CAPABLE avec Mélanie Labelle

Saison 3 | Épisode 8 | Animation : Kim Auclair

[Dans un studio aux murs de briques rouges, Kim Auclair et Mélanie Labelle sont assises face à face de part et d'autre d'une table basse claire au bord lumineux. Des plantes, une lampe mauve, des accessoires de cinéma et un foyer à flammes visibles composent le décor. Des panneaux hexagonaux entourent le titre CAPABLE avec Kim Auclair au mur. Kim porte les cheveux relevés, un haut blanc, un cardigan noir, un pantalon à motifs noirs et blancs et un pendentif. Mélanie a les cheveux longs châtains, une veste vert clair et un haut blanc. Au début, Kim tient une fiche de l'émission.]

[Kim Auclair] 00:00:00

Une femme peut-elle changer les règles du sport? C'est la question qu'on se pose aujourd'hui et j'ai avec moi en studio Mélanie Labelle, tétraplégique depuis 2016. Elle est devenue la seule femme dans l'équipe nationale canadienne du rugby en fauteuil roulant. Mais son désir de vouloir changer les choses dans son univers, dans cet environnement-là, est très fort. J'ai vraiment hâte que vous puissiez la découvrir davantage. Bienvenue à CAPABLE. Mélanie, merci d'avoir accepté mon invitation.

[Mélanie Labelle] 00:00:47

Merci Kim, merci de m'avoir invitée ici et d'avoir pensé à moi.

[Kim Auclair] 00:00:51

Oui, ça me fait vraiment plaisir. En fait, avant d'avoir eu ton accident, tu étais une professionnelle dans la danse de swing, de façon compétitive aussi. Et là, six mois après, tu découvres le rugby en fauteuil roulant et t'en deviens une grande passionnée. Peux-tu m'expliquer comment ça s'est passé cette transition-là?

[Mélanie Labelle] 00:01:16

Je n'étais pas professionnelle de danse. En fait, c'était quand même une belle histoire mignonne. Moi et mon conjoint actuel, on s'est rencontrés. Notre première date, c'était d'aller danser le swing. Moi, à la base, le sport que j'ai fait le plus longtemps, c'est le soccer. Je pense que j'ai joué au soccer pendant 15 ou 17 ans, mais entre ça, j'ai fait beaucoup d'autres sports aussi. J'aimais toucher un peu à tout, puis j'ai toujours essayé de me rendre au meilleur de mes capacités un peu partout. au swing dès notre première soirée on est tombé en amour avec la communauté tombé en amour avec la crowd on a juste trippé on s'est dit pourquoi on n'y retournerait pas?

On s'est inscrit à des cours éventuellement la danse c'est comme une belle discipline tu en reçois ce que tu donnes plus que tu pratiques, meilleur tu deviens tu vois ta progression j'étais un peu accro j'ai adoré mes temps en danse malheureusement j'ai eu un un accident là. Puis éventuellement, bien, en centre de réadapt, t'as le choix de juste te focusser sur ce qui fonctionne pas ou bien de jouer, puis de laisser ton cerveau comprendre comment fonctionner. Fait que le rugby, en fait, j'avais vraiment pas envie de jouer. Mais mes kinésiologues en réadaptation m'ont comme dit, ça tenterait pas. Puis je disais, non, moi j'ai pris ma retraite des sports, ça va.

Puis ils ont amené le club de Montréal, les machines, au centre de Réadapt pour me faire essayer. Puis ils ont comme camouflé ça, ils ont fait l'essai au centre au complet. On était, je pense, 7 ou 11. On était vraiment quelques uns à essayer le sport. Puis ils m'ont mis dans un fauteuil de rugby. Puis là, tout à coup, t'étais comme... T'as un accident, t'es fragile. T'embarques dans le fauteuil de rugby, puis là, t'es un athlète.

[Kim Auclair] 00:03:09

C'est comme si c'était un outil, ce fauteuil-là, qui te transforme à 100 %.

[Mélanie Labelle] 00:03:14

Oui, t'es zéro fragile, le déclic, c'est fait. J'ai regardé le gars de 6 pieds 4 dans le gym. Je suis allée rentrer dedans, c'était fait. Puis là, j'étais plus capable d'arrêter. C'est genre, je voyais tellement le gain potentiel à continuer de pratiquer le sport que je me suis dit pourquoi pas l'utiliser comme mécanisme de réadaptation, en fait.

