

En action au féminin pluriel :

14 pionnières et éclaireuses qui nous inspirent



Depuis sa création, La Lancée œuvre pour l'avancement des filles et des femmes dans le sport, le plein air et l'activité physique au Québec. Comment? En travaillant avec les intervenant-e-s, les dirigeant-e-s et les décideur-e-s du milieu pour faciliter la participation et le leadership des filles et des femmes dans ces domaines.

Notre mission s'appuie sur 3 verbes d'action: mobiliser, engager et inspirer.

Aujourd'hui, on vous invite à découvrir 14 figures féminines qui contribuent activement à faire avancer la place des filles et des femmes dans les secteurs du sport, de l'activité physique et du plein air.

Sylvie Béliveau, Directrice, égalité des genres en sport - Égale Action

Son parcours : Joueuse de soccer professionnelle, Sylvie Béliveau a remporté les championnats canadiens en 1978 et en 1981 avant d'entamer une brillante carrière d'entraîneuse. Elle sera d'ailleurs intronisée au Temple de la renommée du soccer du Québec et du Canada en 2006.

En action : L'athlète a fait avancer la cause du sport au féminin en tant que directrice du Centre national de haute performance de Montréal, puis directrice technique de la Fédération de soccer du Québec.

Notre inspiration : Sylvie Béliveau est une des membres fondatrices de l'organisme Égale Action. Elle y occupe aujourd'hui le poste de Directrice, égalité des genres en sport.

Sylvie Bernier, Championne olympique de plongeon

Son parcours : Sylvie Bernier est la première Québécoise de l'histoire à remporter une médaille d'or olympique et la première Canadienne championne olympique en plongeon.

En action : Après sa carrière olympique, elle a assumé les rôles de chroniqueuse sportive, chef de mission olympique, conférencière et porte-parole. Dans chacune de ses fonctions, elle encourage l'adoption d'un mode de vie sain pour un avenir en santé.

Notre inspiration : En tant que présidente de la Table sur le mode de vie physiquement actif et de la Table québécoise sur la saine alimentation, Sylvie Bernier a pour mission de sensibiliser les décideurs à l'importance d'agir pour favoriser un mode de vie actif ainsi qu'une alimentation nutritive chez les jeunes.

Julie Gosselin, Présidente du conseil d'administration de SPORTSQUÉBEC

Son parcours : Julie Gosselin a été joueuse, arbitre, puis entraîneuse de soccer avant de travailler aux relations publiques à RDS, majoritairement en lien avec le sport amateur. Aujourd'hui, elle occupe la présidence du conseil d'administration de SPORTSQUÉBEC.

En action : Quel que soit son poste, elle s'est toujours impliquée dans la valorisation des sports et de l'activité physique, notamment auprès des fédérations de baseball et de soccer du Québec, puis de la Fondation des Jeux du Québec.

Notre inspiration : Julie Gosselin croit fermement qu'on devrait retrouver plus de femmes dans des postes décisionnels au sein des organisations sportives. En tant que première présidente du C.A. de SPORTSQUÉBEC, elle ouvre la voie aux leaders féminines de demain!

Suzanne Lareau, Ancienne Présidente-directrice générale de Vélo Québec

Son parcours : Suzanne Lareau est une institution dans le domaine du cyclisme au Québec. Elle s'est impliquée auprès de l'organisation Vélo Québec dès ses débuts, mais surtout, elle y a occupé le poste de Présidente-directrice générale pendant 20 ans.

En action : À la tête de Vélo Québec, elle a contribué à l'instauration de la politique vélo du gouvernement du Québec, à la révision du code de la sécurité routière et à l'aménagement de voies cyclables à travers la province. Elle a aussi encouragé l'activité physique chez les filles en implantant des programmes d'apprentissage du vélo dans les écoles.

Notre inspiration : Même si elle vient de passer le flambeau de la présidence de Vélo Québec, Suzanne Lareau continue de s'impliquer pour la mobilité durable, l'aménagement urbain et l'équité sociale. Son objectif pour les villes du Québec: plus de vélos, moins de voitures!

