

PLAN DE RELANCE LOISIR ET SPORT

ACTUALITÉ

L'Unité régionale de loisir et de sport de la Mauricie (URLSM), est fière de vous présenter son « [Plan de relance](#) » pour les organismes de loisir, sport, plein air et loisir pour les personnes vivant avec un handicap. C'est plus de 300 000 \$ qui sera distribué pour soutenir les organismes de la région.

Ce Plan présente quatre volets afin de mieux répondre à chacune des situations vécues par les organismes locaux et régionaux œuvrant sur le territoire de la Mauricie. Par ce Plan, l'URLSM souhaite intervenir sur plusieurs fronts à la fois afin :

- D'accompagner les organismes pendant la crise
- D'atténuer la pression financière ressentie par les organismes
- De maintenir les ressources humaines (direction, entraîneur, etc.) en place
- D'assurer la survie et la poursuite des activités
- De soutenir le développement et la mise en œuvre de nouvelles stratégies d'intervention
- De collaborer avec les organismes à une relance fructueuse

Il est possible de faire une demande dans l'un de ces quatre volets :

Volet 1 : Urgence financière

Volet 2 : Soutien organisationnel

Volet 3 : Innovation et développement

Volet 4 : Relance des activités

Organismes admissibles : OSBL en loisir, sport, plein air et loisirs pour les personnes vivant avec un handicap

Formulaire de demande

Faites votre demande en ligne, en [cliquant ici](#). De plus, toutes les informations sont publiées sur le site internet et Facebook de l'URLSM.

FINANCEMENT MES PREMIERS JEUX

MES PREMIERS JEUX

Financement unique afin de réaliser des activités Mes premiers Jeux auprès des enfants âgés de 6 à 12 ans. Les demandes seront traitées deux fois par mois (le 1^{er} et le 15 de chaque mois). [Faites une demande maintenant](#) (jusqu'à épuisement des fonds).



**MES
PREMIERS JEUX**
MAURICIE

Cet hiver, l'URLSM a réalisé deux répertoires en plein air pour faire bouger les gens à l'extérieur. Il s'agit du répertoire des sentiers de raquettes et le répertoire des sentiers de ski de fond. Pour les consulter, cliquez sur ceux-ci.

PLEIN AIR EN MAURICIE

SENTIERS DE RAQUETTES



Publié le 6 janvier 2021 par l'Unité régionale de loisir et de sport de la Mauricie



L'Unité régionale de loisir et de sport de la Mauricie (URLSM) vous présente le répertoire plein air **sentiers de raquettes** qui présente **73 endroits en Mauricie** à découvrir pour pratiquer ce sport hivernal.

Il est fortement conseillé de contacter le site de plein air que vous désirez visiter afin de s'informer des heures d'ouvertures, des coûts (s'il y a lieu) et des règles à suivre en lien avec la COVID-19.

Pour des ajouts ou modifications, n'hésitez pas à nous contacter. Nous vous souhaitons un magnifique hiver dans vos activités de plein air !

M. Jean-Guy Morand
Conseiller en plein air à l'URLSM
jean-guy.morand@urlsmauricie.com
819 691-3075 poste 6539

Sentier hors piste



AGGLOMÉRATION DE LA TUQUE

Lac Édouard
Sentiers d'A.D.F.L.E.
819 653-2238

La Tuque
Sentier Haute-Mauricie
877 424-8476

Secteur Deveriche
877 424-8476

Sentier « Petite rivière Bostonnais »

Parc des chutes de la Petite rivière Bostonnais
819 523-5930

Centre de ski Club des 3 Raquettes
819 523-7090

Le Petit Nivarna
819 523-7941

Club Odanak
819 523-8420

La Bostonnais
Domaine Notcimik
819 523-8003

Différentes pourvoies du Haut-Saint-Maurice

PLEIN AIR EN MAURICIE

SENTIERS DE SKI DE FOND



Publié le 11 janvier 2021 par l'Unité régionale de loisir et de sport de la Mauricie



L'Unité régionale de loisir et de sport de la Mauricie (URLSM) vous présente le répertoire plein air **sentiers de ski de fond** qui présente les endroits en Mauricie à découvrir pour pratiquer ce sport hivernal.

Il est fortement conseillé de contacter le site de plein air que vous désirez visiter afin de s'informer des heures d'ouvertures, des coûts (s'il y a lieu) et des règles à suivre en lien avec la COVID-19.

Pour des ajouts ou modifications, n'hésitez pas à nous contacter. Nous vous souhaitons un magnifique hiver dans vos activités de plein air !

