistiques
19	Soutien aux entraîneurs
20	Entraîneur 101
21	Sommet Développement Sportif CDESL 2024
22	Programme - En route vers l'excellence
26	Lanaudière
27	Centres d'entraînement
28	Liste des groupes d'entraînement 2023-2024
30	Liste des intervenants ayant traité des athlètes du CDESL
31	Nous joindre

MOT DU PRÉSIDENT

C'est avec plaisir que je vous présente le Rapport annuel 2023-2024 d'Excellence Sportive Laurentides (CDESL). À la suite de la dernière année, qui avait été synonyme de changement, tant au niveau du nom, du logo, que de postes clés au sein de l'administration, le mandat que nous nous étions donnés à l'aube de la nouvelle année était de faciliter la cohésion entre les acteurs importants du milieu sportif des régions des Laurentides et de Lanaudière.

Encore cette année, Excellence Sportive Laurentides a su innover et lancer des projets enrichissants pour le développement des athlètes, des entraîneurs, des arbitres et des intervenants médicosportifs, tels que le Sommet développement sportif CDESL, la série de formations Entraîneur 101 et l'élaboration du Plan d'action organisationnel d'urgence en santé mentale (PAUSM) 2024.

Bien évidemment, tout cela n'aurait pas été possible sans le soutien de nos précieux partenaires, à qui je tiens à exprimer ma plus profonde reconnaissance, en particulier aux 7 MRC ainsi qu'à la ville de Mirabel et au ministère des Affaires municipales et de l'Habitation du Québec (MAMH).

Je souhaite également remercier chaleureusement nos partenaires scolaires, tant dans les Laurentides que dans Lanaudière, pour leur précieuse implication. Leur collaboration étroite avec le CDESL est essentielle pour offrir des opportunités de développement aux athlètes et aux programmes Sport-études. De plus, nous sommes reconnaissants envers le ministère québécois de l'Éducation, du Loisir et du Sport, qui, par le biais de l'Institut National du Sport du Québec, soutient financièrement nos efforts visant à accompagner nos athlètes de haut niveau et nos délégations régionales aux Jeux du Québec.

En tant que président fondateur, je suis particulièrement fier de l'implication de mes collègues du conseil d'administration. Votre engagement bénévole est d'une importance capitale pour l'évolution de l'organisation et pour le bien-être de la jeunesse sportive que nous servons.

Enfin, je souhaite exprimer ma gratitude envers l'équipe de direction du CDESL, les kinésiologues et tous les intervenants accrédités. Votre dévouement et votre passion pour soutenir la jeunesse sportive font une différence significative dans la vie de nombreux athlètes.

En cette période de réflexion et de projection vers l'avenir, je suis confiant que nous sommes prêts à relever les défis qui se présentent à nous. Ensemble, nous continuerons à soutenir nos athlètes et à promouvoir l'excellence sportive dans notre région.

Je vous remercie sincèrement pour votre engagement et votre dévouement envers la jeunesse sportive.



François Cantin
Président - Excellence Sportive Laurentides (CDESL)

MOT DE LA DIRECTION GÉNÉRALE

Je tiens à commencer ce rapport en mettant en lumière les éléments marquants de la dernière année écoulée pour Excellence Sportive Laurentides (CDESL).

Après un début d'année marqué par la fermeture de l'Institut régional des Sports de Saint-Jérôme (IRS), nous nous sommes engagés à maintenir et même à renforcer notre présence dans les différentes MRC. Cet engagement ne s'adresse pas seulement aux athlètes, mais aussi aux entraîneurs, aux intervenants médicosportifs et aux parents.

Parmi les initiatives lancées en 2023-2024 pour offrir un meilleur encadrement à tous ceux qui gravitent autour du sport, nous pouvons citer la création de l'infolettre CELL, la mise en place de la série d'ateliers "Entraîneur 101", le Sommet développement sportif CDESL 2024, les Capsules kin ainsi que l'élaboration du Plan d'action organisationnel d'urgence en santé mentale (PAUSM) 2024.

Dans cette même dynamique, nous avons eu l'honneur de voir les athlètes des régions des Laurentides et de Lanaudière participer aux Finales des Jeux du Québec Été 2023 à Rimouski et Hiver 2024 à Sherbrooke. Ces événements ont été un franc succès pour nos représentants. Leurs performances exceptionnelles témoignent de l'excellence sportive que nous soutenons et encourageons au sein de notre organisation.

Je me considère chanceux et extrêmement fier d'être entouré d'une équipe dévouée et dynamique qui n'a pas hésité à retrousser ses manches et à se renouveler, malgré les changements administratifs et logistiques des dernières années. Leur travail assidu a permis de poursuivre notre mission et de soutenir les athlètes dans leur parcours sportif et personnel.

En terminant, je souhaite remercier l'ensemble de l'équipe, souvent discrète mais essentielle, sans qui rien de cela ne serait possible. Un merci particulier à Ariane Bruyère, adjointe à la direction, Suzie Durand, technicienne comptable, ainsi qu'à Catherine Michaud et Chloé Gadoua, qui ont partagé le rôle d'adjointe à la coordination durant la dernière année, pour leur excellent travail et leur remarquable capacité d'adaptation. Je tiens également à souligner l'apport exceptionnel d'Heidi Malo, qui a assumé le rôle de directrice haute performance cette dernière année. Son implication depuis la création de l'organisme a largement dépassé les attentes, permettant au CDESL de se développer et d'obtenir ses lettres de noblesse.

Je ne peux terminer sans mentionner le travail inébranlable et le dévouement de l'équipe de kinésologues envers notre mission. J'exprime également ma reconnaissance envers nos partenaires, les membres du conseil d'administration et tous ceux qui contribuent à la réussite de notre organisation. Un remerciement spécial à M. François Cantin, président et fondateur du CDESL, pour sa confiance, son ouverture et ses conseils toujours précieux.

Je vous présente ce rapport annuel, qui reflète notre engagement continu envers l'excellence sportive et notre détermination à relever tous les défis qui se présentent à nous.

Cordialement,



Simon Trudel
Directeur Général - Excellence Sportive Laurentides (CDESL)

EXCELLENCE SPORTIVE LAURENTIDES (CDESL)

MISSION

Le CDESL est un organisme à but non lucratif dont la mission est d'optimiser, de façon concertée, l'offre de services et l'encadrement de tous les athlètes identifiés Excellence, Élite, Relève et Espoir de la région des Laurentides et de Lanaudière, le développement des entraîneurs et des intervenants sportifs, afin de soutenir leur démarche vers l'excellence.

Dans la mission présentée ci-dessus, le terme excellence met l'emphase sur la démarche vers l'excellence, et est utilisé comme qualificatif au sens large et vise à souligner la qualité du rendement (ex.: excellence d'une performance pour un athlète), du travail (ex.: excellence du travail de l'entraîneur avec un athlète), de l'effort (ex.: excellence et la persévérance d'un athlète à l'école tout en pratiquant son sport) et de l'expertise (ex.: excellence du niveau de connaissance d'un intervenant).

VISION

Le CDESL désire être la référence en matière d'encadrement d'athlètes dans les Laurentides et Lanaudière. Par le fait même, il a comme objectif de se positionner comme un leader au niveau du développement en sport de haut niveau au Québec.

