



**2022-2023**

# 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.



NOTRE TERRITOIRE  
VOUS LE AVENIR

**MRC DES**  
**LAURENTIDES**



# 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 2022-2023
08	Équipe du CDESL
09	Partenaires financiers
12	Investissement du CDESL par MRC
13	Projets communautaires
15	Investissement du CDESL par catégorie de service
16	Statistiques
18	Soutien aux entraîneurs
19	Programme - En route vers l'excellence
23	Lanaudière
24	Centres d'entraînements
25	Liste des groupes d'entraînement 2022-2023
27	Liste des intervenants ayant traité des athlètes du CDESL
28	Nous joindre

# MOT DU PRÉSIDENT

C'est avec plaisir que je vous présente le Rapport annuel 2022-2023 d'Excellence Sportive Laurentides (CDESL). La dernière année célébrait les dix années d'existence de l'organisme, et pour cette occasion marquante, une refonte du nom et du logo de l'organisme fût adoptée par le conseil d'administration afin d'opter pour une appellation similaire aux sept autres centres régionaux d'entraînement multisports.

Un changement au niveau de la direction générale a eu lieu en octobre 2022, à la suite de l'annonce du départ de Monsieur Christian Côté. Je profite donc de cette plateforme pour souligner ses six années de service, qui ont permis à l'organisme de s'établir comme une référence dans le milieu sportif de la rive nord de Montréal et le remercier pour tout son dévouement au cours de son parcours professionnel avec le CDESL.

Aussi en octobre dernier, nous apprenions la fermeture de l'Institut régional des sports de Saint-Jérôme (IRS), où siégeaient les opérations du CDESL depuis 2017, à compter du 22 juin 2023.

Malgré ses défis, l'année 2022-2023 a su être synonyme de possibilités et de créativité. Les différents changements ont nécessité que nous innovions, repensions à notre manière d'offrir les services, et que nous transformions notre façon de mener nos activités.

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 que la ville de Mirabel et le 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 implication précieuse. 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 mon rapport en mettant en lumière les éléments marquants de la dernière année écoulée pour Excellence Sportive Laurentides (CDESL).

À la suite de plusieurs années au ralenti dans le domaine du sport en raison de la pandémie, nous pouvions envisager une première année sans interruption de l'offre de service. Le vent dans les voiles et après 10 ans d'opération sous la dénomination du Conseil de Développement Excellence Sportive des Laurentides, l'image de marque méritait de se refaire une beauté avec un nouveau nom et logo reflétant à merveille sa mission, sa vision et ses valeurs.

Dans la même effervescence, nous avons eu l'honneur de voir les athlètes de la région participer aux Jeux du Canada d'été 2022 à Niagara Falls et d'hiver 2023 à l'Île-du-Prince-Édouard. Ces événements ont été un franc succès pour nos représentants des Laurentides, qui ont démontré leur talent et leur détermination sur la scène nationale. De plus, les Jeux du Québec Été 2022 à Laval et Hiver 2023 à Rimouski ont été des moments forts pour nos athlètes, qui ont brillamment représenté notre région. Leurs performances exceptionnelles témoignent de l'excellence sportive que nous soutenons et encourageons au sein de notre organisation.

Cependant, cette année n'a pas été sans ses défis. En octobre 2022, nous avons dû faire face au départ de M. Christian Côté, qui occupait le poste de directeur général du CDESL depuis 6 ans. Nous tenons à lui exprimer notre sincère gratitude pour son dévouement et son leadership au cours de son mandat. Son travail a été essentiel pour faire progresser notre organisation et soutenir notre mission en faveur des jeunes athlètes des Laurentides.

Par ailleurs, nous avons également été confrontés à une annonce inattendue en octobre dernier. Nous avons été informés de la fermeture de l'Institut régional des sports de Saint-Jérôme (IRS). Cette nouvelle a été un choc pour nous tous, puisque l'IRS jouait un rôle important dans le développement sportif de notre région. Finalement en novembre, nous avons été dans l'obligation de déménager le centre d'entraînement de Sainte-Thérèse dans de nouveaux locaux.

Comme le mentionnait le regretté Martin Luther King, la véritable grandeur d'un homme ne se mesure pas à des moments où il est à son aise, mais lorsqu'il traverse une période de controverses et de défis. Je me compte chanceux et extrêmement fier d'être entouré d'une équipe qui n'a pas hésité à remonter leurs manches et ils ont su montrer leur grandeur malgré ces défis, en poursuivant notre mission et soutenant les athlètes dans leur parcours sportif et personnel.

En terminant, je souhaite remercier sincèrement Heidi Malo, qui a été promu comme Directrice haute performance durant la dernière année, Ariane Bruyère, adjointe à la direction, Chloé Gadoua, adjointe à la coordination et Suzie Durand, technicienne comptable, pour leur excellent travail et leur capacité d'adaptation hors pair. Il ne faut pas passer sous le silence le travail de l'équipe de kinésiologues pour son engagement inébranlable et son dévouement envers notre mission. Je tiens également à exprimer ma reconnaissance envers nos partenaires, nos membres du conseil d'administration et tous ceux qui contribuent à la réussite de notre organisation. Un remerciement particulier 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 n'importe quels 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 2022-2023

## DIRIGEANTS DE L'ORGANISATION

---

François Cantin, **Président**  
Christian Berland, **Vice-président administratif**  
Vicky Hamel, **Vice-présidente service aux athlètes**  
Maxime Venne, **Trésorier**  
Roch Langelier, **Secrétaire**

