

## BENOÎT HUOT

*Athlète, médaillé paralympique et conférencier*

*Conférence disponible en anglais / Available in english*

Benoit Huot, c'est notre Michael Phelps québécois. Alors qu'on attribue les performances exceptionnelles de Phelps à sa structure physique, paraît-il, parfaite pour un nageur, Benoit, lui, a appris à travailler avec son unicité, son handicap, pour exceller dans son sport.

Dans le monde de la natation, on le surnomme The Shark, le requin. Sa performance record au 200m quatre nages à Londres nous a soufflés et sa passion sans pareil pour le sport, le dépassement de soi et, sans contredit, la vie, elle aussi, vous conquerra.

### Sa conférence :

#### **SURPASSEZ VOS LIMITES**

*Durée : environ 60 minutes, adaptable*

Dès son enfance, Benoît a appris à conjuguer avec la malformation du pied, avec laquelle il est né. Loin d'abandonner son désir de vouloir réussir dans un sport, comme la plupart des jeunes garçons de son âge, la natation devint pour lui une source de motivation inépuisable lorsqu'il réalisa que son pied-bot n'était plus un obstacle à la performance. En passant en revue les quatre périodes paralympiques auxquelles il participa, c'est avec un enthousiasme contagieux que Benoît vous parlera de l'importance de toujours croire en ses rêves, d'identifier ses objectifs, de tout faire pour y parvenir et de bien s'entourer. À travers sa propre histoire, visuel plus que convainquant à l'appui, il vous donnera envie de vous surpasser et de foncer vers votre réussite.

*Un appel préparatoire est prévu afin d'adapter le contenu de la conférence.*

### Parcours :

Benoit Huot est né avec une malformation à la jambe droite communément appelé le pied bot. Cela ne l'a jamais ralenti dans la vie de tous les jours et il pratique même la natation depuis l'âge de 8 ans. Il est devenu, lors des 15 dernières années, l'un des athlètes paralympiques canadiens les plus décorés avec 19 médailles en 4 Jeux paralympiques.

Membre de l'équipe nationale canadienne depuis 1998, il a décroché plus de 28 médailles en 4 Championnats du monde, en abaissant plus de 50 records du monde dans sa catégorie.

En 2004, il a été l'athlète masculin en natation le plus médaillé des Jeux paralympiques d'Athènes, avec 6 médailles dont 5 OR.

Benoit a été récipiendaire de plusieurs honneurs au cours des années dont l'athlète de l'année dans les pays du Commonwealth en 2003, nageur de l'année par Natation Canada de 2003 à 2012 et nageur ayant

un handicap de l'année par le prestigieux magazine Swimming World en 2005 en plus de remporter le Maurice de l'athlète de l'année au Québec en 2007.

Ce nageur est toujours très impliqué dans différentes causes touchant la jeunesse, la relève et le sport. Il est ambassadeur pour la Fondation Right to Play et a même créé sa propre Fondation Benoit Huot qui a pour but de venir en aide aux jeunes athlètes ayant espoir de participer aux Jeux paralympiques.

Ses plus grands rêves sont maintenant d'aider la relève, d'inspirer autrui à dépasser leurs propres frontières et de motiver toutes personnes qui à pour but de réaliser ses rêves. Et il le fait bien en transmettant sa PASSION pour la vie.

### **Besoins techniques :**

- Micro-casque sans fil
- Petite table (pour déposer notes et bouteille d'eau)
- Ordinateur portable MAC
- Télécommande à distance
- Projecteur et écran (compatibles MAC)  
(sorties audio-vidéo car vidéos avec son)