M. Jean-Guy Morand
Conseiller en plein air à l'URLSM
jean-guy.morand@urlsmauricie.com
819 691-3075 poste 6539

AGGLOMÉRATION DE LA TUQUE

La Tuque
Sentier Haute-Mauricie (sentier hors piste)
877 424-8476

Club de ski de fond La Tuque Rouge
819 523-9003

La Bostonnais
Domaine Notcimik
819 523-8003

Différentes pourvoies du Haut-Saint-Maurice



DÉFI CHÂTEAU DE NEIGE JUSQU'AU 8 MARS 2021

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Vous avez jusqu'au 8 mars prochain pour aller vous inscrire au Défi château de neige 2021. L'URLSM a plusieurs prix de participation à faire tirer au hasard parmi tous les châteaux inscrits. L'objectif du Défi est fort simple : inciter les gens de la Mauricie à enfiler leur habit de neige pour aller bouger à l'extérieur durant l'hiver et ainsi, contribuer au maintien de saines habitudes de vie !

Organismes et municipalités

Les organismes et les municipalités intéressés à participer au Défi, sont invités à inclure dans leur programmation cette activité. Si vous êtes intéressés, vous devez inscrire votre événement sur le site web du [Défi château de neige](#) et celui-ci sera affiché sur la page de notre région.



LES CAPSULES VIDÉOS D'INITIATION AU PATINAGE EN PARTENARIAT AVEC LE RSEQ MAURICIE

ACTIVITÉ PHYSIQUE

En janvier, l'URLSM en partenariat avec le [Réseau du sport étudiant de la Mauricie](#) a réalisé des capsules vidéos d'initiation au patinage. L'objectif était de donner quelques trucs et astuces aux parents qui débutent cette nouvelle activité physique avec leurs tout-petits. Pour écouter les capsules, cliquez ici :

[Capsule 1 : Équipement](#)

[Capsule 2 : Équilibre](#)

[Capsule 3 : Avancer](#)

[Capsule 4 : Reculer](#)

[Capsule 5 : Freiner](#)

[Capsule 6 : Agilité](#)



SOUTIEN AUX
MRC ET MUNICIPALITÉS



PORTRAIT DANS LES CAMPS DE JOUR 2020

Le portrait camp de jour en Mauricie 2020 apporte un éclairage sur plusieurs données intéressantes en lien avec les opérations d'un camp de jour. Pour le consulter, [cliquez ici](#).

Offre de formation pour les gestionnaires camps de jour

L'URLSM vous offre divers webinaires en lien avec la gestion des camps de jour. Pour vous inscrire à l'une celles-ci, cliquez ici :

1. [Ressources humaines en camp de jour](#) (3 février 2021 de 9 h à 12 h)
2. [Aspect légal en camp de jour](#) (17 février 2021 de 9 h à 12 h)

BÉNÉVOLAT

GALA FEMMES D'INFLUENCE EN SPORT AU QUÉBEC PÉRIODE DE MISE EN CANDIDATURE

La période de mise en candidature est officiellement lancée pour le Gala Femmes d'influence en sport au Québec - édition spéciale 2021.

Pour plus d'informations [cliquez ici](#).



C'est en décembre dernier que l'équipe de l'URLSM a remis à M. Marc-André Gilbert le prix du bénévolat en loisir et en sport Dollard-Morin 2020. En respectant les consignes de la santé publique, il a été possible de se rendre à sa demeure pour lui remettre une toile faite par l'artiste Normand Boisvert illustrant sa grande passion pour les vélos. En compagnie de la présidente de l'URLSM, Mme Olga Jourdain, et de deux membres de l'équipe de travail de l'URLSM, Mme Lydia Pépin et M. Jean-Guy Morand, le lauréat régional était très ému par cette belle reconnaissance.

Homme engagé dans le domaine du cyclotourisme depuis plus de 40 ans, M. Gilbert a fondé le club Cyclotour en 1981 et il le présidera pendant plusieurs années. En 2009, il s'engage à nouveau au conseil d'administration comme vice-président et ensuite comme président. En 1980, il implante le premier cours en cyclotourisme à l'UQTR dans le cadre du programme en enseignement de l'éducation physique. En 1983, avec le service des loisirs de la Ville de Trois-Rivières, il fait la promotion du premier réseau cyclable, ce qui permet l'embauche de personnel pour mettre en place une première piste cyclable et faire de la ville, une ville d'avant-garde en matière de cyclisme utilitaire et récréatif. En 2006, il a initié la relance de la mise à jour et du développement du réseau cyclable de la Ville. Son travail a contribué à mettre sur pied un comité municipal regroupant entre autres des directeurs de services ce qui a contribué à des investissements majeurs dans l'entretien et la visibilité des espaces cyclables de la ville. En 2008, sous l'impulsion de l'URLSM, il participe activement à la relance du « Comité Vélo ».