[Kim Auclair] 00:03:32

Indirectement, tu viens de passer un message qui est super important. Tout dépend un peu de l'environnement dans lequel on te met avec les bons outils. Et là, maintenant, ça fait 3 ans que tu fais du rugby à fauteuil roulant et tu es même dans l'équipe nationale. C'est une belle croissance. Comment tu vis ça?

[Mélanie Labelle] 00:03:54

C'est ça. Dans le fond, trois ans après mes débuts dans le rugby, trois ans après mes premiers débuts dans le club, j'ai été appelée à faire l'équipe nationale et à aller au jeu parapanaméricains de Lima. Ça, c'était en 2019. Puis, pour vrai, est-ce que j'étais prête? Non! Le sentiment d'imposteur était grand, j'avais tout à apprendre dans le sport encore, mais je pense que c'était beau parce que ça m'a donné une deuxième piqûre, celle de la performance.

Puis, il y avait tout un autre monde qui s'est ouvert à moi, parce que pour être capable de performer, pour être capable de me rendre au jeu, il fallait que j'apprenne à m'habiller, il fallait que j'apprenne à voyager, il fallait Je découvre le monde avec les capacités que j'avais là. Ce n'était plus comme avant. Il fallait vraiment que je me réorganise. Ça a forcé un peu cette motivation-là en moi, encore sous la couverture du jeu. Il y avait toute l'anxiété, je ne vais pas y arriver, le questionnement, mais la motivation d'y arriver parce qu'il y avait comme un gain après.

[Kim Auclair] 00:04:58

Tu en étais bien entourée aussi pour le faire. Tu sentais que tu avais les bons outils pour le faire.

[Mélanie Labelle] 00:05:03

J'avais 18 grands frères qui nous disaient « Ah oui, tu es capable. »

[Kim Auclair] 00:05:07

Puis là, tu étais la seule femme.

[Mélanie Labelle] 00:05:10

Dans l'équipe? Dans l'équipe, oui, mais au Canada, non. Puis ça, c'est quand même important à dire parce que là, si on revient un peu en arrière, mettons, dans ma première année après l'accident, là,

j'étais au centre de réadaptation, je ne voyais pas personne comme moi. Je ne voyais pas de femme comme moi. Je n'avais pas de héros. Je ne savais pas un peu comment entreprendre la vie que j'allais emmener ou comment dicter ma vie. Je suis comme devenue mon propre modèle. J'ai commencé à prendre mes choix en fonction de la vie que moi, je voulais mener. Puis là, par le rugby, j'ai découvert Erika en Ontario.

J'ai découvert Kristin qui venait du Nouveau-Brunswick. J'ai découvert Miranda qui est en Saskatchewan. Je pense qu'il y avait Jess au BC aussi. Puis il y en avait d'autres. D'autres filles qui évoluaient, qui ont eu leurs accidents avant moi. Puis ils sont tous venus au Parasport Invitation dans le fond à Longueuil. J'ai eu la chance d'y rencontrer Puis là, ça a comme fait une micro-communauté. Toutes les filles sont venues me rencontrer. Puis, on commençait à partager tous les trucs qu'eux ont trouvé pour la... Tu sais, un peu les tweaks pour être une femme dans notre condition. Puis ça, c'était assez riche. Je retourne au centre de Réadapt. Puis là, je parle au centre de Réadapt. Je fais ça, ça, ça.

[Kim Auclair] 00:06:24

Puis, tu avais le choix, en fait. En fait, tu n'as pas eu le choix. Mais tu aurais pu... Tu as décidé de bâtir un programme. Mais tu sais, quelqu'un aurait pu se concentrer à bâtir un programme et ne pas jouer. Mais toi, tu fais maintenant les deux. Tu as bâti un programme pour justement encourager le leadership féminin dans ce sport-là.

[Mélanie Labelle] 00:06:45

Oui. Écoute, ça, c'est les filles justement de ce temps-là qui ont essayé de bâtir ou de créer un mouvement pour avoir plus de place pour les femmes dans le sport, pour accueillir les femmes dans le sport. Elles l'ont fait, elles sont échouées…

[Kim Auclair] 00:07:02

Pourquoi elles ont échoué?

