

Trois conférences

Détails de l'offre de



Pierre Beauregard

Auteur de « **L'approche des défis par le plaisir: Toujours gagnant!** »

Participant invité à l'Ironman de Lake Placid 2018

50 grands défis sportifs complétés (dont 11 triatlons Ironman)

Bachelier en Intervention plein air

Conférencier, Consultant, Accompagnateur de projet de rêve

438-888-9144

viensjouerdehors@hotmail.com

www.pleinairenor.ca

1

L'approche des défis par le plaisir

Toujours gagnant!

Est-ce possible de réaliser un défi sportif dans la joie?

Le conférencier présente les six éléments qui lui permettent d'aborder avec plaisir tant les défis sportifs que ceux de la vie quotidienne.

Les thèmes suivants peuvent être abordés:



1) Les saines habitudes de vies et la santé globale

Nous devons prendre soin du seul corps que nous avons. Sommes-nous obligés de souffrir pour y arriver? Peut-on choisir et aimer les sports que l'on pratique? Peut-on être confortable en les pratiquants? Sommes-nous obligés de nous entraîner?

2) Être heureux avec nos choix de vies (affirmation de soi)

A-t-on le droit d'aimer ce qu'on fait? Peut-on faire des essais? A-t-on le droit de changer de sport? Peut-on être heureux maintenant, pendant qu'on est en chemin?

3) Développement et soutien aux habiletés sociales (bienveillance – entraide - empathie)

Connais-tu ta passion? Qu'as-tu essayé pour la trouver? Une fois que tu l'auras, tu seras occupé à vivre TA vie, TA passion. Chacun de nous y a droit.

Fiche technique

Durée: 60 minutes (incluant une période de questions ou d'échanges)
Projecteur avec une entrée HDMI ou VGA (avec les fils)
Écran ou mur blanc

Tarif scolaire (spécial de lancement 2018-2019)

250\$ par classe lors d'une tournée des classes
750\$ en auditorium (soumission personnalisée sur demande)
Déplacement 0,43\$/km à partir de Granby-Hébergement au besoin
Frais supplémentaires si je fournis projecteur et écran

2

Est-ce possible d'être bien et confortable en tout temps quand on va « jouer » dehors?



Le conférencier nous présente, en termes clairs et avec des images simples, les principes essentiels à comprendre :

- Fonctionnement des vêtements
- Mieux comprendre le corps humain
- Des trucs nutrition
- La sécurité

Idéal pour

- Préparer des étudiants à un projet de plein air.
- Préparer des parents et des professeurs qui accompagneront des groupes en sorties de plein air.

Ses nombreuses formations, expériences et reconnaissances nous assurent que l'information qu'il nous transmet est valable. On peut s'y fier.

Fiche technique

Durée: 60 minutes (Plus une période de questions ou d'échanges)
Projecteur avec une entrée HDMI ou VGA (avec les fils)
Écran ou mur blanc

Tarif scolaire (spécial de lancement 2018-2019)

250\$ par classe lors d'une tournée des classes
750\$ en auditorium (soumission personnalisée sur demande)
Déplacement 0,43\$/km à partir de Granby-Hébergement au besoin
Frais supplémentaires si je fournis projecteur et écran

3

Le conférencier raconte le plaisir de se dépasser et d'entrer en communion avec la nature dans le cadre de cette aventure unique.



Cet événement se déroule sur deux jours, entièrement au Québec, depuis plus de 50 ans. Entre 13 et 160 km de ski de fond, aucun classement ni chronomètre.

Idéal pour

- Tous les niveaux de skieurs.
- Un projet scolaire emballant.
- Implication sociale comme bénévole pour les élèves qui ne voudraient pas skier et leurs parents accompagnateurs.

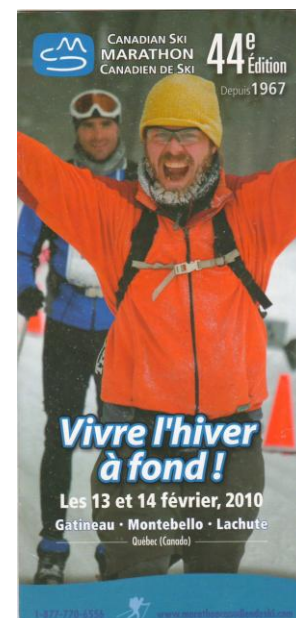
Avec ses 13 participations et son titre « d'ambassadeur » du Marathon Canadien de Ski, Pierre Beauregard raconte les divers éléments de cette incroyable aventure.

Fiche technique

Durée: 60 minutes (Plus une période de questions ou d'échanges)
Projecteur avec une entrée HDMI ou VGA (avec les fils)
Écran ou mur blanc

Tarif scolaire (spécial de lancement 2018-2019)

250\$ par classe lors d'une tournée des classes
750\$ en auditorium (soumission personnalisée sur demande)
Déplacement 0,43\$/km à partir de Granby-Hébergement au besoin
Frais supplémentaires si je fournis projecteur et écran



Auditoires possibles:

- Les élèves,
- Le personnel,
- Les parents,
- Auditoires combinés « parents-élèves »
(impact multiplié).

Données probantes favorisant de telles conférences:

- Les parents, les amis et la famille ont été les facteurs les plus puissants pour amener les jeunes enfants à participer à des activités de plein air (The Outdoor Foundation, 2010).
- Les enfants passent beaucoup de temps devant les écrans. Les auteurs concluent à l'importance d'impliquer les amis et les parents pour encourager les enfants à passer plus de temps à l'extérieur, et de s'assurer que les activités proposées soient agréables et faciles (The Nature Conservancy, 2011).

Références:

The Outdoor Foundation. (2010). Special report on youth: The next generation of outdoor champions. Boulder. Document accessible à l'adresse: <http://www.outdoorfoundation.org/research.youth.html>.

The Nature Conservancy. (2011). Connecting America's youth to nature. Document téléaccessible à l'adresse: <http://www.nature.org/newsfeatures/kids-in-nature/kids-in-nature-poll.xml>

Conférences conçues et offertes par Pierre Beauregard, B.Sc.

Collaborations:

Isabelle Boisvert, Ph.D., psychoéducatrice

Maurice Tremblay, Conseiller Pédagogique, Approche École en Santé, Commission scolaire Val-des-Cerfs

Dominic Martin, Conseiller Pédagogique en éducation physique et à la santé, Commission scolaire Val-des-Cerfs

Pierre Beauregard, B.Sc.

Auteur de « **L'approche des défis par le plaisir: Toujours Gagnant!** »

Conférencier, Consultant, Accompagnateur de projet de rêve

438-888-9144

viensjouerdehors@hotmail.com

www.pleinairenor.ca