## ADMINISTRATEURS

---

Jean-Simon Levert	Alexandre Gendron
Normand St-Amour	Cédric Bourdelais
Philippe Dugas	Domenico Rizzo
Philippe-Antoine Maisonneuve	Dominic Lamontagne
	Jean Comtois

## COMITÉS DE TRAVAIL

---

**Comité de communication et marketing**  
Dominic Lamontagne, **Président du comité**  
François Cantin  
Philippe-Antoine Maisonneuve  
Cédric Bourdelais  
Christian Côté  
Ariane Bruyère

**Comité de gouvernance et d'éthique**  
Christian Berland, **Président du comité**  
François Cantin  
Alexandre Gendron  
Roch Langelier  
François Gaudreau  
Christian Côté / Simon Trudel

**Comité de finance**  
Maxime Venne, **Président du comité**  
François Cantin  
Philippe-Antoine Maisonneuve  
Philippe Dugas  
Christian Côté / Simon Trudel

# ÉQUIPE DU CDESL 2022-2023

## Direction générale

**Christian Côté**

D'avril à octobre 2022

**Simon Trudel**

Depuis le 28 novembre 2022

**Heidi Malo**

Directrice haute performance

**Suzie Durand**

Technicienne comptable

**Ariane Bruyère**

Adjointe à la direction

**Chloé Gadoua**

Adjointe à la coordination

## Kinésiologues

Alexanne Levasseur - **Stagiaire**  
Anne-Sophie Ouellet - **Stagiaire**  
Benjamin Lauzon  
Cédric Trottier  
Charles-Mathieu Lachaume  
Dominick Patry-Tremblay  
Éliane D'Aoust - **Stagiaire**  
Éloi Laporte - **Stagiaire**  
Florence Delsame - **Stagiaire**  
Jason Dunn  
Michael Noel  
Nicolas Lemieux  
Raphael Lebeuf  
Samuel Hamel  
David Deschênes  
Manouchka Chaput  
Emie Béland-Matte

## Appariteurs

Catherine Michaud  
Étienne Huot  
Gabriel Caron



Gracieuseté de Julia Vallée

# 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, depuis 2018, la gestion des plateaux sportifs et des locaux de l'aréna Melançon sous l'appellation Institut régional des sports (IRS). L'institut comprend 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, et bien entendu, un lieu d'échange pour la communauté sportive des Laurentides.



