



PRÉSENTE

BOURSES D'ÉTUDES JEUNES ATHLÈTES

15^E ÉDITION

PORTRAIT D'UNE ATHLÈTE SOPHIANNE SAMSON

Sophianne Samson devait passer une bonne partie de l'été dernier en Europe, sur le circuit de la Coupe du monde. Évidemment, la pandémie a complètement changé les plans de la jeune cycliste, qui a dû se contenter de participer à des courses régionales et provinciales. Malgré tout, l'étudiante en médecine a profité de ce temps d'arrêt pour s'entraîner, étudier, passer du temps de qualité avec sa famille et même découvrir certaines régions du Québec!

Luc Weil-Brenner
Collaboration spéciale

D'où vient ta passion pour le vélo de montagne ?

Mon amour pour ce sport a vu le jour grâce à ma gardienne, qui était entraîneuse pour les jeunes, en plus de faire partie d'un club de ma région. C'est à l'âge de 7 ans que je me suis initiée à ce merveilleux sport qui me permet de développer mes habiletés techniques, mes qualités athlétiques et mes capacités physiques dans une nature riche qui stimule tous mes sens.

Quel est ton parcours sportif ?

J'ai représenté la Capitale-Nationale aux Jeux du Québec à deux reprises et j'y ai remporté cinq médailles d'or, une d'argent et une de bronze. Par la suite, j'ai décroché cinq titres de championne québécoise et je suis devenue vice-championne canadienne à ma deuxième année chez les juniors. J'ai également représenté le Québec en 2017 aux Jeux du Canada, où j'ai récolté une médaille d'or. Chez les U23, j'ai terminé 20^e et 11^e à la Coupe du monde, au Mont-Sainte-Anne, au cours des deux dernières années, en plus de remporter la médaille de bronze aux deux derniers Championnats canadiens.



Que représentent le sport et l'activité physique, pour toi ?

L'activité physique a toujours fait partie de mon quotidien et mon sport est devenu une belle école de vie. La discipline, la rigueur, la détermination, la persévérance et le goût du dépassement de soi sont des qualités que j'ai su développer et qui me permettent de m'affirmer comme athlète, mais aussi comme étudiante.

Quelles sont les personnes qui t'inspirent dans ton sport ?

Emily Batty et Catharine Pendrel. Je commençais à pratiquer le vélo quand ces deux athlètes canadiennes, aujourd'hui athlètes olympiques, se développaient sur le circuit international. Je me sens privilégiée d'avoir la chance de les côtoyer dans l'équipe canadienne et de pouvoir bénéficier de leurs expériences de compétition. Leur parcours est parsemé de succès et d'embûches, mais elles ont su apprendre dans la victoire comme dans la défaite. Ces deux athlètes ont beaucoup à offrir aux plus jeunes, car ce sont des modèles de discipline, de rigueur et de compétitivité.

Quels ont été les effets de la pandémie sur tes études ?

Tous mes cours se font maintenant à distance sur différentes plateformes virtuelles. En médecine, j'avais des cours magistraux, mais c'est en relisant mes notes à la maison, de façon autonome, que je réussissais à acquérir la majorité des connaissances. J'avais déjà une certaine discipline pour me préparer adéquatement à mes examens et c'est pour cette raison que l'adaptation n'a pas été si difficile. Côtoyer mes amis et mes futurs collègues sur une base régulière est toutefois ce qui me manque le plus.

Quels sont tes objectifs professionnels ?

Je veux terminer mon doctorat et me diriger vers une spécialité qui me passionnera. Je désire être un médecin près de ses patients et à leur écoute, car j'accorde beaucoup d'importance aux relations humaines. Comme l'activité physique est un élément indispensable à mon bien-être, je compte continuer à entretenir une bonne condition physique à travers une vie familiale et professionnelle équilibrée. Je veux être un médecin qui prêche par l'exemple en maintenant de saines habitudes de vie.

As-tu le temps de t'impliquer socialement ?

Lors de ma première année en médecine, j'ai eu la chance d'être bénévole pour la première édition de l'Hôpital des Nounours et j'ai adoré mon expérience. Le but de cette activité était de faciliter le contact entre les médecins et les enfants, par l'intermédiaire de leur ourson en peluche. En participant à cet événement, j'ai réalisé l'importance de démystifier la relation médecin-patient, surtout chez les plus jeunes.



Profil

Âge: 22 ans
Sport: Vélo de montagne/
cross-country
Classification: Élite
Établissement scolaire:
Université Laval
Moyenne scolaire: 3,63/4,3
Programme d'études:
Médecine
Objectif sportif: Se qualifier pour
les Championnats du monde

Performances remarquables

2019
Coupe du monde
Niveau : International
Résultat : 23^e place / 2^e Canadienne

2019
Coupe Canada
Niveau : National
Résultat : 3^e place

2020
Coupe du Québec
Niveau : Provincial
Résultat : 3^e place

Questions en rafale

As-tu un rituel avant une compétition ?

J'ai un « top » de sport et des bas auxquels j'attribue beaucoup d'importance, puisque j'ai tendance à croire qu'ils me portent chance. Lorsque je fais mes choix de vêtements, je priorise toujours ces morceaux.

As-tu un plaisir coupable ?

Les céréales! Je pourrais en manger pour déjeuner, dîner et souper.

Qu'est-ce qui te manque le plus depuis le début de la pandémie ?

Voyager, voyager et voyager!