[Mélanie Labelle] 00:07:03

Il y avait un, c'est sous-financé. Parasport est sous-financé. C'est énormément d'efforts. Puis après ça, c'était comme des efforts en silo où est-ce qu'on n'était pas capable de se mettre les mains ensemble. Puis je pense que, tu sais, on va se le dire, le temps est au sport féminin en ce moment. Quand on a commencé, quand on s'est dit ce même petit regroupement-là, on s'est dit on s'en va à la Women's Cup à Paris en 2023, on était huit femmes, on est partis. Puis quand on est revenu, on n'a pas arrêté de parler du mouvement, pas arrêté de regarder pour des opportunités.

Et en même temps, en parallèle, le mouvement du sport féminin croît. Puis là, la LPHL sort une équipe, la Northern Super League, la Super League du Nord commence. Comme on a plein de mouvements de pro-femmes en ce moment, le financement pour les femmes rentre aussi pour Pour les femmes en poste d'exécutif, pour les femmes dans les CA, pour les femmes dans les têtes d'associations sportives, puis après ça, pour les équipes féminines aussi. C'est comme le temps est au sport féminin, puis je pense que de se dire, OK, là, on a un mouvement, on est plusieurs, puis regardons où est-ce que ça va, ça va.

Dans le fond, comment on peut ouvrir la place pour les femmes qui ont nos handicaps ou la sévérité de nos handicaps dans le sport? Comment on peut leur donner un espace pour aller chercher l'activité

physique? Est-ce qu'ils ont cet espace-là? Puis où est-ce qu'ils sont ces femmes-là au Canada? Puis depuis 2023, on est passé de 8 à 23 en ce moment.

[Kim Auclair] 00:08:43

Puis ce que je trouve fantastique dans ce que tu dis, le pourquoi que je t'ai invitée, ou est-ce que j'accorde une importance aux paralympiques dans CAPABLE? C'est en gros parce qu'on le voit, c'est une forme d'entrepreneuriat en soi. Et des fois, il y a des idées qui passent, mais que plusieurs ont eues dans le passé. Comme tu disais, il y a d'autres femmes qui ont eu ces idées-là de faire passer ça. Mais c'est une question de timing aussi. Oui, de réseau, mais souvent de timing, on n'est pas prêt tout de suite à appliquer les choses. Je vois ta volonté de faire bouger les choses, d'apporter ta touche personnelle.

J'en ai des frissons en ce moment. Je propose qu'on continue à en parler après la pause. Partenaires, capables, vous êtes présentés grâce au soutien de précieux partenaires. Parmi eux, Evol. Depuis 30 ans, Evol soutient les entrepreneurs du Québec avec une approche humaine et distinctive. L'organisation reconnaît la vision unique de chaque projet et prend le temps de comprendre la réalité des entrepreneurs afin d'offrir un accompagnement personnalisé. Personne ne devrait avancer seul devant les défis. Pour en savoir plus, visitez Evol.ca

[Kim Auclair] 00:09:59

Mélanie, on a parlé beaucoup de leadership féminin en quelques façons et j'aimerais que tu nous parles justement, comment est-ce que tu as vécu le moment où est-ce que tu as décidé d'aller plus loin avec ce mouvement-là et d'aller chercher un premier championnat féminin?

[Mélanie Labelle] 00:10:18

Ce n'était pas un choix. La demande est là. C'est juste si on le fait. Il n'y avait pas deux avenues. Si on le fait, comment? C'est plus ça. Puis ça, moi, je pense que déjà que cette initiative-là interne des filles, que la motivation des femmes au Canada à aller chercher, puis que moi, je suis en position, un, je suis sur l'équipe nationale, puis que je suis en position d'aller recruter un peu de momentum des médias, bien, je pense que c'est une responsabilité de le faire aussi pour aider le mouvement. Fait que je le prends comme responsabilité, c'est sûr. Je suis derrière, j'encourage les filles à prendre les initiatives. Puis on est main dans la main là-dedans. Mais je ne suis certainement pas toute seule.

[Kim Auclair] 00:11:00

C'est vrai.

[Mélanie Labelle] 00:11:00

Parce que je ne pourrais pas le faire toute seule. Tu comprends? Puis je pense que ça, c'est la beauté des limitations. C'est de savoir elle est où notre limitation puis comment on peut en faire le plus. Fait qu'au final, je pense que je suis plus dans l'influence puis aussi d'en garder la motivation élevée, d'en garder le momentum, puis d'en garder la passion d'y croire aussi. Je le vois comme un long jeu. Je le vois comme quelque chose qui est un plan sur dix ans. Un peu comme si tu pars CAPABLE. Qu'est-ce que ça va être dans dix ans? Puis je ne veux pas nécessairement des résultats tout de suite.