# 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



164 394,23\$



93 425,00\$



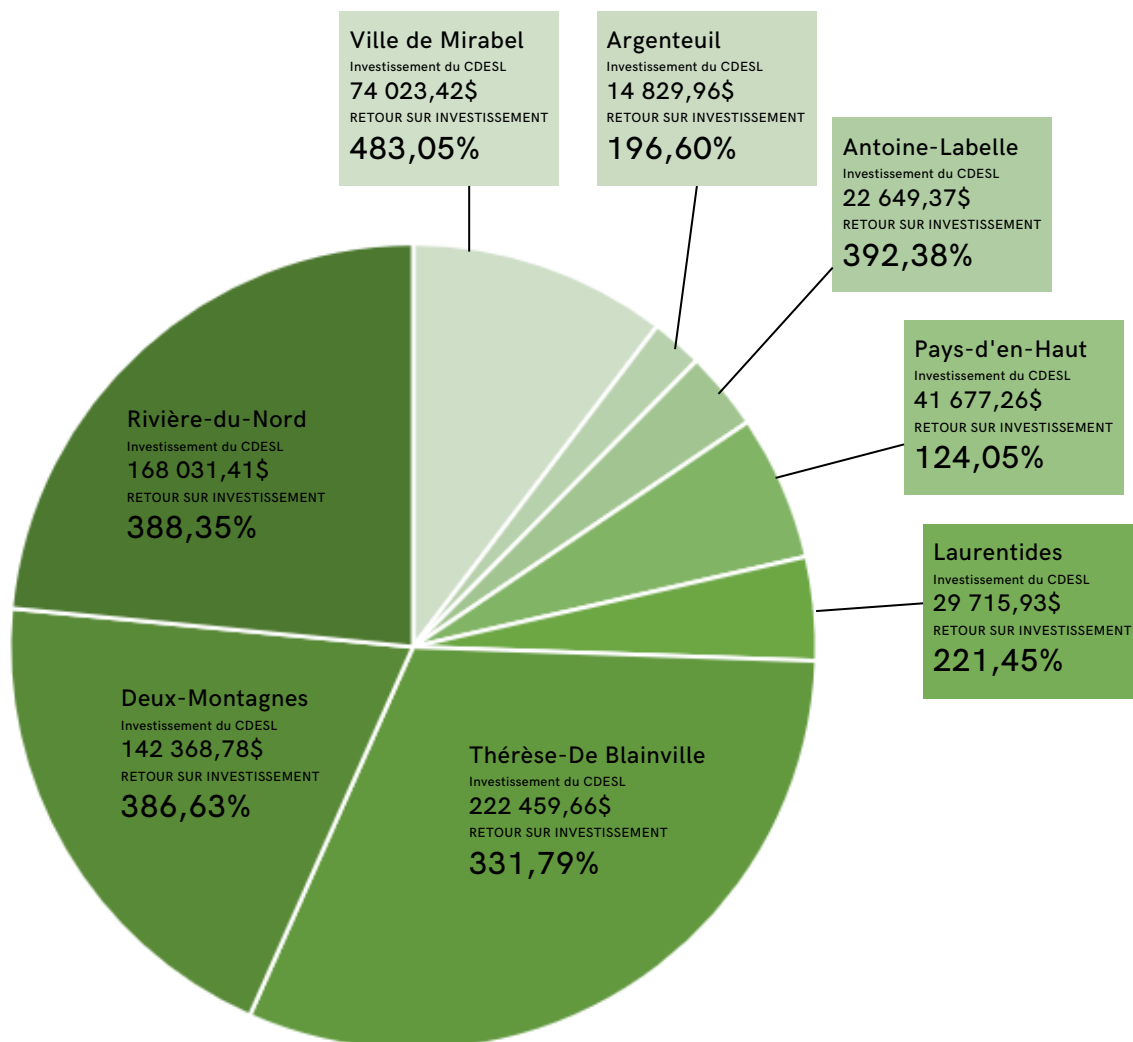
16 883,32\$

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, Polyvalente A.N. Morin de Ste-Adèle et l'École St-Stanislas de St-Jérôme. De nouveaux projets sont actuellement en développement en milieu scolaire avec d'autres établissements.





# INVESTISSEMENT DU CDESL PAR MRC 2022-2023



## AUTRES PROJETS

IRS  
Lanaudière & autres CREM  
Salle d'entraînement Ste-Thérèse

## INVESTISSEMENT DU CDESL

24 223,09\$  
85 628,00\$  
30 157,26\$

## GRAND TOTAL

855 722,14\$

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. Cet élément de l'entente a vu le jour à la suite d'une demande présentée par une MRC partenaire, qui a été étendue partout en région. 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 2022-2023.

## ORGANISMES COMMUNAUTAIRES :

Organisme : École Saint-Gabriel

MRC : Thérèse-De Blainville

Année scolaire : Offre de service en kinésiologie pour classe spécialisée DM de type déficiences multiples (DÉFIS) & classe spécialisée TSA de type trouble du spectre de l'autisme

Personnes touchées : 30

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

MRC : Antoine-Labelle

Avril 2022 : Production de capsules vidéo d'entraînement pour les jeunes (développement moteur)

Personnes touchées : 8

Organisme : Centre de pédiatrie sociale en communauté d'Argenteuil

MRC : Argenteuil

Juin 2022 : Offre de service en kinésiologie (développement moteur) pour la journée d'activités des 5 ans

8 juillet au 12 août 2022 : Animation d'activités extérieures

Personnes touchées : 80

Organisme : Centre de pédiatrie sociale Cœur des Laurentides

MRC : Laurentides

27 avril au 15 juin 2022 : Club de course d'une durée de 8 semaines

Personnes touchées : 14

Organisme : La Maison des Parents

MRC : Rivière-du-Nord

14 mai au 18 juin 2022 : Cours de développement moteur chaque samedi pour une durée de 6 semaines

Personnes touchées : 10

# PROJETS COMMUNAUTAIRES

## ORGANISMES COMMUNAUTAIRES (SUITE) :

Organisme : Maison des Jeunes de St-Eustache

MRC : Deux-Montagnes

Avril & mai 2022 :

Ateliers en nutrition pour les jeunes et les parents

Ateliers en préparation mentale en vue du projet Mission Escalade

Personnes touchées : 15

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

MRC : Deux-Montagnes

Avril & mai 2022 : Service en kinésiologie et production de capsules vidéo d'entraînement pour les jeunes (développement moteur)

Personnes touchées : 30

## PROGRAMMATION MUNICIPALE :

Municipalité : Saint-Hippolyte

MRC : Rivière-du-Nord

Automne 2022 : Cours (2) de développement moteur le samedi matin pour une durée de 10 semaines

Personnes touchées : 8

Ville de Mirabel

Automne 2022 : Cours (2) de développement moteur le samedi matin pour une durée de 12 semaines

Personnes touchées : 22

Ville de Saint-Eustache

Mars 2023 : 6 cours d'une heure de développement moteur pour la programmation de la semaine de relâche scolaire

Personnes touchées : 15

# INVESTISSEMENT CDESL AUPRÈS DES ATHLÈTES PAR CATÉGORIE DE SERVICE 2022-2023

2022-2023 || 2021-2022

## SCIENCE ENTRAÎNEMENT

74%

75%

Préparation physique  
Analyse biomécanique  
Nutrition  
Préparation mentale

## SERVICES MÉDICOSPRTIFS

17,6%

18%

Thérapie du sport  
Physiothérapie  
Massothérapie  
Chiropratique  
Ostéopathie  
Médecin  
Services paramédicaux

## SOUTIEN AUX ENTRAÎNEURS

3,4%

4%

Ateliers  
Conférences  
Formations  
Stages  
Autres

## AUTRES

5%

3%

Achat d'équipements spécialisés  
Assurances des athlètes  
Location de plateaux sportifs  
Projets spéciaux

### Témoignage - Maison des jeunes Saint-Eustache

*Les jeunes ont grandement apprécié la visite du kinésologue. Son expérience et son savoir permettait aux jeunes de poser leurs questions aisément. L'approche du spécialiste a permis de faire rire les jeunes par moment via le questionnaire sur la prise de stéroïdes, ce qui a été apprécié des jeunes. Certains en connaissaient davantage tandis que d'autres non, mais la rencontre avec le kinésologue a permis de tous nous mettre sur la même égalité concernant nos connaissances.*