VALEURS

SOUTENIR / SERVIR / PERFORMER / INNOVER / EXCELLER

«Travailler ensemble afin d'atteindre des sommets de performance, un athlète à la fois!»

ORIENTATIONS STRATÉGIQUES

1. Service aux athlètes, parents, entraîneurs et groupes d'entraînement
2. Développement organisationnel
3. Identité, visibilité et notoriété
4. Assurer la pérennité financière de l'organisme à moyen et long terme

CONSEIL D'ADMINISTRATION 2023-2024

DIRIGEANTS DE L'ORGANISATION

François Cantin, **Président**
Roch Langelier, **Vice-président administratif**
Vicky Hamel, **Vice-présidente service aux athlètes**
Patrick Toupin, **Trésorier**
Philippe-Antoine Maisonneuve, **Secrétaire**

ADMINISTRATEURS

Cédric Bourdelais
Christian Berland
Jacques Allard

Jean Comtois
Normand St-Amour
Philippe Dugas

COMITÉS DE TRAVAIL

Comité services aux athlètes et marketing

François Cantin
Philippe-Antoine Maisonneuve
Roch Langelier
Vicky Hamel
Heidi Malo
Simon Trudel

Comité de gouvernance et d'éthique

Christian Berland
François Cantin
Cédric Bourdelais
Roch Langelier
Simon Trudel

Comité de finance

Patrick Toupin
François Cantin
Philippe-Antoine Maisonneuve
Simon Trudel

ÉQUIPE DU CDESL

2023-2024

ADMINISTRATION

Simon Trudel

Directeur général

Heidi Malo

Directrice haute performance

Suzie Durand

Technicienne comptable

Ariane Bruyère

Adjointe à la direction

Catherine Michaud

Adjointe à la coordination

Depuis août 2023

Chloé Gadoua

Adjointe à la coordination

Départ août 2023

KINÉSIOLOGUES

Benjamin Lauzon

Catherine Caron - **Stagiaire**

Cédric Trottier

Charles-Mathieu Lachaume

Clara Vézina

David Deschênes

Dominick Patry-Tremblay

Éloi Laporte

Emie Béland-Matte

Émilie D'Aoust - **Stagiaire**

Florence Delsame - **Stagiaire**

Jason Dunn

Jean-Philippe Boutet

Manouchka Chaput

Martina Arenas - **Stagiaire**

Nicolas-Vincent Molina

Raphael Lebeuf

PARTENAIRES FINANCIERS

MUNICIPALITÉS RÉGIONALES DE COMTÉ (MRC)

Le CDESL peut fièrement compter sur l'appui des 7 MRC de la région, et de la ville de Mirabel. Celles-ci se veulent le fondement de l'organisation. Il est donc primordial pour le Conseil de développement excellence sportive des Laurentides de répondre aux besoins de chacun des milieux. Le CDESL oriente ses projets afin de rencontrer les besoins de la jeunesse sportive de chacune des MRC de la région.

MRC PARTENAIRES ET CONTRIBUTION FINANCIÈRE



51 520\$



34 408\$



29 256\$



18 584\$



12 696\$



8 000\$



5 000\$



4 600\$

MINISTÈRE DES AFFAIRES MUNICIPALES ET DE L'HABITATION (MAMH)

Le Ministère des Affaires municipales et de l'Habitation (MAMH), par le biais du Fonds régions et ruralité (FRR), soutient le CDESL au montant de 125 000\$ dans le cadre d'une entente avec les MRC de la région des Laurentides, et le CDESL.

Le fonds régions et ruralité (FRR) est mis à la disposition des régions, par le gouvernement du Québec, afin d'investir dans des projets mobilisateurs ayant un rayonnement régional. Ces projets sont choisis et priorisés par un comité régional de sélection en fonction des priorités de développement propres à chaque région.

Le soutien du MAMH s'ajoute à celui des MRC et de la ville de Mirabel afin d'offrir un accompagnement aux groupes d'entraînement civils et scolaires, aux programmes communautaires, ainsi qu'aux entraîneurs des Laurentides.

PARTENAIRES FINANCIERS

GOVERNEMENT DU QUÉBEC

Par l'entremise de l'INS, le gouvernement du Québec a soutenu le CDESL à la hauteur de 165 000\$.

Le programme de soutien aux centres régionaux d'entraînement multisports est mis en place par le ministère de l'Éducation afin de s'assurer que tous les athlètes identifiés ainsi que leurs entraîneur(e)s aient accès à une offre complète de services, notamment des services en sciences du sport et médecosportifs.

Le gouvernement finance les frais d'une conseillère en développement des entraîneurs et de leur environnement (CDEE) pour une somme de 24 000\$. Heidi Malo, qui occupe le rôle de CDEE dans les Laurentides, collabore avec les entraîneurs afin de les aider dans leur développement. Son rôle est d'aménager l'environnement propice au développement des entraîneurs et de les accompagner dans leur cheminement d'apprentissage continu.

Québec 

VILLE DE SAINT-JÉRÔME

La Ville de Saint-Jérôme a confié, de 2018 à juin 2023, la gestion des plateaux sportifs et des locaux de l'aréna Melançon sous l'appellation Institut régional des sports (IRS). L'institut comprenait des plateaux d'entraînement spécialisés en préparation physique, des plateaux pour la tenue de grands événements sportifs, des bureaux pour les organismes sportifs, des salles de formation pour les athlètes et les entraîneurs.



PARTENAIRES FINANCIERS

PARTENAIRES EN MILIEU SCOLAIRE

Le CDESL collabore avec de nombreux programmes scolaires dans les Laurentides et Lanaudière. Comme nous le faisons pour les programmes civils, le CDESL ajuste son approche en fonction des réalités de chacune des institutions scolaires. Que ce soit pour la gestion des services périphériques ou encore les modèles d'intervention auprès des élèves-athlètes, le CDESL demeure flexible en ce qui a trait au service offert. Voici un résumé des collaborations développées par le CDESL avec le milieu scolaire dans les Laurentides et Lanaudière. Il est important de noter que les contributions, qu'elles soient civiles ou scolaires, sont investies dans leurs régions de provenance. Le soutien financier provenant des Laurentides est redistribué dans les Laurentides, alors que la participation des partenaires de Lanaudière est réinvestie dans Lanaudière.