Je veux voir qu'est-ce que ça va donner. parce que je suis vraiment curieuse. Il n'y a jamais eu ça à notre sévérité d'handicap. Ça n'existe pas. Il y a des femmes qui n'ont juste pas accès au sport. Il y a des personnes qui sont en situation d'handicap de naissance qui n'ont pas touché au sport dans les réseaux scolaires. Puis là, on les accueille dans nos milieux. Il y a comme tout à apprendre. Moi, ce

que je suis curieuse, c'est quand ils vont avoir appris les habiletés de sport, les habiletés physiques, les habiletés tactiques, quand ils vont avoir développé ça, qu'est-ce que ça va avoir l'air? Ma curiosité est vraiment dans un 10 ans. Où est-ce qu'on va être? Je suis déjà assez fière de l'effet boule de neige.

[Kim Auclair] 00:12:17

Tu as mentionné quelque chose d'intéressant. Beaucoup de personnes qui deviennent athlètes paralympiques, mais ne savaient pas, comme tu dis, que c'était possible pour eux. J'en ai rencontré dans le cadre de CAPABLE. À la base, ce sont des personnes très compétitives. On s'entend. Mais comme tu dis, du jour au lendemain, ils doivent se réinventer et ils veulent continuer à faire du sport, mais c'est juste, ils n'ont pas d'exemple, ils n'ont pas de modèle. Alors, le fait que vous vous mettez en avant comme ça, ça montre que vous avez un sport et que c'est possible pour d'autres femmes de le faire aussi. Ça fait que c'est important.

[Mélanie Labelle] 00:12:58

C'est une chose d'avoir pas d'exemple, pas de modèle, mais c'est une autre chose de rencontrer toutes les barrières à l'entrée aussi. En ce moment, cet été, j'ai quand même testé quelques sports pour regarder un peu c'était quoi les barrières à l'entrée. C'est assez surprenant dans le sens que c'est long. C'est un long processus d'essayer de s'impliquer dans un nouveau sport. Il ne faut vraiment pas lâcher. Mais moi, mon souhait, c'est vraiment que dans une prochaine génération, on n'a pas autant de barrières à l'entrée, que ce soit plus accessible dans le fond pour que justement, on soit capable de voir ce qu'on est capable de faire.

Moi, j'ai l'impression qu'on va mettre des standards, notre génération va mettre des standards, puis on va se faire battre par la prochaine génération, un peu comme le mouvement olympique, dans le fond.

[Kim Auclair] 00:13:43

Oui, exact. Puis là, tu as mentionné beaucoup des barrières. T'as-tu des exemples concrets? Qu'est-ce que ça peut être, les obstacles que les personnes vont rencontrer?

[Mélanie Labelle] 00:13:54

Oui. En fait, il y a s'organiser soi-même à la maison. C'est quoi notre système social? Est-ce qu'on est accompagné? Est-ce qu'on a un système de support familial? Est-ce qu'on a un système de support provincial? Après ça, est-ce qu'on a un véhicule pour se rendre? Est-ce qu'on peut se rendre de façon autonome ou est-ce qu'on est sur les taxis ou les autobuses de la ville? Ça, c'est aussi une grosse, grosse barrière. Le transport ou l'accès juste se rendent.

[Kim Auclair] 00:14:20

La préparation, ça induit quelque chose de nouveau pour toi, de préparer, de savoir que tu ne peux plus faire les choses. En fait, tu peux faire les choses spontanées, mais ça demande quand même une préparation avant chaque déplacement.

[Mélanie Labelle] 00:14:36

Avant chaque déplacement, puis dans la charge de la semaine aussi. Fait que comment on planifie notre semaine en fonction de rentrer le sport dans notre horaire? Moi, c'était déjà une habitude de faire du sport puis de rentrer ça dans mon horaire. Mais si ça ne l'avait pas été, ça aurait été une grande montagne de le mettre dans un horaire qui n'est pas le mien. Fait que déjà, de créer l'habitude, mais de

rendre l'habitude facile et réalisable. Fait que de se rendre à l'endroit où est-ce qu'on peut le faire en région, est-ce qu'on peut le faire en ville? En ville, c'est sûr qu'il y a plus d'offres.