*Les jeunes ont également apprécié la visite de la nutritionniste. Ils étaient suffisamment à l'aise pour même discuter de leur problématique personnelle. Les informations étaient claires et précises et ne laissaient aucune ambiguïté sur les régimes. Encore une fois, l'approche de la nutritionniste était en cohésion avec nos valeurs et ce que nous tentons de transmettre aux jeunes. L'atelier de cuisine leur a également permis de voir d'autres visions de recettes qui peuvent être autant délicieuses et davantage considéré comme santé.*

*Étant un organisme communautaire, il est particulièrement intéressant de pouvoir recevoir des spécialistes, ce qui n'est pas toujours accessible pour nous en raison des coûts. Nous sommes très reconnaissant.es d'avoir pu collaborer avec le CDESL pour l'année 2022-23.*

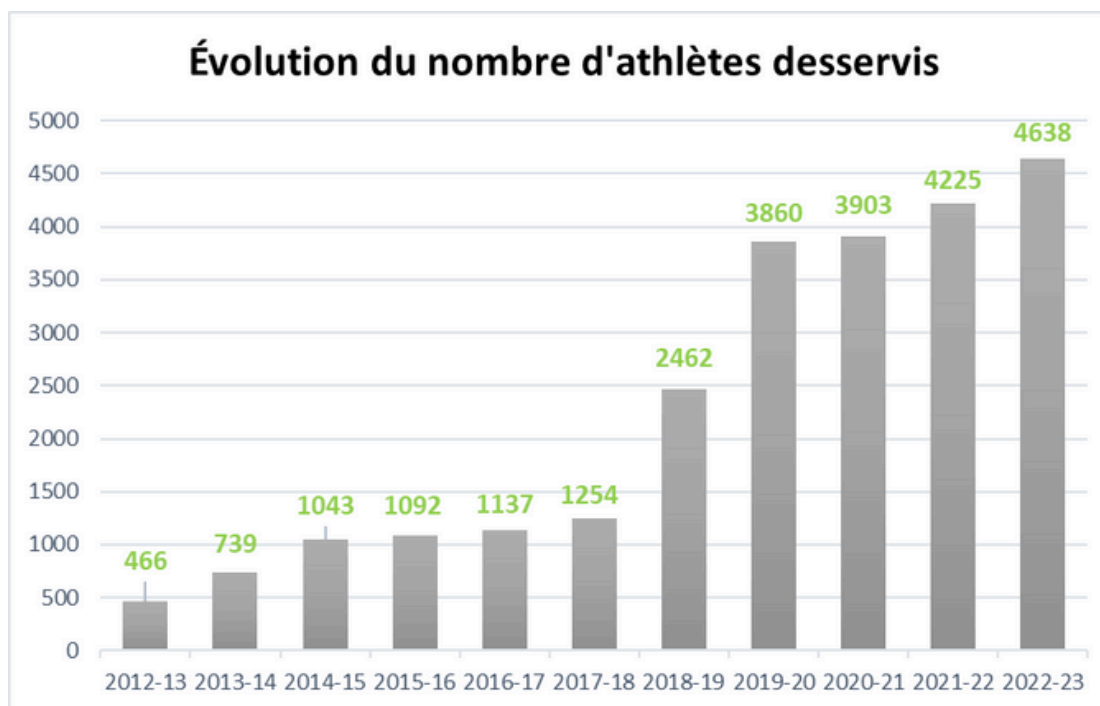
# STATISTIQUES

## ATHLÈTES SOUTENUS PAR NIVEAU D'IDENTIFICATION 2022-2023

	Régions	
Niveau des athlètes	Laurentides*	Lanaudière*
Excellence	11	N/A
Élite	51	30
Relève	88	38
Espoir	1225	698
Émergent	2497	N/A

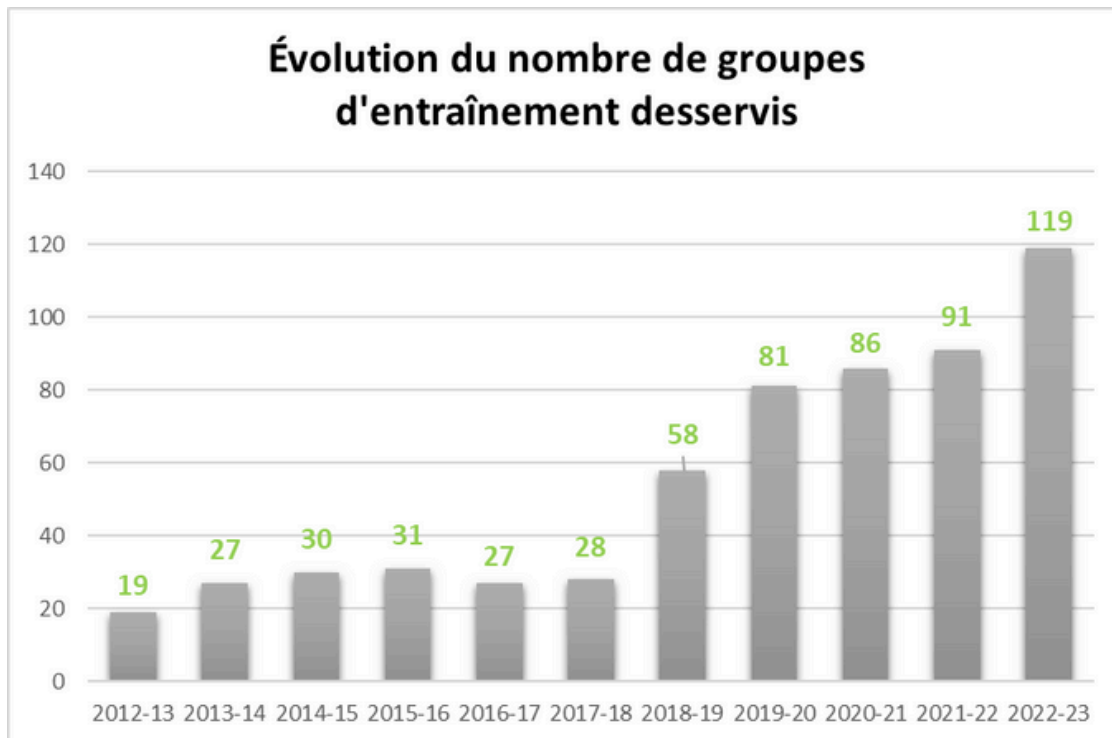
\*Les régions Laurentides et Lanaudière ont des enveloppes budgétaires totalement distinctes. Celles-ci sont attribuées à des groupes d'entraînement et/ou des athlètes provenant de la région à laquelle les budgets sont assignés.