CONTRIBUTIONS DES PARTENAIRES SCOLAIRES ET/OU LEURS GROUPES D'ENTRAÎNEMENT LAURENTIDES



180 000,00\$

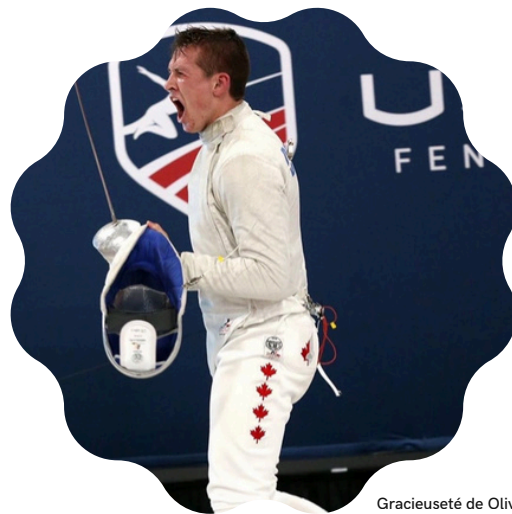


96 560,00\$



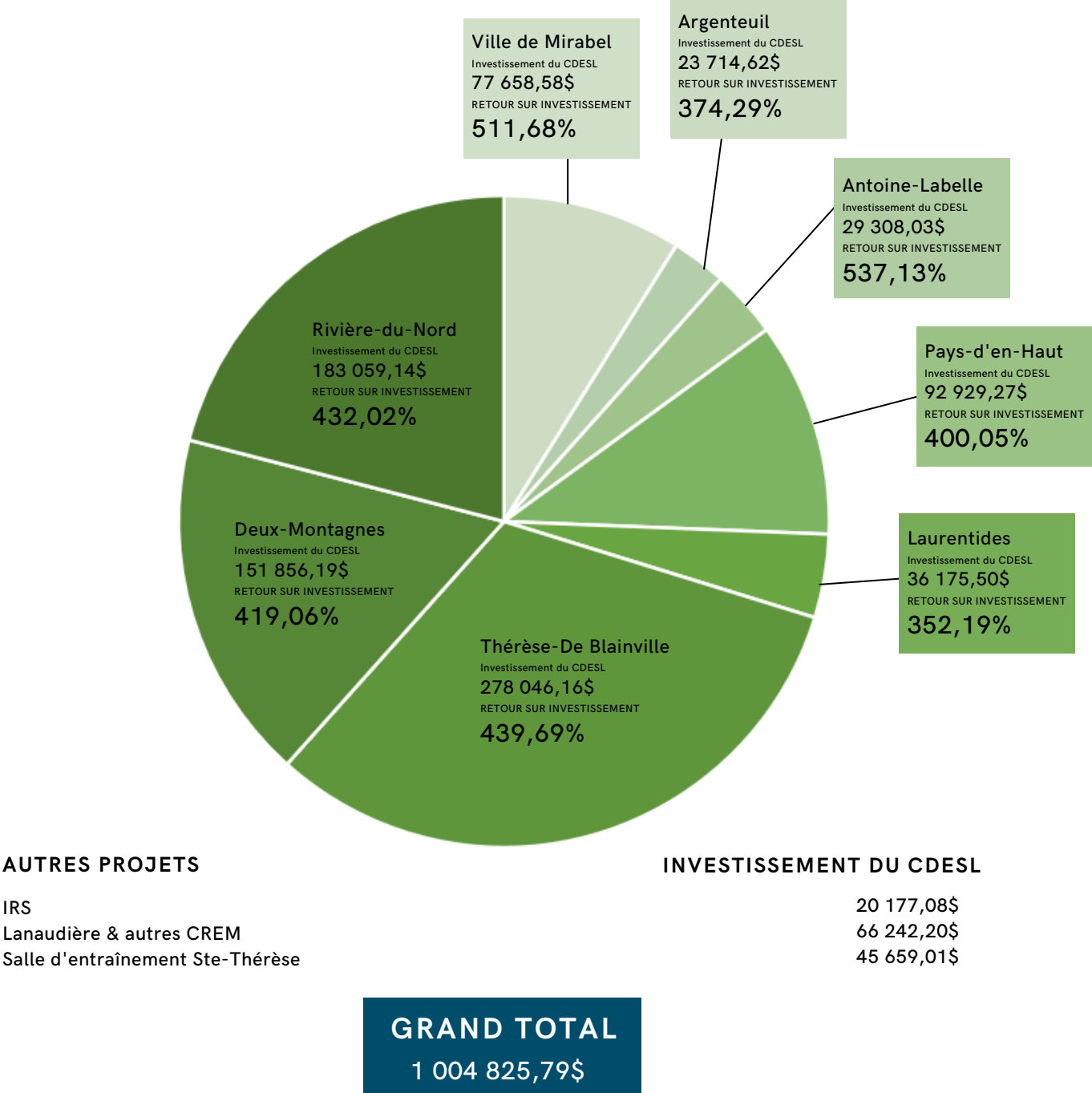
19 500,00\$

Grâce au soutien des MRC de la région et du MAMH, le CDESL bonifie de l'accompagnement offert aux sportifs et sportives des institutions scolaires ci-dessus. De plus, l'organisme s'implique aussi auprès de certains programmes sportifs des écoles Polyvalente St-Joseph de Mont-Laurier, l'école secondaire Curé-Mercure de Mont-Tremblant, la Polyvalente A.N. Morin de Sainte-Adèle et l'école secondaire des Haut-sommet. De nouveaux projets sont actuellement en développement en milieu scolaire avec d'autres établissements.



Gracieuseté de Olivier Desrosiers

INVESTISSEMENT DU CDESL PAR MRC 2023-2024



1 Profitant particulièrement aux jéromiennes et jéromiens, les investissements dans le service aux athlètes liés à l'Institut Régional des Sports (IRS) de St-Jérôme proviennent de la subvention de la ville de St-Jérôme et de revenus autonomes (location de plateaux, loyers, événements etc.) du CDESL dans le cadre du projet de l'IRS. Ce montant vient s'ajouter principalement aux investissements du CDESL dans la MRC Rivière-du-Nord.

2 Les revenus liés au projet de Lanaudière proviennent de la subvention de l'Institut National du Sport (INS) et du Gouvernement du Québec ainsi que des programmes Sport-Études.

3 Les montants affectés à chacun des MRC sont calculés en fonction du lieu de résidence de l'athlète à partir des listes d'inscription fournies par les gestionnaires de programmes ou les entraîneurs.

PROJETS COMMUNAUTAIRES

Dans le cadre de l'entente FRR du CDESL avec les MRC de la région des Laurentides et le MAMH, un volet communautaire a été ajouté. Ce projet vise à faire profiter de l'expertise du CDESL à des jeunes qui n'en auraient pas l'opportunité habituellement. Afin de rejoindre la clientèle cible, 2 moyens ont été mis de l'avant. Tout d'abord, le développement d'activités en collaboration avec des organismes communautaires liés à l'enfance. Ensuite, l'offre d'un cours hebdomadaire de développement moteur à tarif réduit ouvert à tous les enfants de 8 ans et moins, et ce, en collaboration avec les municipalités. Le contenu des projets communautaires et municipaux peut se décliner autour de 3 axes : l'activité physique, la nutrition et la préparation mentale (la motivation, la gestion du stress et de l'anxiété).