Comment on offre la même chose en région quand les gens sont plus éloignés et que c'est un deux heures de route pour se rendre à une activité dans ta charge de semaine? C'est quand même grand comme barrière à l'entrée. C'est une question que je me pose. La deuxième, ce serait les frais d'équipement. Nous, on est dans un secteur où ce n'est pas un choix. On ne peut pas se dire, selon ma démographie ou selon le salaire que je fais, que je vais choisir un sport qui est moins onéreux. Non, non, c'est très cher.

[Kim Auclair] 00:15:32

Tu l'as dit tantôt, ça demande surtout le parasport est moins financé. C'est aussi pour ça que la Fondation Paralympique canadienne existe. C'est pour vous aider à avoir ces sous-là, vous soutenir dans vos ensembles d'activités.

[Mélanie Labelle] 00:15:49

Oui, puis de aussi parler du fait que c'est une barrière à l'entrée, de parler dans les bonnes places, dans les bons meetings, les bonnes rencontres.

[Kim Auclair] 00:15:59

Oui.

[Mélanie Labelle] 00:15:59

De parler dans les bons cercles que c'est une barrière à l'entrée, que le financement des équipements est important, puis juste primordial pour l'accès au sport. Parce que c'est tous des sports d'équipement. Puis d'équipement spécialisé, parce qu'on a des handicaps tous différents. Puis après ça, il y a un problème ou une barrière d'infrastructure. Nos coachs, nos entraîneurs doivent se spécialiser avec des salaires un petit peu moins élevés, avec un peu d'incompréhension de ce que la structure est, je pense, parce que je ne sais pas comment le véhiculer bien encore, mais je pense qu'on prend beaucoup le modèle de sport régulier et on le copie au sport paralympique, mais ce n'est pas une copie conforme, ça ne peut pas fonctionner.

Moi, ce que je me pose comme question et ce que je poserais à la question des décideurs, ce serait vraiment comment on l'organise pour que ça fasse du sens, pour que ça soit réalisable, pour que ça ressemble à notre démographie. Parce qu'en ce moment, ça ne ressemble pas.

[Kim Auclair] 00:16:57

Non, bien, c'est un peu, tu sais, l'adaptation, c'est un mot hyper important au talent de parasport, on parle d'accessibilité, l'adaptation, c'est comme tu dis, c'est pas juste de copier un sport, le sport va se faire autrement, puis en plus, tu vas avoir des profils différents, différents vécus, différentes mentalités aussi, différents fauteuils, donc je suppose qu'une personne peut faire le même sport, mais ça va être des fauteuils différents en fonction des...

[Mélanie Labelle] 00:17:29

Mais c'est aussi de comprendre les retombées. Tu sais, les personnes qu'on active aujourd'hui vont être celles qui vont résoudre les problèmes de demain. Puis avec beaucoup plus de créativité parce qu'ils vont avoir été soulevés par les fondations qu'on va remettre aujourd'hui. Parce que moi, je considère que le monde que je navigue aujourd'hui a été créé par les gens qui étaient là il y a 20-25

ans. et que je suis sur le privilège de toutes les avancées qu'eux ont faites. Je le vois et à chaque jour, je les remercie. Ça n'a juste aucun bon sens.

[Kim Auclair] 00:18:02

J'ai parlé tantôt de ton fauteuil. Ça me donne le goût d'en savoir un petit peu plus. Comment est-ce que toi, tu l'as adapté ou que ton fauteuil a été adapté pour ton sport? On y revient après la pause partenaire. « Capable » vous est présenté grâce au soutien de précieux partenaires. Ils sont nombreux à croire à ce projet. Je vous en ai présenté de vive voix, mais vous les voyez aussi défiler à l'écran. Pour tous les connaître, visitez capable.media.partenaire. Mélanie, tu dis souvent que ton fauteuil, c'est un peu une extension de toi. Peux-tu m'expliquer ça?