## ÉVOLUTION DU NOMBRE D'ATHLÈTES DESSERVIS

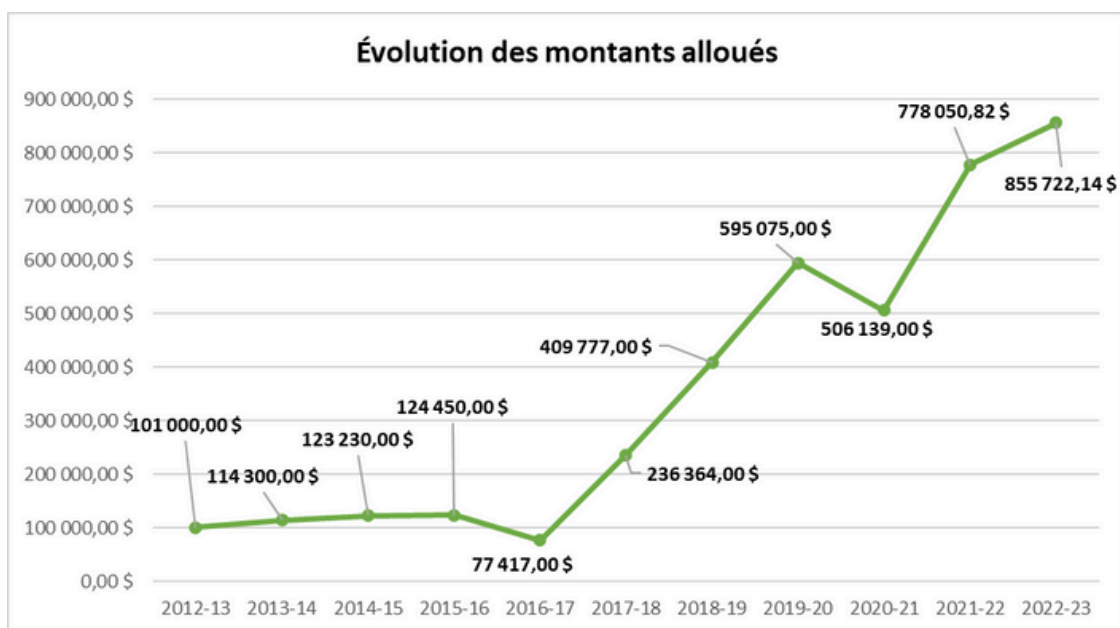


# STATISTIQUES

## 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)

Après avoir observé la troisième année qui vient de s'écouler pour le CDEE, il est clair que notre organisation est profondément ancrée dans la région. Les entraîneurs font preuve de proactivité en se tournant vers nous pour obtenir un soutien, bénéficier de notre expertise et solliciter nos conseils. Nous pouvons être fiers de reconnaître l'impact positif que le CDEE a sur la communauté des entraîneurs. De plus, nous avons récemment commencé à établir des liens avec la région de Lanaudière, ce qui renforce notre présence et notre influence dans un nouvel environnement.

Voici la liste des projets initiés en 2022-2023.

- 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

## 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 leur deuxième année du DAE à 4 entraîneurs de la région des Laurentides :

- Ann-Julie Dion, **Excellence Rosemère** (MRC Thérèse-De Blainville)
- Geneviève Tougas, **Freestyle Canada RBC** (MRC Pays-d'en-Haut)
- Jean-Philippe Boutet, **Basketball Laurentides** (MRC Rivière-du-Nord)
- Olivier Gabriel Lavoie, **Corsaire-Chaparral** (MRC Thérèse-De Blainville)

## LISTE DES ATELIERS ET CONFÉRENCES TENUS EN 2022-2023

Date	Nom de la conférence	Conférenciers	Clientèle cible
16 novembre 2022	Soutenir son enfant vers l'excellence	Heidi Malo	Parents
24 novembre 2022	Optimiser son dîner	Evelyne Deblock	Parents, athlètes et entraîneurs
20 décembre 2022	Gala d'athlète	Ariane Lavigne	Athlètes
7, 14 et 30 mars 2023	Manger à faible coût pour gagner loin de chez vous!	Evelyne Deblock	Parents, athlètes et entraîneurs
28 février et 16 mars 2023	Accompagner son jeune athlète vers l'Excellence	Heidi Malo	Parents, athlètes et entraîneurs
14 et 22 mars 2023	Soutenir l'autonomie des athlètes : le rôle des entraîneurs pour favoriser le bien-être et la performance	Emilie Lemelin	Entraîneurs



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.



