

L'homme le plus fort du monde

Hugo Girard nous rend visite

L'homme fort du Québec, Hugo Girard est venu rendre visite aux élèves 4^e secondaire, le 21 janvier. Il a abordé son parcours d'athlète en le ponctuant d'anecdotes et de réflexions.

Son premier titre ? L'homme le plus fort de sa chambre !!



Il l'a obtenu en gardant comme objectif de pouvoir s'acheter les fameux outils d'entraînements repérés dans le catalogue Sears. « J'avais découpé l'image dans le catalogue et je l'avais collé au-dessus de mon lit. » L'argent s'accumulant lentement, mais en gardant vivement en tête son objectif, il a enfin pu commander son premier rêve d'enfant qui le conduira vers le titre de champion du monde. .

L'entraînement qui en résultera, l'aidera à s'organiser, à avoir une structure, à planifier un horaire. « Si je voulais atteindre mon but, il fallait que je me donne les outils pour l'atteindre. » En arrivant à s'organiser avec sa passion pour l'entraînement, il a transposé ses apprentissages à l'école. « Ça m'a aidé à réussir ».

Policier pendant 13 ans à Gatineau, le natif de la Côte Nord a multiplié les conseils qui l'on conduit à réussir sa vie et ses exploits. « Les gens qui réussissent recherchent les solutions et ne s'arrêtent pas devant les problèmes. » C'est le mantra qui le guide encore aujourd'hui et c'est sans compter sur l'attitude de champion qu'il a cultivé. « Les champions ne sont pas toujours ceux qui finissent en premier. » Pour lui, un champion, c'est dans l'attitude, dans la façon de parler, d'interagir avec les autres, dans sa façon de marcher. « Les autres n'auront pas le choix de vouloir suivre ton exemple positif. »

Une rencontre inspirante qui s'est évidemment terminée par une démonstration de force d'un des hommes les plus forts sur terre !

-30-

Pour de plus amples renseignements :

Marc Antoine Sauvé

Agent de communication

marc-antoine.sauve@i-esmc.qc.ca

450-347-5343

Benoit Bellavance

Enseignant

benoit.bellavance@i-esmc.qc.ca

450-347-5343