



PRÉSENTE

# BOURSES D'ÉTUDES JEUNES ATHLÈTES

15<sup>E</sup> ÉDITION

## PORTRAIT D'UNE ATHLÈTE MAÏTÉ BOUCHARD

**Depuis le début de la pandémie, Maïté Bouchard a été confrontée à une foule de défis qui lui ont fait vivre toute une gamme d'émotions. De la déception à la tristesse, en passant par la colère, la jeune athlète a toutefois rapidement su faire preuve de résilience, tentant de voir cette période tumultueuse comme une occasion de devenir une meilleure athlète et de travailler ses faiblesses. Plus motivée que jamais, l'étudiante en médecine garde le cap sur son rêve: représenter le Canada aux prochains Jeux olympiques!**



je misais beaucoup d'espoir. Par contre, j'ai été privilégiée de pouvoir continuer mes stages en médecine et de contribuer, à petite échelle, à l'effort sanitaire contre la COVID-19.

### Quel est le plus grand défi que tu as relevé sur le plan sportif?

Il s'agit, sans conteste, de ma chute en demi-finale aux Jeux panaméricains, à Lima, en 2019. À 150 mètres de la fin de la course, un coup de *spike* venant de l'arrière m'a fait chuter brutalement. Une commotion cérébrale et quelques points de suture plus tard, ma saison venait de prendre fin. Ce fut très difficile à accepter, mais cette mésaventure m'a permis de me recentrer sur les raisons pour lesquelles je courais. Ressortie plus forte de cette expérience, j'ai réalisé, la saison suivante, mon meilleur temps en carrière au 800 mètres et établi un nouveau record du Québec!

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

L'équilibre et le dépassement de soi. Avec mon rythme de vie effréné, faire du sport me permet autant de prendre du temps pour moi que d'en profiter pour voir mes amis. L'activité physique m'aide à réfléchir ou simplement à ne penser à rien. Après une journée d'étude

ou de travail, aller me changer les idées sur la piste d'athlétisme est comme mon bonbon de la journée!

### Quels conseils donnerais-tu à un jeune pratiquant un sport de haut niveau?

Je lui dirais que, malgré tous les défis, ça en vaut grandement la peine! À mes débuts, jamais je n'aurais cru me rendre si loin dans ma carrière sportive. C'est en osant et en croyant en ses rêves que des portes s'ouvrent devant nous. Je lui dirais aussi de saisir les opportunités qui se présentent. De mon côté, j'essaie toujours de prendre la décision pour laquelle je pense ne pas avoir de regrets plus tard. Jusqu'à maintenant, ce principe m'a été utile autant dans ma carrière sportive que dans mes études.

### Qu'est-ce qui t'a poussée à étudier en médecine?

J'ai toujours été attirée par le domaine des sciences de la santé, mais plus particulièrement par la médecine. Le mélange entre la compréhension du fonctionnement du corps et le fait d'aider les gens au quotidien m'interpellaient. J'aime aussi le côté varié de la profession où, dans une même pratique, on peut faire de la prise en charge, de la recherche et de l'enseignement. Mon objectif est de pratiquer en médecine familiale et d'urgence, afin d'être en première ligne pour aider mes patients.

### As-tu le temps de t'impliquer socialement?

Je m'engage dans ma communauté à travers les études et le sport, principalement auprès des jeunes. Je fais, quelques fois par année, des conférences dans les écoles primaires et secondaires pour parler de mon parcours, de la conciliation études-sport et des différents apprentissages qu'on peut faire à travers le sport. Si mon parcours peut inspirer d'autres personnes, ce sera une petite victoire!



## Profil

**Âge:** 25 ans  
**Sport:** Athlétisme  
**Classification:** Excellence  
**Établissement scolaire:** Université de Sherbrooke  
**Moyenne scolaire:** 3,34/4,3  
**Programme d'études:** Médecine  
**Objectif sportif:** Participer aux Jeux olympiques

## Performances remarquables

### 2020

Ephemeros COCH  
 Niveau: National  
 Résultat: 2<sup>e</sup> place

### 2020

BU Last Chance  
 Niveau: International  
 Résultat: 1<sup>re</sup> place

### 2019

BU Last Chance  
 Niveau: International  
 Résultat: 1<sup>re</sup> place

## Questions en rafale

### Quel autre sport aurais-tu aimé pratiquer?

Le vélo de montagne.

### As-tu un plaisir coupable?

Le chocolat!

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

Les soupers entre amis ou avec ma famille.