Cette initiative donne lieu au démarrage puis à l'implantation d'une véloroute régionale, soit Les Véloboucles Mauricie. Ce sont 350 kilomètres de voies cyclables qui sillonnent trois MRC et deux villes de la basse Mauricie. À l'été 2019, il présente en conférence de presse, la conclusion de 10 ans de travail et 40 réunions pour mettre en place ces Véloboucles. Il met en évidence la complexité d'un dossier inter-municipal qui implique le ministère des Transports du Québec et des intervenants en matière d'aménagement et de tourisme. Membre du Comité plein air Mauricie et cycliste aguerri, il a toujours été un guide en faisant réfléchir et en apportant ses idées pour faire vivre aux cyclistes une expérience mauricienne de qualité.

Toutes ces implications bénévoles ont retenu l'attention de l'URLSM qui lui a décerné le prix du bénévolat en loisir et en sport Dollard-Morin 2020, volet régional. Félicitations M. Gilbert !



PRIX DU BÉNÉVOLAT EN LOISIR ET EN SPORT DOLLARD-MORIN, VOLET RELÈVE JEAN-MARC PARADIS REMIS À ALEXANDRE VEILLETTE

BÉNÉVOLAT

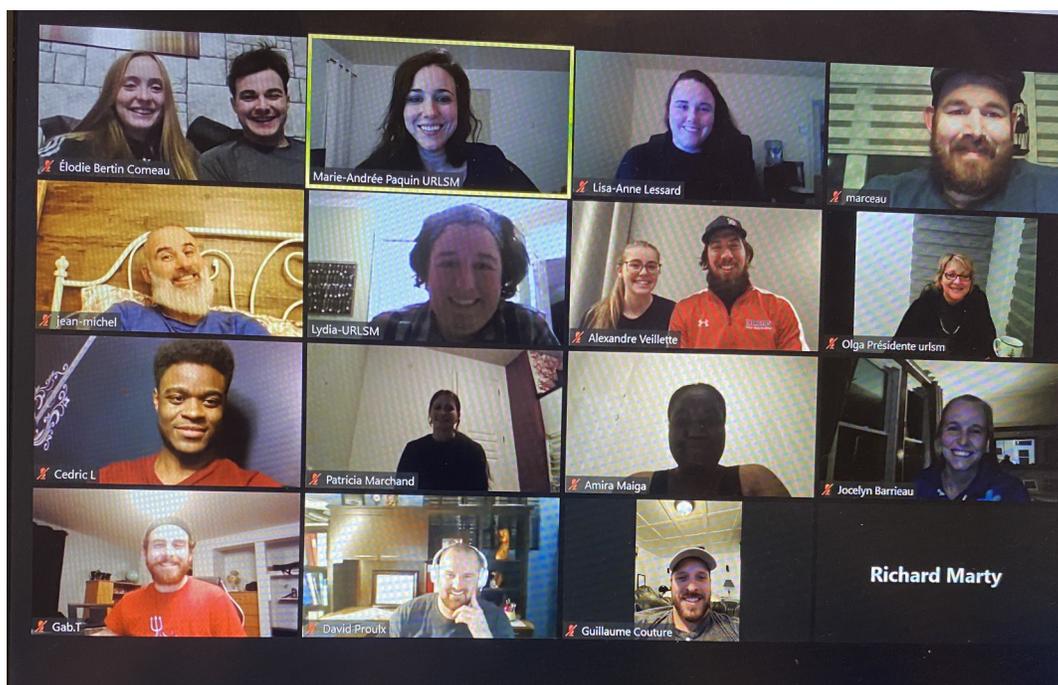
En janvier dernier, l'URLSM a remis le prix du Prix du bénévolat en loisir et en sport Dollard-Morin, volet relève Jean-Marc Paradis à M. Alexandre Veillette pour son engagement auprès des jeunes. En plus d'être le lauréat régional de sa catégorie, M. Veillette s'est aussi vu décerner le titre « Relève provinciale sport » parmi l'ensemble des candidatures régionales. C'est donc une double reconnaissance que celui-ci a reçue.

M. Veillette transmet avec générosité son savoir rugbystique depuis plusieurs années. Athlète de niveau élite, il doit s'exiler pour performer. Il redonne sans compter à son club d'origine, les Braves de Trois-Rivières. Développeur, il met en place des programmes juniors pour, en 2017, déployer l'Académie de la Mauricie ce qui a permis de mettre en valeur le riche potentiel athlétique en rugby et ainsi influencer le Cégep de Trois-Rivières à créer une équipe féminine en 2020. Ses

qualités d'entraîneur sont reconnues par ses pairs et il est connu comme celui qui offre son expertise à ses confrères. Ses actions structurantes permettent d'augmenter le nombre de joueurs de rugby en Mauricie.