Voici la liste des projets initiés en 2023-2024 :

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES :

Organisme : Maison des jeunes Saint-Eustache

MRC : Deux-Montagnes

Mai 2023 : Conférence en nutrition intuitive pour le projet Mission Escalade

Personnes touchées : 10

Organisme : Centre de Pédiatrie sociale en communauté d'Antoine-Labelle

MRC : Antoine-Labelle

Juillet 2023 : Séance avec un kinésiologue pour activités physiques / développement moteur à l'extérieur lors d'un camp d'été

Personnes touchées : 6-8

Organisme : Centre de pédiatrie sociale en communauté d'Argenteuil

MRC : Argenteuil

Juillet et août 2023 : Séance avec un kinésiologue pour activités physiques / développement moteur à l'extérieur lors d'un camp d'été + Atelier en nutrition + Atelier avec les enfants lors de l'évènement *Ma Rentrée en Beauté*

Personnes touchées : 50-100

Organisme : Centre de pédiatrie sociale Cœur des Laurentides

MRC : Rivière-du-Nord

Personnes touchées : 8

Organisme : PREL - Projet Constellation de mes rêves 2023

MRC : des Laurentides

Banque d'heures en tutorat scolaire et journée d'activité pour des jeunes

Personnes touchées : 28

PROJETS COMMUNAUTAIRES

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES (SUITE) :

Organisme : Mini-Jeux d'Argenteuil

MRC : Argenteuil

Juillet 2023 :

Activation/échauffement en début de journée

Préparation de collations (barres croustillantes) pour les jeunes + boisson sportive

Personnes touchées : 200-250

Organisme : Centre pour l'enfance en santé mentale (CÉSAME)

MRC : Deux-Montagnes

Mai 2023 : Conférence aux parents pour le projet Mission Escalade

Août 2023 : Séance avec un kinésiologue pour activités physiques / développement moteur à l'extérieur lors d'un camp d'été + Atelier découverte d'aliments + Conférence d'athlètes

Personnes touchées : 20

Organisme : Fondation Centraide

MRC : Deux-Montagnes

Septembre 2023 : Service en thérapie du sport pour un tournoi sportif de la fondation

Personnes touchées : 120

Organisme : Îlot Jeunesse Mirabel

Ville de Mirabel

Organisme : 4Korners

Activités : Organisation d'ateliers pour les papas de la communauté anglophone des Laurentides sur la persévérance et le rôle du parent dans le développement de l'enfant.



Gracieuseté de Julia Vallée

PROJETS COMMUNAUTAIRES

PROGRAMMATION MUNICIPALE :

Ville de Sainte-Thérèse

MRC : Thérèse-De Blainville

Automne 2023 & Hiver 2024 : Cours de développement moteur le samedi matin pour une durée de 16 semaines

Personnes touchées : 35

Ville de Mirabel

Automne 2023 : Cours de développement moteur le samedi matin pour une durée de 10 semaines

Personnes touchées : 9

Municipalité : Saint-Hippolyte

MRC : Rivière-du-Nord

Automne 2023 : Cours de développement moteur le samedi matin pour une durée de 6 semaines

Personnes touchées : 14

Ville de Boisbriand

MRC : Thérèse-De Blainville

Automne 2023 : Cours de développement moteur le dimanche matin pour une durée de 10 semaines

Personnes touchées : 31

Ville de Saint-Eustache

MRC : Deux-Montagnes

Automne 2023 et Hiver 2024 : Cours de développement moteur le samedi matin pour une durée de 6 semaines

Personnes touchées : 23

INVESTISSEMENT CDESL AUPRÈS DES ATHLÈTES PAR CATÉGORIE DE SERVICE 2023-2024

2023-2024 || 2022-2023

SCIENCE ENTRAÎNEMENT	68%	74%
Préparation physique		
Analyse biomécanique		
Nutrition		
Préparation mentale		
SERVICES MÉDICOSPORTIFS	17%	17,6%
Thérapie du sport		
Physiothérapie		
Massothérapie		
Chiropratique		
Ostéopathie		
Médecin		
Services paramédicaux		
SOUTIEN AUX ENTRAÎNEURS	8%	3,4%
Ateliers		
Conférences		
Formations		
Stages		
Autres		
AUTRES	7%	5%
Achat d'équipements spécialisés		
Assurances des athlètes		
Location de plateaux sportifs		
Projets spéciaux		

Témoignages - En route vers l'excellence

«Merci pour votre soutien constant au cours des deux dernières années. Vous faites partie des acteurs clés à ma réussite sportive.»

Éloïse Camiré

«En terminant, j'aimerais prendre le temps de mentionner que les services offerts par le CDESL sont vraiment utiles pour nous les athlètes et que je suis très heureuse de pouvoir en bénéficier. Je vous suis très reconnaissante d'avoir créé ce programme de remboursement de dépenses qui nous donne un sérieux coup de main financier pour aider à payer les multiples dépenses encourues par le sport de compétition de haut niveau...»

Lily Bernier

«Pour conclure, je tiens à réitérer ma reconnaissance face à chaque intervenant de l'équipe d'Excellence Laurentides. Nous sommes choyés de pouvoir compter sur des intervenants professionnels qui nous appui dans la poursuite de nos objectifs.»

Marie-Jade Lauriault

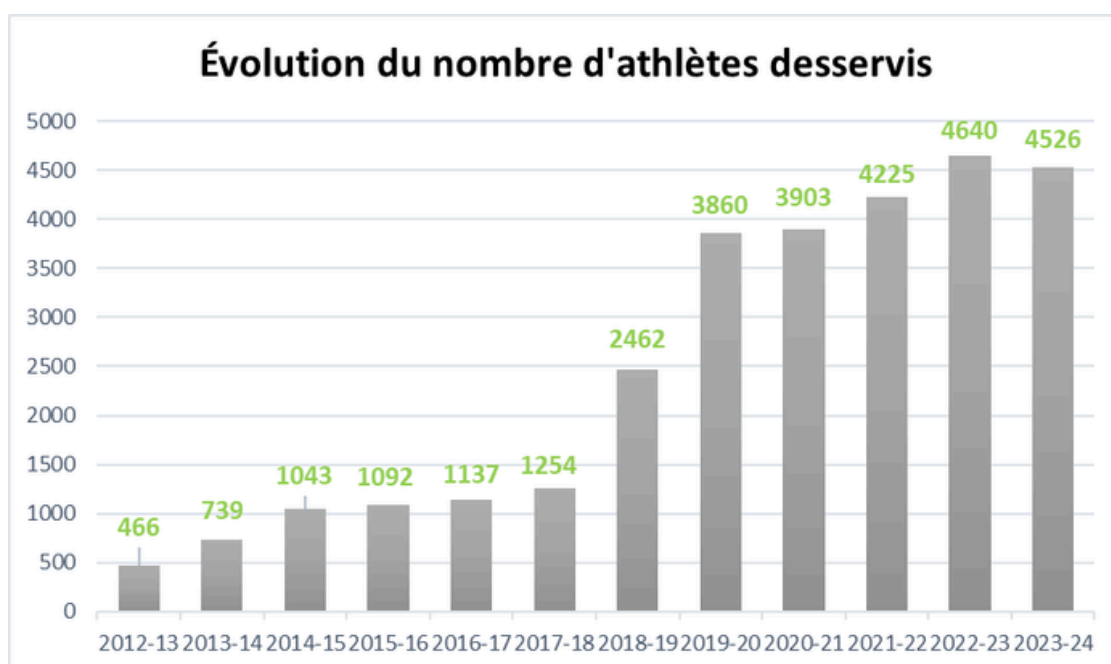
STATISTIQUES

ATHLÈTES SOUTENUS PAR NIVEAU D'IDENTIFICATION 2023-2024

	Régions	
Niveau des athlètes	Laurentides*	Lanaudière*
Excellence	14	1
Élite	50	33
Relève	74	37
Espoir	1203	785
Émergent	2331	N/A