## Guillaume Paquette

*Discipline : Golf*  
*Résident de la Minerve*  
*MRC des Laurentides*

**850,00 \$**



## Florence Marenger

*Discipline : Athlétisme*  
*Résidente de Saint-Joseph-du-Lac*  
*MRC Deux-Montagnes*

**550,00 \$**



## Lilya Charron

*Discipline : Canoë-Kayak*  
*Résidente de Morin-Heights*  
*MRC des Pays-d'en-Haut*

**1000,00 \$**



## Éloïse Camiré

*Discipline : Vélo de montagne*  
*Résidente de Saint-Jérôme*  
*MRC de la Rivière-du-Nord*

**1000,00 \$**



## Julia Vallée

*Discipline : Athlétisme*  
*Résidente de Saint-Joseph-du-Lac*  
*MRC Deux-Montagnes*

**650,00 \$**



## Mathis Lamoureux

*Discipline : Surf des neiges*  
*Résident de Morin-Heights*  
*MRC Deux-Montagnes*

**900,00 \$**



## Anne-Marie Gagnon

*Discipline : Athlétisme*  
*Résidente de Brownburg-Chatham*  
*MRC d'Argenteuil*

**850,00 \$**



## Laurianne Desmarais Gilbert

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

**750,00 \$**



## Lily Bernier

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

**770,00 \$**



**Émile Gaudet**

*Discipline : Surf des neiges*  
*Résident de Montcalm*  
*MRC des Laurentides*

**730,00 \$**



**Emeraude Maheux**

*Discipline : Surf des neiges*  
*Résidente de Saint-Faustin-du-Lac-Carré*  
*MRC Laurentides*

**750,00 \$**



**Arnaud Gaudet**

*Discipline : Surf des neiges*  
*Résident de Montcalm*  
*MRC des Laurentides*

**800,00 \$**



**Romain Le Gac**

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

**750,00 \$**



**Marie-Jade Lauriault**

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

**750,00 \$**



**Olivier Desrosiers**

*Discipline : Escrime*  
*Résident de Rosemère*  
*MRC Thérèse-de-Blainville*

**750,00 \$**



**Gabriel Blanco**

*Discipline : Baseball*  
*Résident de Blainville*  
*MRC Thérèse-de-Blainville*

**750,00 \$**



**Juliette Auger-Hamelin**

*Discipline : Ski acrobatique*  
*Résidente de Mirabel*  
*MRC de Mirabel*

**755,00 \$**



**Miori Héneault**

*Discipline : Natation (Para)*  
*Résidente de Saint-Eustache*  
*MRC Deux-Montagnes*

**400,00 \$**



## Alycia Saint-Pierre

*Discipline : Taekwondo*  
Résidente du Lac-des-Écorces  
MRC Antoine-Labelle

**730,00 \$**



## Alice Marchessault

*Discipline : Ski alpin*  
Résidente de Saint-Anne-des-Lacs  
MRC des Pays-d'en-Haut

**350,00 \$**



## Norbert Peter Andras

*Discipline : Judo*  
Résident de Blainville  
MRC Thérèse-de-Blainville

**375,00 \$**



## Mégane Vallières

*Discipline : Patinage artistique*  
Résident de Sainte-Thérèse  
MRC Thérèse-de-Blainville

**400,00 \$**



## Mavrick Sauvé

*Discipline : Ski acrobatique*  
Résident de Mirabel  
MRC de Mirabel

**410,00 \$**



## Anthony Paradis

*Discipline : Patinage artistique*  
Résident de Boisbriand  
MRC Thérèse-de-Blainville

**400,00 \$**



## Béatrice Charbonneau-Morin

*Discipline : Canoë-Kayak*  
Résidente de Sainte-Adèle  
MRC des Pays-d'en-Haut

**355,00 \$**



## Florence Bryar

*Discipline : Baseball*  
Résidente de Mont-Blanc  
MRC des Laurentides

**400,00 \$**



## Kelly-Ann Tessier

*Discipline : Plongeon*  
Résidente de Blainville  
MRC Thérèse-de-Blainville

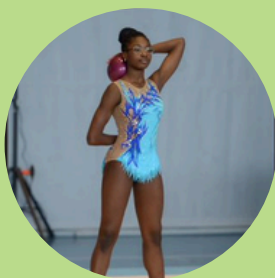
**400,00 \$**



**Benjamin Tessier**

*Discipline : Plongeon*  
*Résident de Blainville*  
*MRC Thérèse-de-Blainville*

**425,00 \$**



**Maire-Lise Anais Ossonon**

*Discipline : Gymnastique rythmique*  
*Résidente de Saint-Jérôme*  
*MRC de la Rivière-du-Nord*

**400,00 \$**



**Nicolas Nadeau**

*Discipline : Patinage artistique*  
*Résident de Boisbriand*  
*MRC Thérèse-de-Blainville*

**400,00 \$**



**Jordan Labelle**

*Discipline : Hockey sur glace*  
*Résident de Saint-Jérôme*  
*MRC de la Rivière-du-Nord*

**400,00 \$**



**Patrick Desnoyers**

*Discipline : Hockey sur glace (Para)*  
*Résident de Blainville*  
*MRC de Thérèse-de-Blainville*

**400,00 \$**



**Maria Elena Andras**

*Discipline : Haltérophilie*  
*Résidente de Blainville*  
*MRC Thérèse-de-Blainville*

**400,00 \$**



# 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 du soutien aux régions sans CREM (ERO). Celui-ci se veut toujours sous la juridiction de l'INS.