[Mélanie Labelle] 00:18:48

C'est quand même très drôle. C'est pas drôle. C'est pas du tout drôle. C'est particulier. Je vais essayer de te le démontrer. C'est une extension de moi parce qu'il faut que le fauteuil soit intégré à mon cerveau pour développer mes habiletés athlétiques. C'est comme si tu marches dans tes souliers. Est-ce que tu penses à tes souliers pendant que tu marches? tu penses à tes souliers si tes souliers te font mal s'ils ne sont pas la bonne grandeur il y a d'autres raisons pourquoi tu penserais à tes souliers mais ça je peux t'en nommer deux si tu as des bottes d'hiver à l'été tu vas y penser parce que ce n'est pas adapté aux besoins du moment

pour le fauteuil c'est un peu ça si tu changes de fauteuil en parcours tu dois te réhabituer à ton fauteuil les gens qui font du cyclisme doivent se réhabituer à leur équipement il y a une compétitrice en saut à la perche éventuellement, que son équipement ne s'était pas rendu à sa compétition. Elle a dû emprunter la pole de quelqu'un et c'est ultra complexe de compétitionner dans un équipement qui n'est pas le mien parce que ce n'est pas les mêmes vecteurs de force. Oui, notre cerveau doit s'approprier notre équipement. Après, comment on détermine notre équipement et qu'est-ce qu'on a de besoin? Là, il faut en essayer beaucoup.

Pour moi, je peux juste parler pour moi parce que je ne connais pas le corps de tout le monde, mais pour moi, il y avait que le sport est fait majoritairement d'hommes et que la largeur des épaules des hommes est plus large que la mienne. Fait que moi, j'ai dû un peu arriver à... Il y avait deux compagnies qui créent nos fauteuils. Une, que c'était taille fixe, hanche-épaule, puis l'autre, que je pouvais un peu manipuler les mesures. Fait que je leur ai demandé d'avoir ma largeur de hanche, mais de rapprocher les roues pour accommoder mes épaules qui sont moins larges.

Puis quand ils m'ont dit oui, on peut le faire, je suis allée vers cette compagnie-là parce que j'ai vraiment adapté le fauteuil pour maximiser la force avec la largeur de mes épaules. Déjà là, de un à l'autre, ça a fait un changement. Je pense que j'ai pris la rapidité dans mon fauteuil, j'ai gagné une seconde, juste en sprint.

[Kim Auclair] 00:20:54

Donc, en ce moment, tu es sur ton fauteuil de tous les jours. Et là, le fauteuil qui a été adapté, c'est vraiment juste pour faire le sport. Et là, tu dis qu'il est plus rapide que celui-là.

[Mélanie Labelle] 00:21:10

Il est fait pour ce sport-là. Est-ce qu'on a de la stabilité du tronc? Ou est-ce qu'on veut être un passeur de ballon? Est-ce qu'on veut bien manipuler notre fauteuil? Qu'est-ce qu'on veut vraiment de notre compétition?

[Kim Auclair] 00:21:23

C'est quoi les particularités de ton fauteuil?

[Mélanie Labelle] 00:21:25

Je pense qu'il faut comprendre le sport et les rôles du sport. Le rugby, pour les gens qui ne connaissent pas ça, ça se joue sur un terrain de basketball avec des gens qui ont un handicap par au moins trois membres. Souvent, on n'a pas les mains. On n'a pas nécessairement le tronc. Il y a des joueurs qui ont le tronc, qui ont moins de bras, moins de mains, moins de jambes. C'est tout un monde de handicap. Après ça, dans les fonctions, on a des classifications. Plus haut la classification, plus de fonctions. Plus bas, moins de fonctions. On est de 3,5 à 0,5.

Dans cet aspect de classification, on a des fauteuils défensifs et offensifs. On a des porteurs de ballons qui ont plus de fonctions, puis on a des joueurs défensifs qui vont être plus bloqueurs, qui ont moins de fonctions, puis on a un total de 8 points sur le terrain. Quand on met une femme sur le terrain, on peut ajouter 8,5 ou 9 points dans le total.

[Kim Auclair] 00:22:15

J'ai comme une image à quel point c'est pas juste qu'on place les gens-là, on les place en fonction de leur force, de leur capacité, et c'est réglementé pour que tout, qu'on sente qu'il y ait une certaine justice ou équité dans cette équipe-là. Parce que là, tu viens de me dire, il y en a qui n'ont pas de tronc, il y en a qui n'ont pas de jambe, quoi que ce soit, mais c'est beau, en fait.