L'URLSM a souligné de façon bien différente son implication. Entouré de ses coéquipiers de rugby, M. Veillette a pu se voir remettre ses prix via la plate-forme ZOOM. Au préalable, Mme Lydia Pépin, responsable du dossier bénévolat à l'URLSM avait été déposée les reconnaissances chez le lauréat. Il a pu donc les déballer devant ses amis en conférence virtuelle. Pour l'occasion, il a reçu un trophée, une épinglette, un certificat de reconnaissance ainsi qu'un mot de la ministre déléguée à l'Éducation et responsable de la Condition féminine, Mme Isabelle Charest. Pour son extraordinaire implication, L'URLSM lui a remis une toile faite sur mesure de l'artiste Marguerite Boivin.

Félicitations M. Veillette pour votre implication bénévole !





PROGRAMME NATIONAL DE CERTIFICATION DES ENTRAINEURS (PNCE)

FORMATION

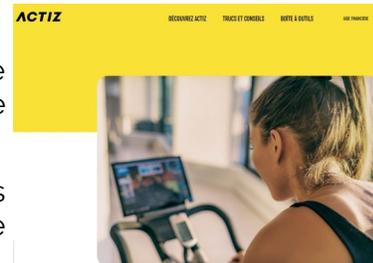
Voici le calendrier de formation du PNCE en ligne. Pour les consulter, [cliquez ici](#).

ACTIZ : DÉFIS SPORTIFS VIRTUELS DES IDÉES À PROPOSER À VOS EMPLOYÉS

Les défis sportifs destinés aux entreprises connaissent une popularité grandissante au Québec, et c'est tant mieux ! Avec la nouvelle réalité liée au télétravail, l'offre virtuelle est aussi de plus en plus intéressante.

[ACTIZ a regroupé ici une liste de plusieurs défis et événements](#) où vos employés auront l'occasion d'être actifs ensemble (virtuellement) en dehors du milieu de travail et d'afficher leur fierté !

ACTIVITÉ PHYSIQUE



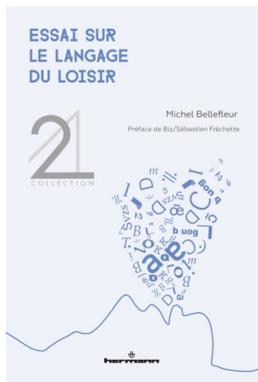
NON-PUBLICS DE LA CULTURE SIX INSTITUTIONS CULTURELLES DE LA MAURICIE À L'ÉTUDE

LOISIR CULTUREL

Sous la direction de Marie-Claude Lapointe et Jason Luckerhoff, un nouvel ouvrage vient d'être publié présentant le fruit d'une recherche empirique auprès de six organismes culturels en Mauricie : Le Comité de protection des œuvres d'Ozias Leduc, le Musée québécois de culture populaire, le Salon du livre de Trois-Rivières, la Maison de la Culture de Trois-Rivières, Ciné-campus Trois-Rivières et le FestiVoix de Trois-Rivières. Il s'adresse avant tout aux responsables d'équipements culturels, aux chercheurs et aux étudiants. Pour en savoir plus, [cliquez ici](#).

ESSAI SUR LE LANGAGE DU LOISIR : UN LIVRE POSTHUME DE MICHEL BELLEFLEUR

ACTUALITÉ



Cet ouvrage de M. Michel Bellefleur s'ouvre sur l'art de parler du loisir correctement en contexte d'aujourd'hui, dans une perspective globale et existentielle, sans réductionnisme simplificateur, ni préjugé de ce que le futur lui réserve. Le loisir est une des réalités par excellence que l'être humain peut façonner par sa pensée et son action, pourvu que les entraves à son développement soient surmontés. Cet ouvrage ne se veut en rien une étude achevée ou finale de ce processus. Il se contente d'en esquisser la problématique et de suggérer quelques éléments de méthodologie de base pour le faire avancer en terrain plus sûr. Cet outil de référence est destiné à un public cultivé intéressé par le loisir, et plus spécifiquement à la masse des bénévoles, techniciens et professionnels impliqués dans son organisation sociale. Pour en savoir plus, [cliquez ici](#).

BÉNÉVOLAT



L'URLSM souhaite faire la promotion du « Portail des gestionnaires et des bénévoles » réalisé par l'Observatoire québécois du loisir. Ainsi, à chaque édition du Mensuel, nous publierons un extrait d'une fiche disponible sur le site internet.

QU'EST-CE QU'UN BÉNÉVOLE ? SA DÉFINITION.

En ce début d'année, revenons sur [la définition d'un bénévole](#). Et vous dans votre organisation, quelle place occupe les bénévoles ? Que mettez-vous en place pour qu'ils vivent une expérience optimale ? Sachez que votre URLSM peut vous accompagner en vous proposant divers outils selon vos besoins.