Bien qu'il ait eu des améliorations, les règles quant à la livraison des services pour les athlètes identifiés de niveau Élite et Relève se veulent 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 2 niveaux. Dans un premier temps, 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 2022-2023, le CDESL aura soutenu 68 athlètes identifiés élités ou relèves de Lanaudière sur une possibilité de 78, ce qui représente 87% des athlètes desservis. En ce qui a trait aux élèves-athlètes de programmes Sport-Études, le CDESL en a accompagné 698 durant la dernière année.

Dans le cadre du volet des entraîneurs, le CDESL a débuté 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 2022-2023

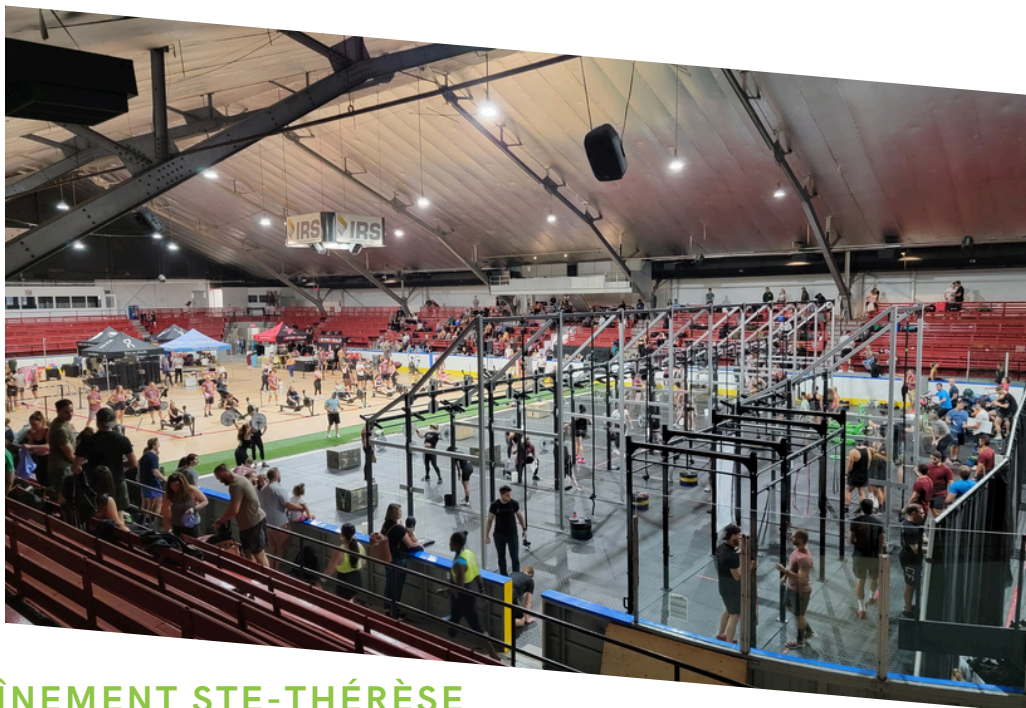
Total - Programmes Sport-Études		
Dépenses total Sport-études	Dépenses de programme (ERO)	Contribution du milieu scolaire
27 139,00 \$	6 200,00 \$	20 939,00 \$
Total - Athlètes identifiés Lanaudière		
Dépenses de programme (ERO)	Soutien en service	Valeur des services rendus
27 331,95 \$	8 188,28 \$	35 520,23 \$

# CENTRES D'ENTRAÎNEMENT

## INSTITUT RÉGIONAL DES SPORTS DE SAINT-JÉRÔME (IRS)

En ce qui a trait au fonctionnement de l'IRS, le financement provient de 2 sources principales. Dans le cadre du protocole d'entente avec la ville de St-Jérôme, un investissement de 55 000\$ fût réalisé par la municipalité dans le projet. Cette somme vise 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 proviennent de revenus autonomes tels que les locations de plateaux sportifs, de bureaux pour des associations sportives et la présentation d'événements. L'IRS a tenu plus de 20 événements durant l'année 2022-2023 incluant des compétitions, des camps d'entraînement, des journées d'évaluation et des journées de formation. C'est en moyenne 1235 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 sont situés à l'IRS.

Il est aussi important de souligner la qualité du travail des cols bleus de la ville (Marc, Chantal, Isabelle, Brigitte et les autres). Il est important de remercier aussi pour leur précieuse collaboration le service des loisirs de St-Jérôme, notamment Maude Tessier qui se veut la personne responsable du dossier de l'IRS à la ville.