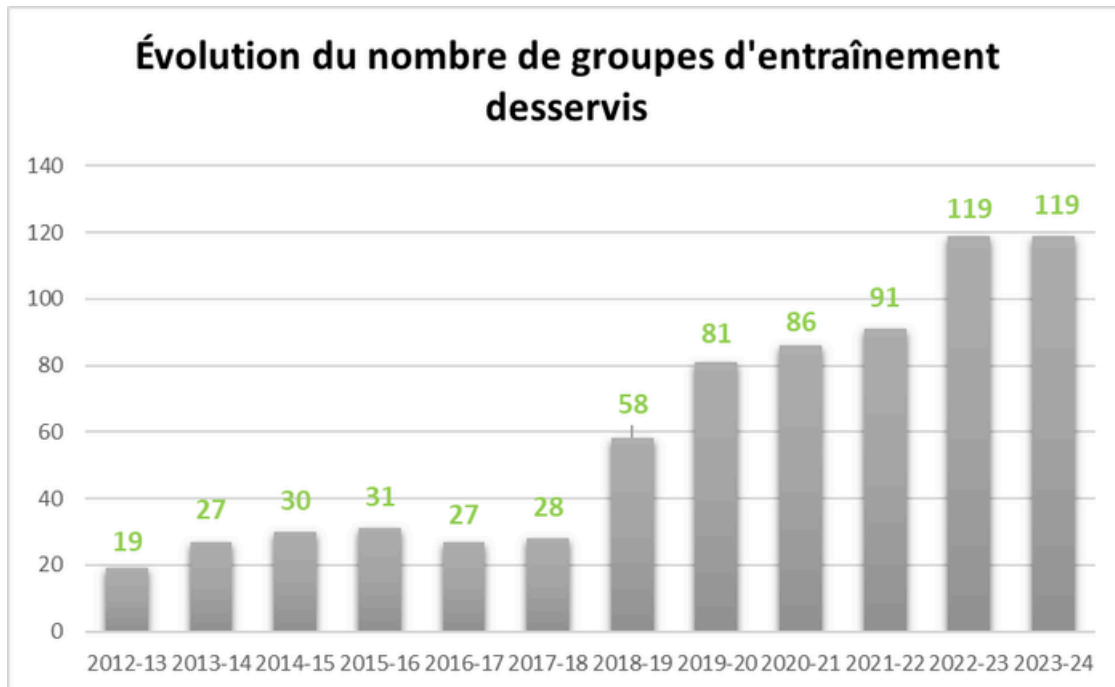
*Les régions Laurentides et Lanaudière ont des enveloppes budgétaires totalement distinctes. Celles-ci sont attribuées à des groupes d'entraînement et/ou des athlètes provenant de la région à laquelle les budgets sont assignés.

ÉVOLUTION DU NOMBRE D'ATHLÈTES DESSERVIS

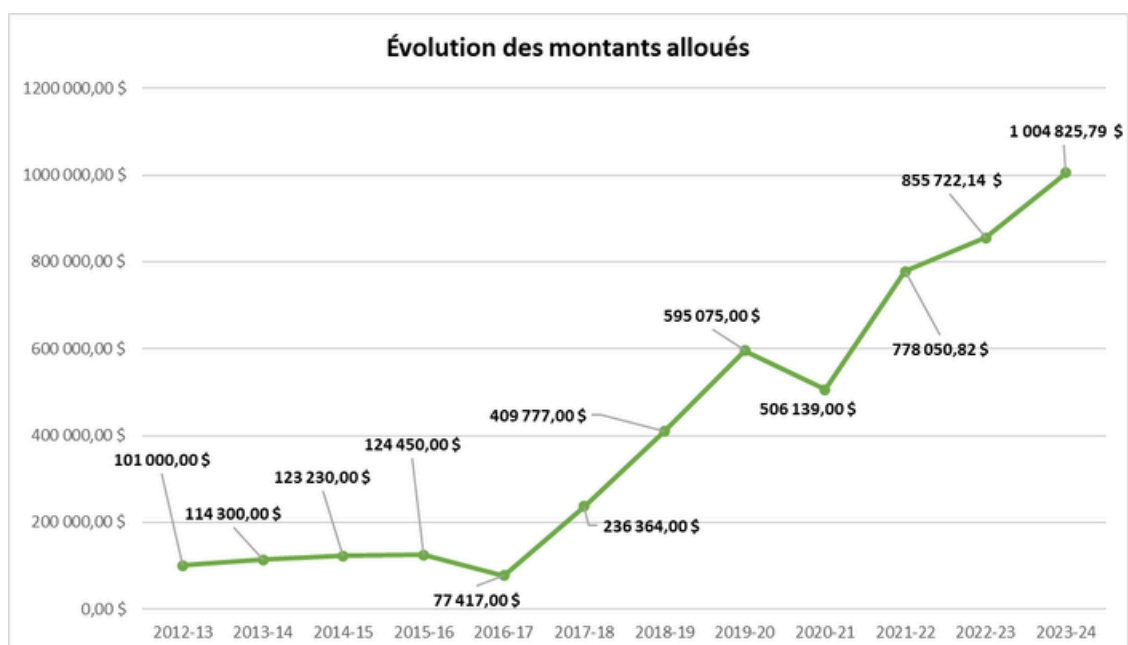


STATISTIQUES

ÉVOLUTION DU NOMBRE DE GROUPES D'ENTRAÎNEMENT DESSERVIS



ÉVOLUTION DES MONTANTS ALLOUÉS



SOUTIEN AUX ENTRAÎNEURS

CONSEILLER EN DÉVELOPPEMENT DES ENTRAÎNEURS ET DE LEUR ENVIRONNEMENT (CDEE)

Notre vision est de devenir un pilier incontournable du soutien et développement professionnel des entraîneurs dans les régions des Laurentides et Lanaudière. Notre mission première est de les accompagner dans leur parcours d'apprentissage en offrant un espace dédié à l'échange des meilleures pratiques, en stimulant la réflexion sur l'application de la théorie dans leur réalité quotidienne, et en favorisant une collaboration enrichissante entre les entraîneurs.

Nous sommes convaincus que l'apprentissage trouve sa signification au sein de notre communauté, grâce aux expériences partagées et à l'échange constructif. Notre objectif est de soutenir de manière continue le développement des entraîneurs via l'apprentissage social. Nous souhaitons collaborer avec des entraîneurs désireux de participer activement à leur apprentissage, tout en leur offrant un espace sécuritaire pour échanger et se développer.

Voici la liste des projets initiés en 2023-2024 :

- Communauté de pratique avec des entraîneurs en formation DAE
- Mentorat individuel
- Développement des habiletés mentales sur le long terme de l'athlète avec les entraîneurs de Baseball
- Développement de l'autonomie chez l'athlète
- Lancement Infolettre CELL
- Soutien aux entraîneurs de différents clubs, tels que Volleyball Sport-Études Lanaudière, Viagym et Hockey Féminin Lanaudière Les Pionnières
- Communauté de pratique entraîneurs MRC Antoine-Labelle

DIPLÔME AVANCÉ EN ENTRAÎNEMENT (DAE)

Afin d'accompagner les athlètes de haut niveau, il est impératif de soutenir le développement de leurs entraîneurs. En ce sens, le CDESL est fier d'offrir son support pour le DAE une entraîneuse de la région des Laurentides :

- Myriam Landry-Ladouceur, Gymnastique Barany (MRC Argenteuil)

ENTRAINEUR 101

Cultiver la passion chez l'athlète !