[Mélanie Labelle] 00:22:40

C'est beau, puis là, je le dis un peu à la bonne franquette, mais je pourrais te donner les termes des handicaps. Je pense que juste l'image est quand même bonne pour la discussion d'aujourd'hui. Puis aussi, si on part du sport paralympique, ce n'est pas paraplégique, c'est parallèle, justement parce que l'idée, c'était de rendre le sport équitable ou d'être, d'avoir une certaine parité dans les handicaps, donc de performer à parité. Puis là, si on regarde notre sport, on inclut un volet d'handicap. Puis là, l'idée, c'est de mettre ces handicaps-là sur le terrain avec leurs habiletés puis de compétitionner ensemble.

[Kim Auclair] 00:23:16

Je trouve ça vraiment intéressant. C'est vraiment... J'avais même pas pensé aujourd'hui, puis je suis certaine que ceux qui nous écoutent vont comprendre tout ce que ça implique. Fait que ce que tu me dis, en fait, c'est que sans adaptation sur mesure, ça ne serait pas possible pour toi d'exercer ça. Et là, je comprends à quel point c'est important le financement dans le parasport parce que, justement, c'est de pouvoir adapter chacun des outils en fonction de la personne.

[Mélanie Labelle] 00:23:45

Oui, en fonction de la tâche qu'il y a à accomplir. Fait que là, si on prend ma tâche, qui est un fauteuil défensif, parce que je suis un joueur bas pointage, bien là, je veux être capable de faire 2,5 mètres ou 5 mètres rapidement. Je veux être capable de négocier ma direction entre les fauteuils et je veux être capable d'être à la bonne place au bon moment. Après, est-ce que j'ai besoin de manipuler le ballon? Pas tant mon travail. Ce n'est pas comme ça que j'ai placé mon fauteuil. Mais je veux être capable peut-être d'aller chercher, d'avoir un peu de manipulation de ballon là-dedans, mais ce n'est pas l'angle prioritaire que j'ai choisi.

Comme ça, on construit nos fauteuils. Après ça, bien, écoute, c'est un sport de contact. Fait que là, t'as des roues à, je te dirais, on est entre 800 et 1200, la roue, qui prend des contacts. Il faut qu'ils se fassent redresser à chaque match ou à chaque moment. Fait que moi, j'ai peut-être six roues qui cyclent. Il y en a trois qui se font réparer, il y en a trois qui s'en vont se faire, tu sais, maganer.

[Kim Auclair] 00:24:40

Mélanie, tu as fait partie des Olympiques à Paris en 2024. Tu as été coupée, quelque chose comme ça. Mais on t'a invitée quand même à y aller, à participer. Comment t'as vécu ça?

[Mélanie Labelle] 00:24:55

Je peux te ramener sur le moment. Tu veux le vivre avec moi? N'importe quel athlète qui se respecte veut faire les plus grands jeux. Déjà, d'avoir la déception de ne pas faire l'équipe, ça ne s'explique pas. Ça a été quand même vraiment difficile. Dans la chambre, quand j'ai eu la nouvelle, mon coach m'a dit... On ne réalise pas sur le moment la chance que c'est, mais mon coach m'a dit « je t'annonce que tu ne fais pas l'équipe, mais je t'annonce aussi que tu as un appel à faire pour faire partie de l'équipe Média à Paris.

» Puis là, je l'ai regardé et j'ai dit « parle-moi pas de ça, non, c'est pas le temps. » Je suis allée vivre ce deuil-là. Je me suis donné un petit moment. J'ai contacté le CPC parce qu'il m'avait dit… j'avais donné ma candidature, en me disant « si ça arrive pas, si je fais pas l'équipe, est-ce que je peux peut-être faire partie des Jeux? Ça fait quatre ans que je travaille acharnée pour faire ça. Comment je fais pour aller vivre ce moment-là avec eux? » j'en avais parlé au coach, puis il m'avait dit, tu sais, Mel, qu'est-ce que tu me dirais si je te disais que j'avais un plan B, puis je te dirais on a juste un plan A dans la vie.

[Kim Auclair] 00:26:17

C'est compétitivité comme tu es.