Chantal Machabée, Vice-présidente, communications hockey des Canadiens de Montréal

Son parcours : S'il y a une femme qui symbolise l'éclat des plafonds de verre dans le domaine sportif au Québec, c'est bien Chantal Machabée. Elle a été la première femme à présenter un bulletin sportif à la télévision québécoise, puis la première à animer la diffusion des matchs de hockey des Canadiens sur RDS.

En action : Guidée par sa passion et sa détermination, elle s'est régulièrement battue (et elle poursuit le combat), contre les préjugés dans ce domaine dominé par les hommes. Elle est aujourd'hui vice-présidente, communications hockey pour les Canadiens de Montréal.

Notre inspiration : Avec plus de 35 ans d'expérience comme journaliste, Chantal Machabée a ouvert la voie à de nombreuses femmes. Personnalité reconnue et respectée dans le monde du sport, elle est un exemple de persévérance pour les filles et les femmes de la province.

Mylène Paquette, Navigatrice extraordinaire

Son parcours : Mylène Paquette a toujours rêvé de devenir navigatrice. À 27 ans, elle découvre la rame océanique. Alors préposée aux bénéficiaires, sa rencontre avec une jeune patiente gravement malade la poussera à embrasser sa passion.

En action : Après 5 années de préparation, d'entraînement et de formations en navigation, elle devient, en 2013, la première personne du continent américain à traverser l'Atlantique Nord à la rame en solitaire, soit 5000 kilomètres en 129 jours.

Notre inspiration : Mylène Paquette a su confronter ses peurs et n'a jamais baissé les bras devant les difficultés. Elle continue d'inspirer les jeunes et les femmes en donnant des conférences et en s'engageant dans diverses fondations.

Caroline Ouellette, Joueur étoile de hockey féminin

Son parcours : Caroline Ouellette a joué avec l'équipe nationale de hockey féminin, les Canadiennes de Montréal et les Bulldogs de Minnesota-Duluth. Six fois championne du monde, elle a participé à 4 Jeux olympiques d'hiver et chaque fois, son équipe a remporté l'or.

En action : Elle est aujourd'hui entraîneuse adjointe des Stingers de l'Université Concordia. Elle a aussi été nommée entraîneuse-chef de l'Équipe Québec féminine en vue des prochains championnats du monde des moins de 18 ans.

Notre inspiration : Très impliquée auprès de la relève, l'athlète a mis sur pied le «Tournoi de hockey féminin Caroline Ouellette», une compétition qui permet à des jeunes hockeyeuses de vivre une première expérience de tournoi en compagnie de joueuses olympiennes.

Claudine Roy, Fondatrice des Traversées de la Gaspésie

Son parcours : Après quelques années à enseigner l'éducation physique, Claudine Roy est devenue coordonnatrice régionale de Kino-Québec. Sa mission : faire la promotion d'un mode de vie sain et actif auprès des jeunes.

En action : Désireuse de faire découvrir sa bien-aimée Gaspésie, elle lance en 2003 les Traversées de la Gaspésie, un événement festif et chaleureux qui réunit des centaines d'adeptes de ski de fond et de randonnée.

Notre inspiration : En plus de siéger sur les conseils d'administration de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec et d'Investissement Québec, Claudine Roy offre du mentorat et trace la voie pour les jeunes générations d'entrepreneur·e·s de Gaspésie.

Renée-Claude Bastien, Guide d'aventure et globe-trotteuse

Son parcours : Référence en matière de plein air au Québec, Renée-Claude Bastien est guide d'aventure depuis près de 20 ans. Reconnue à titre de professionnelle par le Conseil québécois des ressources humaines en tourisme, elle figure aussi dans les rangs de l'Association canadienne des guides de montagne.

En action : Elle a encadré de nombreux groupes d'aventure à travers le monde, ce qui lui a permis de développer une expertise unique en trek et en expédition. À travers ses périples, elle lutte pour la professionnalisation du métier de guide.

Notre inspiration : En tant que monitrice au sein de l'organisme Sans trace Canada, Renée-Claude Bastien se fait toujours un devoir d'expliquer l'importance de préserver l'intégrité de la nature.