Ensemble, cultivons la flamme qui propulsera la prochaine génération vers l'Excellence

Entraîneur 101 - Prévention des blessures et développement athlétique est un programme de formation que nous avons développé afin d'offrir une série de conférences gratuites aux entraîneurs et parents bénévoles permettant de leur donner des outils nécessaires pour :

- Prévenir les blessures grâce à une prise en charge athlétique complète.
- Protéger vos athlètes contre les commotions cérébrales.
- Inspirer la passion et l'autonomie chez vos jeunes athlètes.
- Optimiser la nutrition et les routines de récupération.

L'ensemble des conférences sera offert sur une période de deux ans dans l'ensemble des MRC des Laurentides et de Lanaudière.

VOLET : THÉRAPIE DU SPORT

Conférencière : Emie Béland-Matte

L'atelier vise à fournir des connaissances pratiques sur les premiers soins et les mesures à prendre en cas de blessures. Il se concentre sur le processus de retour au jeu après une blessure.

- 8 novembre 2023 - Mont-Tremblant - 13 participants
- 15 novembre 2023 - Mont-Laurier - 9 participants
- 18 novembre 2023 - Lorraine - 22 participants



VOLET : CULTIVER LA PASSION CHEZ L'ATHLÈTE - SANTÉ MENTALE

Conférencières : Heidi Malo & Emilie Lemelin

Cette conférence interactive, est un échange entre entraîneurs qui permet de partager leurs expériences, en plus de fournir des outils pratiques pour développer la passion chez les athlètes en développement. Il s'agit d'une opportunité de discuter, réfléchir et apprendre davantage sur l'approche à adopter pour cultiver la passion qui propulsera la prochaine génération vers l'Excellence.

- 7 novembre 2023 - Sainte-Agathe-des-Monts - 12 participants
- 24 janvier 2024 - Centre sportif Pays-d'en-Haut - 6 participants
- 1 février 2024 - Sainte-Thérèse - 20 participants
- 8 février 2024 - Deux-Montagnes - 2 participants



Emilie Lemelin



Heidi Malo

SOMMET DÉVELOPPEMENT SPORTIF CDESL 2024

Pour la 1^{ère} édition du Sommet Développement Sportif CDESL 2024, l'accent a été mis sur la création d'une empreinte durable au sein de la communauté.

À travers l'organisation de panels, de conférences et d'ateliers de travail, les participants ont été amenés à élaborer sur les différents thèmes qui touchent leurs enjeux du sport et des athlètes au Québec.

Sous l'animation de M. Charles-Antoine Sinotte, la journée a permis de rassembler sous un même toit, dans un premier temps les intervenants et entraîneurs, afin d'aborder les nouveautés dans différentes facettes de la prise en charge de l'athlète.

En parallèle, les gestionnaires de plateaux sportifs, élus et gestionnaires de municipalités, de services de loisirs et centres de service scolaire ont eu accès à des experts pour la mise en candidature d'événement ou de projet d'infrastructure.

- L'ensemble des profits de la journée a été remis à la Fondation Jeunesse Sportive des Laurentides (FJSL)



ENTRAÎNEURS ET INTERVENANTS

- Dr. Justin Drager - L'instabilité de l'épaule
- Thomas Romeas - L'utilisation de la réalité virtuelle dans le sport et le retour au jeu
- Dr. Geneviève Rochette Gratton et Lilian Halme - Prévention de blessures
- Evelynne Deblock et Roxane Carrière - Récupérer pour mieux performer, une approche interdisciplinaire

ÉVÈNEMENTS ET INFRASTRUCTURES

- Jay Hébert - La boîte noire de la commandite
- Benoît Girardin - Mise en candidature d'événements sportifs
- Kamal El-Batal - Préparer un dossier de subvention efficacement

CONFÉRENCE DE CLÔTURE

- Jasmin Bergeron - L'Effet WOW !



Le programme *En route vers l'excellence* vise à soutenir les athlètes dans leur ascension vers l'atteinte de leurs objectifs par le remboursement de dépenses liées à leur développement.



Alycia St-Pierre

Discipline : Taekwondo
Résidente du Lac-des-Écorces
MRC Antoine-Labelle
545,00 \$



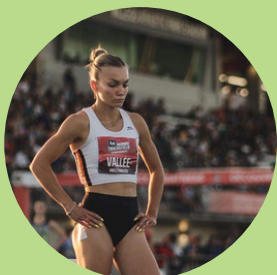
Alexandrine Gagnéux

Discipline : Haltérophilie
Résidente de Saint-André-d'Argenteuil
MRC d'Argenteuil
400,00 \$



Jean-Christophe Bougie

Discipline : Ski acrobatique
Résident de Brownsburg-Chatham
MRC d'Argenteuil
400,00 \$



Julia Vallée

Discipline : Athlétisme
Résidente de Saint-Joseph-du-Lac
MRC Deux-Montagnes
1000,00 \$



Erikson Moore

Discipline : Ski de fond
Résidente de Mont-Tremblant
MRC des Laurentides
715,35 \$



Florence Bryar

Discipline : Baseball
Résident de Mont-Blanc
MRC des Laurentides
700,00 \$



Guillaume Paquette

Discipline : Golf
Résident de La Minerve
MRC des Laurentides
663,27 \$



Emeraude Maheux

Discipline : Surf des neiges
Résidente de Mont-Blanc
MRC des Laurentides
750,00 \$



