



PROGRAMME SCOLAIRE
SCHOOL PROGRAM

LES HISTOIRES D'OLYMPIENS

Alexandre Bilodeau —
Inclusion // 4e et 5e années

À propos de l'athlète

DATE DE NAISSANCE 8 septembre 1987

VILLE NATALE Montréal, Québec

SPORT Ski acrobatique

JEUX Sochi 2014, Vancouver 2010,
Turin 2006

QUI EST VOTRE MODÈLE? Mon frère,
Frédéric, parce qu'il n'a jamais abandonné

ANIMAL PRÉFÉRÉ Le kangourou

COULEUR PRÉFÉRÉE L'or, haha!
Non, probablement le rouge



Alexandre Bilodeau — Inclusion

Alex Bilodeau prend une grande respiration et regarde la pente abrupte de la piste de ski acrobatique des Jeux olympiques d'hiver de 2010 à Vancouver sur Cypress Mountain. Le flanc de montagne est entièrement recouvert de monticules de neige appelés bosses. Dans quelques secondes, Alexandre s'élancera sur cette piste où il espère remporter la médaille d'or.

« Je ressentais la pression. Aucun athlète canadien n'avait jamais gagné une médaille d'or lors de Jeux olympiques ayant lieu au Canada. Mais la pression la plus forte venait de moi. Je voulais gagner et je savais que j'en étais capable. »

La foule nombreuse se met à scander « Canada! Canada! » Comme un coup de tonnerre, le bruit remonte la pente enneigée jusqu'à Alexandre. Il sait qu'une des voix les plus fortes dans la foule est celle de son frère aîné, Frédéric. Alex l'appelle son héros, celui qui l'a aidé à se rendre au sommet de cette montagne olympique.

« Il est toujours présent à mes courses où il m'encourage continuellement. Frédéric souffre de paralysie cérébrale [un handicap moteur qui cause une incapacité de mouvement corporel à différents niveaux]. Il a vécu toute sa vie avec la paralysie cérébrale. Quoi que ce soit qui m'affecte au début d'une course, cela m'aide à remettre les choses en perspective. Son exemple me garde les deux pieds sur terre et m'oblige à me concentrer sur ce que je dois faire pour gagner. »

Le préposé au départ crie « Go! » et Alexandre dévale la montagne. Ses genoux sont projetés vers le haut chaque fois qu'il manœuvre habilement sur une bosse. Il plante ses bâtons dans la montagne enneigée pour l'aider à maintenir son équilibre.

« La vie est comme une descente en bosses. Tout va vraiment vite et il faut faire face à toutes sortes de bosses et d'obstacles. Il faut travailler fort et aussi rester en contrôle pour les surmonter. »

Comme tout athlète de haut niveau, Alexandre a eu à surmonter des blessures. Il a eu des résultats qui n'étaient pas satisfaisants, de mauvaises notes de la part des juges et des mauvaises journées comme compétiteur. C'est son frère qui l'a toujours incité à travailler plus fort, à toujours essayer et ne jamais lâcher.

« Les médecins ont dit à Frédéric qu'il ne marcherait pas après son 10e anniversaire. Il a maintenant près de 30 ans et il marche toujours. Il n'abandonne jamais, même quand les obstacles se

dressent devant lui. Pourquoi est-ce que moi j'abandonnerais? Il ne se plaint jamais. Pourquoi je le ferais? Il m'a appris ce que veut dire être tenace et je n'aurais pas cette médaille d'or sans lui. »

Alexandre frappe les bosses, son corps se déplace à une vitesse incroyable. Une erreur ici pourrait lui faire perdre beaucoup de points. Il va trop vite pour y penser, se fiant à son vécu, à ses instincts et à ses années de préparation.

« Aux Olympiques, tout se passe dans la tête. Mon frère est aussi vif d'esprit que n'importe qui et vivre avec lui m'a rendu vif d'esprit. Il me donne toujours des conseils et me fait savoir son opinion. »

Alexandre atterrit ses sauts un après l'autre, ses hanches bougent un peu selon son tempo intérieur et ses genoux sont soudés ensemble alors qu'il s'approche de la ligne d'arrivée. Tout lui semble facile. Mais les bosses n'étaient pas son premier choix. Il voulait se concentrer sur la descente en ski alpin, mais alors qu'ils étaient jeunes, Frédéric voulait faire des bosses. Alex s'est lancé en ski acrobatique pour faire plaisir à son frère.

« C'est drôle, les gens me voient comme un athlète, comme une personne "normale". Frédéric ne peut pas bouger aussi bien, mais il est tout autant un compétiteur dans la vie. Son exemple m'amène à travailler toujours plus fort et à ne jamais abandonner. »

Alexandre croise la ligne d'arrivée avec un excellent temps et les juges lui attribuent d'excellentes notes, mais il doit attendre que le dernier concurrent fasse sa descente.

« Je l'ai regardé et je savais qu'il avait fait des erreurs. J'ai tourné mon regard vers la foule et Frédéric tenait son pouce vers le haut. Il savait! »

Les juges confirment rapidement l'impression des deux frères et le tableau indicateur affiche le résultat final « No 1. Alexandre Bilodeau ».

Maintenant que le résultat final est connu, Alexandre laisse aller ses émotions. Il s'élance vers la foule pour retrouver son frère. Il prend Frédéric dans ses bras, et Frédéric le serre tout aussi fort. Alexandre vient d'écrire une page d'histoire. Frédéric a un dernier message pour son petit frère, le champion olympique.

« Il m'a simplement dit 'Je t'aime.' Cela voulait tout dire. Lorsque j'ai reçu ma médaille d'or, je savais que je devais dédier cette victoire à une personne, mon héros, mon frère Frédéric. »

Alexandre Bilodeau — Inclusion



2. Alexandre dit que son modèle est son frère aîné Frédéric. Frédéric travaille toujours fort et n'abandonne jamais. **Fais un dessin de toi avec ton modèle, et écris un bref paragraphe pour le remercier.** Décris ce qui t'a inspiré chez cette personne, et comment elle a eu une influence positive sur ta vie.