Nathalie Fortin, Pro d'alpinisme et d'escalade de glace

Son parcours : Passionnée d'alpinisme et d'escalade, Nathalie Fortin se blesse au dos en 2008, ce qui met ses activités... sur la glace. Grâce à son incroyable ténacité, après 4 ans de récupération et d'entraînement, elle réalise son rêve: grimper au sommet de l'Everest.

En action : Avec plus de 20 ans d'expérience dans le domaine de la grimpe, elle est considérée comme une référence au Québec et au Canada. Elle a gravi et tenté des sommets aux 4 coins du globe, du Pakistan à l'Alaska, en passant par l'Argentine, la Russie et le Népal.

Notre inspiration : Nathalie Fortin est très impliquée dans la communauté des grimpeurs. Elle a d'ailleurs créé le groupe Des femmes et des Lames pour permettre aux intéressées de s'initier à ce sport et de rencontrer des partenaires.

Caroline Côté, Cinéaste d'aventure et ultra-marathonienne

Son parcours : Après des études en publicité, cinéma et communication, Caroline Côté a ressenti l'appel de l'aventure. Elle s'est alors lancée dans une expédition de 30 jours en Antarctique avec pour but de rapporter des images et d'en faire un documentaire.

En action : Elle a entrepris la descente du fleuve Yukon, une expédition en solitaire de 2000 km s'étendant sur plus de 2 mois. Personnalité aux multiples talents, elle se passionne aussi pour la course de longue distance. La cinéaste participe à des compétitions de 65 à 125 km.

Notre inspiration : Ce qui motive Caroline Côté dans la création de ses œuvres cinématographiques, c'est de raconter des histoires inspirantes et de transmettre son amour du plein air par les scènes époustouflantes que la nature lui offre.

Annie Chouinard, Championne d'escalade

Son parcours : Issue du monde du sport équestre, une blessure a mis fin à la carrière de cavalière d'Annie Chouinard pour la mettre sur la route d'un sport de haute voltige: l'escalade. Depuis 2015, elle a participé avec succès à plusieurs championnats et coupes du monde d'escalade.

En action : Détentrice d'une maîtrise en génie environnemental, sa discipline exemplaire lui permet de concilier sa passion et son travail dans un laboratoire de pathologie de l'Hôpital de Verdun.

Notre inspiration : Annie Chouinard ne se laisse jamais intimider par la cote d'une voie. Elle a même réussi à en franchir une cotée 5.14c, le plus haut niveau de difficulté atteint en escalade par une Canadienne. Elle est la preuve que la ténacité et l'effort soutenu sont les moteurs de la réussite.

Anabelle Guay, Triathlonienne et leader positive

Son parcours : Anabelle Guay a toujours aimé jouer dehors. En 2023, elle a entrepris un véritable défi d'aventure: La grande traversée. Ce triathlon revisité se déroule sur 1250 kilomètres en autonomie complète, entre Sherbrooke et les Îles-de-la-Madeleine.

En action : Face à l'abondance d'athlètes de haut niveau calqués sur les critères de beauté dictés par la société, la jeune femme veut démocratiser l'accès au plein air en montrant la diversité corporelle qu'on peut y trouver.

Notre inspiration : Anabelle Guay est la preuve que lorsqu'on encourage les filles et les femmes, rien ne les arrête. Elle démontre aussi qu'un défi personnel peut toucher des milliers de filles et de femmes.

Montserrat Flores, Joueuse et entraîneure de soccer

Son parcours : En 2018, Montserrat Flores Maso est devenue la première femme à faire partie de l'équipe technique de l'Académie du CF Montréal. Aujourd'hui, elle est entraîneure et responsable à la formation des éducateurs et des éducatrices chez Soccer Québec.

En action : La sportive s'est développée en tant que leader afin de s'impliquer davantage dans le monde du soccer féminin. Sa position au sein de Soccer Québec lui permet de participer au développement des jeunes athlètes.

Notre inspiration : Montserrat Flores mise sur la collaboration hommes-femmes pour aider encore plus de filles et de femmes à s'impliquer dans le monde du sport. Elle est un modèle pour les leaders féminines de demain.

Ces femmes, que ce soit par leurs exploits d'envergure ou par leur engagement remarquable, ont changé la face de l'action au féminin. Chacune d'elles, par leur force physique et morale, ont ouvert la voie pour les générations de filles et de femmes à venir.