Mavrick Sauvé

Discipline : Ski acrobatique
Résident de Mirabel
700,00 \$



Juliette Auger-Hamelin

*Discipline : Ski acrobatique
Résidente de Mirabel*

500,00 \$



Gabriel Blanco

*Discipline : Baseball
Résident de Mirabel*

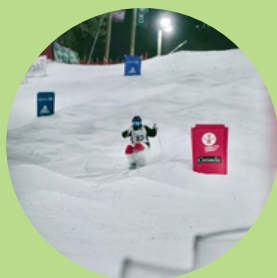
900,00 \$



Zorak Paillé

*Discipline : Cyclisme
Résident de Saint-Sauveur
MRC Pays-d'en-Haut*

667,50 \$



**Laurianne Desmarais-
Gilbert**

*Discipline : Ski acrobatique
Résidente de Sainte-Adèle
MRC Pays-d'en-Haut*

700,00 \$



Sofia De Zordo

*Discipline : Golf
Résidente de Morin-Heights
MRC Pays-d'en-Haut*

535,74 \$



Béatrice Charbonneau-Morin

*Discipline : Canoe-kayak
Résidente de Sainte-Adèle
MRC Pays-d'en-Haut*

900,00 \$



Éloise Camiré

*Discipline : Cyclisme
Résidente de Saint-Jérôme
MRC Rivière-du-Nord*

700,00 \$



Kelly-Ann Laurin

*Discipline : Patinage artistique
Résidente de Saint-Jérôme
MRC Rivière-du-Nord*

564,53 \$



Alycia Hudon

*Discipline : Ski acrobatique
Résidente de Saint-Colomban
MRC Rivière-du-Nord*

460,00 \$



Lily Bernier

Discipline : Natation artistique

Résidente de Saint-Jérôme

MRC Rivière-du-Nord

550,00 \$



Samuelle Boivin

Discipline : Baseball

Résidente de Prévost

MRC Rivière-du-Nord

500,00 \$



Sainaa Chevrier

Discipline : Baseball

Résident de Prévost

MRC Rivière-du-Nord

400,00 \$



Vicky Roblain

Discipline : Ski acrobatique

Résidente de Saint-Colomban

MRC Rivière-du-Nord

423,23 \$



Patrick Desnoyers

Discipline : Parahockey

Résident de Sainte-Sophie

MRC Rivière-du-Nord

700,00 \$



Dominic Allaire

Discipline : Gymnastique artistique

Résident de Saint-Jérôme

MRC Rivière-du-Nord

400,00 \$



Olivier Perron

Discipline : Taekwondo

Résident de Saint-Jérôme

MRC Rivière-du-Nord

900,00 \$



Philippe Vachon

Discipline : Natation (para)

Résident de Blainville

MRC Thérèse-De Blainville

500,00 \$



Maria-Elena Andras

Discipline : Haltérophilie

Résidente de Blainville

MRC Thérèse-de-Blainville

470,93 \$



Marie-Jade Lauriault

Discipline : Patinage artistique
Résidente de Sainte-Anne-des-Plaines
MRC Thérèse-de-Blainville

450,00 \$



Romain Le Gac

Discipline : Patinage artistique
Résidente de Sainte-Anne-des-Plaines
MRC Thérèse-de-Blainville

450,00 \$



Stéphanie Lemay

Discipline : Gymnastique artistique
Résident de Sainte-Thérèse
MRC Thérèse-de-Blainville

400,00 \$



**Laurent Jutras-
Vigneault**

Discipline : Tennis de table
Résident de Blainville
MRC Thérèse-De Blainville

450,00 \$



Zoé Cadrin

Discipline : Gymnastique artistique
Résident de Blainville
MRC de Thérèse-de-Blainville

450,00 \$



Mégane Vallières

Discipline : Patinage artistique
Résidente de Sainte-Thérèse
MRC Thérèse-de-Blainville

400,00 \$



Olivier Desrosiers

Discipline : Escrime
Résident de Rosemère
MRC Thérèse-De Blainville

700,00 \$

LANAUDIÈRE

Pour la région de Lanaudière, le soutien financier provient essentiellement du milieu scolaire et du gouvernement du Québec, et ce, dans le cadre du programme de soutien aux régions sans CREM (ERO). Celui-ci reste sous la juridiction de l'INS.

Bien qu'il y ait eu des améliorations, les règles quant à la livraison des services pour les athlètes identifiés de niveau Élite et Relève demeurent très restrictives. Il en va de même pour la gestion des budgets attribués aux programmes Sport-Études. Les principaux handicaps dans la région de Lanaudière se situent à deux niveaux. Premièrement, il demeure impossible à ce jour de soutenir des groupes d'entraînement (clubs et/ou associations sportives) et le CDESL n'a toujours pas l'autorisation de développer d'autres programmes pour les jeunes sportives et sportifs de cette région.

Depuis 2018, plusieurs demandes ont été faites à l'INS et au gouvernement du Québec afin de permettre à un plus grand nombre d'athlètes de Lanaudière de bénéficier de l'expertise du CDESL.

En 2023-2024, le CDESL aura soutenu 68 athlètes identifiés élités ou relèves de Lanaudière sur une possibilité de 91, ce qui représente 75% des athlètes desservis. En ce qui concerne les élèves-athlètes de programmes Sport-Études, le CDESL en a accompagné 785 durant la dernière année.

Dans le cadre du volet des entraîneurs, le CDESL a développé des partenariats avec certains clubs et associations de la région de Lanaudière dans le cadre du projet Conseiller au développement des entraîneurs et de leur environnement (CDEE). Nous vous invitons à prendre connaissance de la section CDEE du présent document afin d'obtenir les informations liées à ce programme.

VOLET FINANCIER - LANAUDIÈRE 2023-2024

Total - Programmes Sport-Études et Jeux du Québec		
Dépenses total	Dépenses de programme (ERO)	Contribution du milieu scolaire
12 413,44 \$	4 540,76 \$	7 872,68 \$
Total - Athlètes identifiés Lanaudière		
Dépenses de programme (ERO)	Soutien en service	Valeur des services rendus
38 733,08 \$	13 281,89 \$	52 014,97 \$

CENTRES D'ENTRAÎNEMENT

INSTITUT RÉGIONAL DES SPORTS DE SAINT-JÉRÔME (IRS)

En ce qui a trait au fonctionnement de l'IRS, le financement provenait de deux sources principales. Dans le cadre du protocole d'entente avec la ville de Saint-Jérôme, un investissement de **15 809,07\$** a été réalisé par la municipalité dans le projet. Cette somme visait à aider le CDESL dans les opérations du centre d'entraînement et à offrir un service de préparation physique à certains organismes reconnus par la ville. Le reste des revenus nécessaires provenait de revenus autonomes tels que les locations de plateaux sportifs, de bureaux pour des associations sportives et la présentation d'événements.

Avant sa fermeture définitive le 22 juin 2023, l'IRS a tenu sept événements durant la période d'avril à juin, incluant des compétitions, des camps d'entraînement, des journées d'évaluation et des journées de formation. C'est en moyenne 775 visiteurs par semaine qui ont pu bénéficier des installations. De plus, l'association de basketball de St- Jérôme, Neptune Natation, Club de vélo L'Échappée et l'Académie des Sommets Sportifs sont des organisations dont les bureaux étaient situés à l'IRS.

CENTRE D'ENTRAÎNEMENT STE-THÉRÈSE

Suite à l'augmentation de l'achalandage du centre d'entraînement, situé sur le boulevard Curé-Labelle lors de l'année 2021-2022, nous avons dû déménager dans des locaux plus spacieux en novembre 2022. Le centre d'entraînement Excellence Sportive Laurentides est situé sur René-A.-Robert à Sainte-Thérèse et la superficie est de 5 686 pieds carré.

Le financement pour ce centre provient de l'école St-Gabriel à la hauteur de 30 000\$ annuellement et de revenus autonomes obtenus par des locations.



