



PROUD PARTNER  
FIER PARTENAIRE

## CINDY OUELLET : VAINCRE LES OBSTACLES ET SE HISSER AU SOMMET

*Chaque athlète participant aux Jeux paralympiques ou olympiques effectue un parcours unique sur son chemin vers le sommet. Alors que les athlètes d'élite qui représentent notre pays au plus haut niveau ont presque tous en commun leur talent, un excellent encadrement et des années de travail acharné, ils ont parfois dû surmonter des obstacles apparemment impossibles pour se créer des opportunités. Voici l'histoire de Cindy Ouellet.*



Cindy Ouellet, vétérane du basketball en fauteuil roulant, a plusieurs fois représenté le Canada sur la scène internationale. Ayant déjà participé à cinq Jeux paralympiques et à quatre Jeux parapanaméricains, elle est l'une des plus grandes étoiles du basketball en fauteuil roulant au pays. Athlète d'Équipe Toyota depuis 2019, Cindy incarne l'excellence et la volonté de vaincre les obstacles.

Née à Rivière-du-Loup, au Québec, Cindy a toujours été motivée par deux passions : l'éducation et le sport. Elle pratique de nombreux sports depuis son plus jeune âge, ce qui témoigne de ses talents athlétiques. À l'âge de 10 ans, en voyant des skieurs alpins québécois participer aux Jeux olympiques, Cindy a commencé à rêver d'y participer.

Mais à 12 ans, une blessure sportive a conduit à une terrible découverte. On lui a diagnostiqué un cancer des os et on lui a annoncé que ses chances de survie étaient inférieures à 5 %.

Contre toute attente, Cindy a vaincu le cancer après 28 séances de chimiothérapie. Mais elle a payé un lourd tribut, ayant perdu l'usage de sa jambe gauche. Après avoir passé deux ans à l'hôpital, Cindy est retournée à l'école secondaire, où elle a dû faire face à d'autres difficultés, notamment l'intimidation et les moqueries.

« J'étais enthousiaste à l'idée de retourner à l'école, mais cela a fini par être une période très difficile pour moi. J'ai subi beaucoup d'intimidation. Les autres enfants prenaient mes béquilles et se moquaient de moi parce que j'étais maigre et que j'avais perdu mes cheveux. J'en suis restée marquée toute ma vie. »

Le fait de perdre des amis qui ont succombé au même cancer, l'intimidation dont elle a été victime et le changement radical de ses capacités physiques ont profondément affecté sa santé mentale. Mais, grâce au soutien indéfectible de ses parents, Cindy a trouvé une lueur d'espoir lorsqu'elle a rencontré deux paralympiens.

« Avant de rencontrer deux athlètes paralympiques extraordinaires, je ne savais pas ce qu'était le sport paralympique. Je n'avais même jamais vu ni connu une personne handicapée. Soudain, j'ai vu tout ce qui était possible grâce à eux, tant sur le plan athlétique que de leur carrière post-sportive. À partir de ce moment-là, le sport est devenu l'échappatoire dont j'avais besoin. »

À 15 ans, Cindy a découvert le basketball en fauteuil roulant et est tombée amoureuse de ce sport. Elle a rapidement progressé. Après avoir représenté le Canada lors de ses premiers Jeux parapanaméricains à Rio à l'âge de 18 ans, elle a obtenu une bourse d'athlétisme de l'Université d'Alabama et est devenue l'une des rares athlètes paralympiques à participer aux Jeux paralympiques d'hiver et d'été.

Aujourd'hui athlète chevronnée, Cindy affiche une longue liste de réalisations qui s'étend bien au-delà du court de basket. Toujours prête à apprendre, Cindy a récemment obtenu son doctorat en ingénierie biomédicale et poursuit actuellement un deuxième doctorat dans le but de mener des recherches sur les prothèses pour les amputés. Hors saison, elle consacre également quelques heures par semaine à l'entreprise de ses parents, Evo Concept, qui conçoit et fabrique des équipements sportifs adaptés.

Cindy est également une défenseuse passionnée des initiatives de lutte contre l'intimidation, de la santé mentale, de la diversité et de l'inclusion, ainsi que du parasport.

« La souffrance que j'ai subie de la part d'enfants de mon âge a été une expérience très difficile. Mais quand j'y repense, maintenant que je suis adulte, je réalise parfois que les enfants ne savent tout simplement pas l'impact de leurs paroles ou de leurs gestes. C'est pourquoi je travaille avec Sport'Aide pour lutter contre l'intimidation. Nous avons créé une bande dessinée à partir de mon histoire qui peut être une ressource pour les parents, les enfants et les enseignants. Comprendre les répercussions de l'intimidation, comment intervenir et quand demander de l'aide peut changer la vie des gens. »

Quels conseils la Cindy adulte donnerait-elle à la jeune Cindy?

« Ma devise est *carpe diem*, ou "profiter du moment présent". Je lui dirais donc : "Si tu as envie de faire quelque chose, n'attends pas. Fais-le et profite de l'instant présent." »

En tant qu'athlète de l'*Équipe Toyota*, Cindy se concentre désormais sur les Jeux paralympiques de Paris 2024, en vue desquels elle s'entraîne et se prépare, tout en restant une fervente championne du parasport et en aidant les gens à voir au-delà des handicaps.