



### **Les Gazelles en folie - le film**

À l'automne 2021, l'équipe de travail du Centre d'amitié autochtone de Lanaudière s'est lancée dans un défi de mise en forme. Afin de garder des traces de cette expérience d'équipe hors du commun, certains moments ont été filmés et enregistrés. À partir de ce matériel, le film Les Gazelles en folie a été réalisé par Sanaé Parlavocchio et Samson Dajcazman pour montrer les coulisses de ce défi que les membres de l'équipe s'étaient donné.

Cette vidéo est disponible en ligne sur notre chaîne Youtube.

**Pour la visionner, cliquez sur le lien suivant : [https://www.youtube.com/watch?v=AMJ\\_\\_2NE-a0&ab\\_channel=Centred%27amiti%C3%A9autochtonedeLanaudi%C3%A8re](https://www.youtube.com/watch?v=AMJ__2NE-a0&ab_channel=Centred%27amiti%C3%A9autochtonedeLanaudi%C3%A8re)**

### **Mise en contexte**

Une dizaine d'employés du Centre d'amitié autochtone de Lanaudière ont pris part au défi des Gazelles au courant de l'automne 2021 en suivant un entraînement qui s'est étendu sur plus de douze semaines. Ce projet sportif visait le développement humain individuel et collectif de l'équipe de travail qui est presque exclusivement féminine.

À travers ce projet, les employés ont été amenés à s'entraîner trois fois par semaine en plus de relever différents défis collectifs dont une marche nocturne de quinze kilomètres en forêt et la descente en rabaska de vingt kilomètres sur la rivière St-Maurice le 26 novembre dernier, sous la neige.

Le troisième et dernier défi consistait en une course à relais entre Joliette et Wendake le lundi 13 décembre 2021. Huit membres de l'équipe se sont élancés du CAAL à Joliette en matinée et ont effectué trois relais de course à pied chacun ainsi qu'un relais en bicyclette hivernale. Cette longue course les a menés à leur destination finale à Wendake où ils sont arrivés le 14 décembre.

Cette épreuve physique et mentale s'apparente à un rite de passage et les motivations qui ont poussé l'équipe à réaliser ce projet sont multiples : la volonté de se remettre en forme, découvrir ce qu'on est capable de faire et l'envie de partager une épreuve avec le soutien de son équipe. L'équipe du CAAL souhaitait également inspirer ses membres et montrer qu'avec de l'engagement, il est possible de réaliser de grandes choses malgré les obligations et les imprévus de la vie