LISTE DES GROUPES D'ENTRAÎNEMENT 2023-2024

ATHLÉTISME

Académie de Ringuette
Club d'athlétisme Epsilon

BASEBALL

Académie Escadron
Baseball ABC
Baseball Félix-Leclerc
Baseball LLL
Escadron EPSJ
Escadron GV
Escadron Saint-Gabriel
Orioles Saint-Jérôme

BASKET-BALL

Association de basket-ball Saint-Jérôme
Basket-ball Mont-Laurier
Cheminots - Basket-ball féminin
Cheminots - basket-ball masculin
Géants EPSJ
Basket-ball Coyotes

CHEERLEADING

Cheminots
RND Élite Allstars

CROSS-COUNTRY

Cheminots

CYCLISME

Cycle-Max BMX
L'Échappée - Vélo de montagne
Vélo Pays-d'en-Haut

DANSE

A. N. Morin - Danse-Études
Apexx

ESCALADE

Le Crux

E-SPORTS

Pandas - CSTJ

FOOTBALL

Football Curé-Mercure

GOLF

Académie de golf Morency

GYMNASTIQUE

ASTgym
Excel Gym
Gym Plus
Gymnastique Barany
Gymnika
Méga Gym
Viagym
Zénith trampoline
Zénith

HOCKEY SUR GLACE

Cheminots
Draveurs de Mont-Laurier
Hockey Coyotes
Hockey Féminin - PSEHFL
Les Étoiles
Panthères de Saint-Jérôme
Phénix M18AAA
Seigneurs des Mille-Iles
Sélects du Nord
Vikings M18AAA
Voyageurs Curé-Mercure

JUDO

Dojo Zenshin
Judo Blainville

MULTISPORT

Académie Lafontaine
Esther-Blondin

NATATION

CAMO
Cheminots
Club Aquatique Saint-Eustache (CASE)
Club de natation Mont-Laurier
Club de natation Mont-Tremblant
Montréal Synchro - Natation artistique
Neptune Natation
Neptune Natation Artistique
Performance Synchro - Natation artistique

PATINAGE ARTISTIQUE

CPA Les ailes d'argent
CPA Les libellules de Ferme-Neuve
CPA Saint-Jérôme
CPA Vallée-de-la-Rouge
École Espoir de Blainville
École Excellence Rosemère
Golding Ice
Laval Guimond
Patinage Laurentides
Patinage Mont-Tremblant
Performance Nuvo

PATINAGE DE VITESSE

CPV Mirabel/Saint-Jérôme
CPV Rosemère
Patin de vitesse Lanaudière

PLONGEON

Plongeon l'Envol

RUGBY

Rugby Curé-Mercure

SKI ACROBATIQUE

Acroski Laurentides - Groupe Élite
Acroski Sport-études
FQSA
Freestyle Canada
Ski Camel

LISTE DES GROUPES D'ENTRAÎNEMENT 2023-2024

SKI ALPIN

Apexx ski/snow
Club de ski Mont-Blanc
Club de ski Mont-Garceau
Club de ski Olympia
EDLS
Équipe S1 CCBN
Ski alpin Saint-Gabriel
Ski Olympia

SKI DE FOND

Club de défi Montagne coupé
Fondeurs-Laurentides
Ski de fond Mont-Tremblant

SOCCER

Académie Lafontaine
Ambassadeurs de Saint-Jérôme
AS Blainville
Association régional de soccer des Laurentides
Cavalier Sainte-Sophie
Cheminots - soccer féminin
Cheminots - soccer masculin
Club de soccer des Lynx de Lachute
FC Boréal
FC Challenger
Révolution FC
Satellites Sainte-Anne-des-Plaines
Soccer Barthélemy-Joliette
Soccer EPSJ
Soccer Félix-Leclerc
Soccer PEF
Soccer Saint-Gabriel

SOFTBALL

Softball Québec

SURF DES NEIGES

AQS
FBI
Survolt Développement Athlétique

TAEKWONDO

Taekwondo Laurentides
Taekwondo Saint-Jérôme

TENNIS

Tennis de table Prestige
Tennis Interclub
Tennis 13

VOLLEYBALL

A. N. Morin - Volleyball
Cheminots - Féminin
Cheminots - Masculin D1
Cheminots - Masculin D2
Cheminots - Masculin/Féminin D3
Volleyball Mont-Laurier
Volleyball Mont-Tremblant



Gracieuseté de Olivier Perron

LISTE DES INTERVENANTS AYANT TRAITÉ DES ATHLÈTES DU CDESL 2023-2024

CHIROPRACTIENS

Andréanne Ethier Chiasson
Emmanuelle Dion
Éric Tremblay
Frédéric Bourgault
Patrick Bergeron
Simon-Michel Bélisle
Xavier Béliveau-Cantin

CONSULTANT EN BIOMÉCANIQUE DU SPORT

Jean-Luc Gohier

CONSULTANTES EN PERFORMANCE MENTALE

Charles Miller
Chloé Gagnon
Heidi Malo
Lan Anh Phan
Roxane Carrière
Sabrina Cormier

KINÉSIOLOGUES

Alexandra Granger
Catherine Marcotte
Pamella Veilleux
Robert Roy

MASSOTHÉRAPEUTES

Annie Jubinville
Catherine Martin
Jean-Sébastien Auger
Nathalie Lemay
Romain Bouyer

MÉDECIN SPORTIF

Eric Higgins
Geneviève Rochette-Gratton
Marc Gosselin
Sébastien Labrecque

NEUROPSYCHOLOGUE

Catherine Duchesne

NUTRITIONISTES

Ariane Lavigne
Evelyne Deblock
Marianne Côté
Mélanie Mantha

OSTÉOPATHES

Christina Kowalenko
Jessica Dello Sbarba
Kyla Demers
Michel Goyette

PHYSIOTHÉRAPEUTES

Alex Roy-St-Jean
Alexandre Guérin
Andréanne Demers
Antoine Vandal
Antonin Viau

PHYSIOTHÉRAPEUTES (SUITE)

Arianne Antonitti
Bruno Forest
Cassie Desjardins
Elodie Pilon
Gabrielle Caruana
Hugo Lettre
Isabelle Charest
Isabelle Legal
Isabelle Rodier
Jean-Pascal Beauchamp
Karen Laverdure
Keven Roy
Lilian Halme
Marianne Levac
Maude Toupin
Olivier Asselin
Pablo De Luca
Roxanne Juneau
Samuel Dubé
Simon Gloutnay

PSYCHOLOGUES

Daphné Laurin-Landry
Emilie Lemelin
Jérôme Raymond
Nathalie Bertrand

THÉRAPEUTES DU SPORT

Alex Roy
Alison Coquard
Annie-Kim Lachapelle
Antonia Lambiris
Audrey Rioux
Audrey-Ann Raiche
Catherine Martin
Cédric Boutet
Christina Kowalenko
Emie Béland-Matte
Emilie Audette
François St-Amour
Frédérique Avril
Gabriel Caron
Jacinthe Lemieux
Juliette Gallant
Kyla Demers
Lawrence Braccia
Masha Leroux
Michel Goyette
Nicolas Molina
Sara Masi
Sydney Dufour
Valérie Cardinal

YOGA

Christine Laverdure
Isabelle Dupuis
Joanie Laurin

NOUS JOINDRE



14 SS2, Bd René-A.-Robert
Sainte-Thérèse (Québec)
J7E 1V6
450 327-6412

Simon Trudel

Directeur général

directiongenerale@cdesl.net

Poste 201

Suzie Durand

Technicienne comptable

administration@cdesl.net

Poste 200

Ariane Bruyère

Adjointe à la direction

adjointe_adm@cdesl.net

Poste 200

Catherine Michaud

Adjointe à la coordination

info@cdesl.net

Poste 202

Soutien aux athlètes et haute
performance

programmes@cdesl.net