## 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 nouveau local 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 2022-2023

## BASEBALL

Académie Escadron  
Baseball ABC  
Baseball Félix-Leclerc  
Baseball LLL  
Escadron EPSJ  
Escadron CV  
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

## CYCLISME

Cycle-Max BMX  
L'Échappée - Vélo de montagne

## GYMNASTIQUE

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

## HOCKEY SUR GLACE

Cheminots  
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

## MULTISPORT

Académie Lafontaine  
Esther-Blondin

## NATATION

CAMO  
Cheminots  
Club de natation Mont-Laurier  
Club de natation Mont-Tremblant  
Montréal Synchro - Natation artistique  
Neptune Natation  
Neptune Natation Artistique  
Performance Synchro - Natation artistique

## PATINAGE DE VITESSE

CPV Mirabel/Saint-Jérôme  
Patin de vitesse Lanaudière

## 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

## SKI ACROBATIQUE

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

## SKI ALPIN

Apexx ski/snow  
Club de ski Mont-Garceau  
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

## SURF DES NEIGES

AQS  
FBI  
Snowboard Val Saint-Côme



# LISTE DES GROUPES D'ENTRAÎNEMENT 2022-2023

## TAEKWONDO

Taekwondo Laurentides  
Taekwondo Saint-Jérôme

## TENNIS

Tennis de table Prestige  
Tennis Interclub  
Tennis 13

## VOLLEYBALL

Cheminots - Féminin  
Cheminots - Masculin D1  
Cheminots - Masculin D2  
Cheminots - Masculin/Féminin D3  
Volleyball Mont-Laurier

## AUTRES SPORTS

Académie de Ringuette  
Apexx - Danse  
Cheminots - Cross-Country  
Club d'escrime les Seigneurs de la Rive-Nord  
Corsaire-Chaparral - Athlétisme  
Curling Rosemère  
Golf Morency  
Haltérophilie du Nord - Haltérophilie  
Judo Blainville  
Le Crux - Escalade  
Pandas - E-Sports  
Patriotes Saint-Stanislas - Football  
Plongeon l'Envol - Plongeon  
Softball Rebel  
Triathlon Jet

# LISTE DES INTERVENANTS AYANT TRAITÉ DES ATHLÈTES DU CDESL 2022-2023

## CHIROPRACTIENS

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

## CONSULTANT EN BIOMÉCANIQUE DU SPORT

Jean-Luc Gohier

## CONSULTANTES EN PERFORMANCE MENTALE

Camille Charbonneau  
Heidi Malo  
Lan Anh Phan  
Roxane Carrière  
Sabrina Cormier

## KINÉSIOLOGUES

Alexandra Granger  
Catherine Marcotte  
Pamella Veilleux  
Robert Roy

## MASSOTHÉRAPEUTES

Annie Jubinville  
Eve Melançon  
Geneviève Dupras  
Jean-Sébastien Auger  
Katherine Morin  
Romain Bouyer

## MÉDECIN SPORTIF

Eric Higgins  
Geneviève Rochette-Gratton  
Marc Gosselin  
Sébastien Labrecque

## NEUROPSYCHOLOGUE

Catherine Duchesne

## NUTRITIONISTES

Ariane Lavigne  
Evelyne Deblock  
Mélanie Mantha

## OSTÉOPATHES

Christina Kowalenko  
Jessica Dello Sbarba  
Kyla Demers  
Michel Goyette

## PHYSIOTHÉRAPEUTES

Alex Roy-St-Jean  
Alexandre Guérin  
Andréanne Demers  
Antonin Viau  
Ariane Antonitti  
Cassie Desjardins

## PHYSIOTHÉRAPEUTES (SUITE)

Cassie Desjardins  
Gabrielle Caruana  
Hugo Lettre  
Isabelle Charest  
Isabelle Legal  
Isabelle Rodier  
Jasmine Pollice  
Jean-Pascal Beauchamp  
Karen Laverdure  
Keven Roy  
Lilian Halme  
Marianne Levac  
Pablo De Luca  
Robert Chaput  
Roxanne Juneau  
Samuel Dubé

## PSYCHOLOGUES

Daphné Laurin-Landry  
Emilie Lemelin  
Jérôme Raymond  
Nathalie Bertrand

## THÉRAPEUTES DU SPORT

Alex Roy  
Alison Coquard  
Audrey Rioux  
Catherine Martin  
Cédric Boutet  
Christina Kowalenko  
Emie Béland-Matte  
Frédérique Avril  
Gabriel Caron  
Jacinthe Lemieux  
Kathia Tourville  
Kyla Demers  
Masha Leroux  
Michel Goyette  
Sydney Dufour  
Valérie Cardinal

## YOGA

Isabelle Dupuis  
Joanie Laurin

# NOUS JOINDRE



451, rue Melançon  
Saint-Jérôme (Québec)  
J7Z 4K3  
450 327-6412

**Simon Trudel**

Directeur général

[directiongenerale@cdesl.net](mailto:directiongenerale@cdesl.net)

Poste 201

**Suzie Durand**

Technicienne comptable

[administration@cdesl.net](mailto:administration@cdesl.net)

Poste 200

**Heidi Malo**

Directrice soutien aux athlètes et  
haute performance

[programmes@cdesl.net](mailto:programmes@cdesl.net)

Poste 203

**Ariane Bruyère**

Adjointe à la direction

[adjointe\\_adm@cdesl.net](mailto:adjointe_adm@cdesl.net)

Poste 200

**Chloé Gadoua**

Adjointe à la coordination

[info@cdesl.net](mailto:info@cdesl.net)

Poste 202