[Mélanie Labelle] 00:26:21

On s'est parlé, on s'est compris. Fait que j'ai continué avec mon plan A, mais en continuant avec mon plan A, le CPC a quand même dit écoute, nous, on aimerait ça que tu viennes, on va attendre que la sélection soit faite. Ça, ça a été, tu sais, c'est un moment que Tu ne peux pas expliquer parce que qui se ramasse avec cette option-là de dire « si je ne vais pas en joueur, je peux y aller dans la grande équipe du CPC », de voir le jeu derrière le jeu. C'est inexplicable. De vivre les jeux derrière la scène, comme tu peux comprendre c'est quoi la game médiatique, c'est impressionnant.

Impressionnant le travail qu'ils font derrière. Moi, je ne peux pas, c'était ma première expérience avec du monde régulier dans ma situation de handicap. Je ne peux pas suivre. C'est impossible, mais j'ai été capable d'apporter un petit peu mon grain de sel à gauche et à droite. Je pense qu'en quelque part, c'est vraiment important que les gens vivent mon handicap dans ces milieux-là, qu'ils voient c'est quoi l'adaptation pour nous, qu'ils voient c'est quoi qui est possible d'être fait, puis qu'est-ce qu'on amène dans notre contexte, parce qu'on ne peut pas le vivre comme eux. Mais c'est assez impressionnant, puis je leur lève mon chapeau à ces équipes-là. Ils travaillent sur quatre ans, ils font tous les grands jeux. C'est des équipes qui travaillent acharnées, puis je pense que...

[Kim Auclair] 00:27:48

Qu'est-ce que tu dirais, en fait, on est déjà rendu à la dernière question, Mélanie, puis ça me fait penser, qu'est-ce que tu dirais à une femme qui pense que le sport adapté, que ce n'est pas pour elle,

mais elle a un petit goût de pouvoir aller plus loin, mais elle pense que ce n'est pas accessible pour elle, ce serait quoi ton premier conseil que tu lui donnerais?

[Mélanie Labelle] 00:28:11

La question que je lui demanderais, c'est pourquoi. On va voir ce qu'il y a derrière. Pourquoi elle pense que ce n'est pas pour elle? Pourquoi elle pense que c'est impossible? Qu'est-ce qu'il y a derrière ça? Parce que la route n'est pas facile. Je pense qu'il faut être capable de trouver des solutions créatives à tout. Il faut être capable d'y croire, même quand ce n'est pas possible, puis de juste soulever les montagnes qu'il y a à soulever pour l'instant. Puis je pense qu'aussi, la deuxième chose, c'est de donner un petit texto à quelqu'un qui en fait, puis essayer de voir un peu comment eux se sont adaptés pour faire l'activité. Mais je pense qu'il faut le faire.

[Kim Auclair] 00:28:48

Mélanie, merci. [Musique de générique]

Crédits

Animation : Kim Auclair. Invitée : Mélanie Labelle.

Production et recherche de participants

Communication Niviti Inc. Recherche de participants : Kim Auclair.

Participation financière

BDC. Fondation Minorité InVisible. Evol.

Soutien

SADC Shawinigan. Ministre de la Culture et des Communications du Québec. Futurpreneur. Finandicap. ROSEPH (Regroupement des organismes spécialisés pour l’emploi des personnes handicapées). Fondation Caecitas. Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ). Alliance Nomad.tv.

Collaboration

Conseil Québécois des Entreprises Adaptées (CQEA). François-Philippe Champagne. Protection FER. Centre canadien pour la diversité et l’inclusion (CCDI). Tissus Berthiaume. CONSEILLÈRE SST. Institut national canadien pour les aveugles (INCA). Parasports Québec. Aimes-tu ma différence ? Lessard Buick Chevrolet GMC (Shawinigan et La Tuque). Ressource pour personnes handicapées Abitibi-Témiscamingue / Nord-du-Québec. Synergia Web. Les Collations de Cloé, produites par La Cabane Citipouss.

Partenaires d’accueil

Tourisme Shawinigan. Centre d’entrepreneuriat Alphonse-Desjardins Shawinigan (CEADS).

Photographe

Pascal Proulx.

Partenaires médias

Capable.Média. Les Affaires. Canal M - Vues et Voix. Les capés (CKIA FM 88.3).

Studio de tournage

Nomad.tv.

Réalisation et montage

Normand Flageol.

Aiguillage et caméra

Natan Boutet.

Équipe technique

Traduction en langue des signes québécoise (LSQ) : Cinéall. Sous-titres : Communication Niviti Inc. Musique : Raspberrymusic / youtube.com/@raspberrymusic et Dj Krops X Dj Funckstyle - Warrior.