



Jour 4-3 MARS 2026



#60edition

# Journal

## BIZZ

BLAINVILLE 2026



#Blainville2026

#jdq2026

#GOCDQ

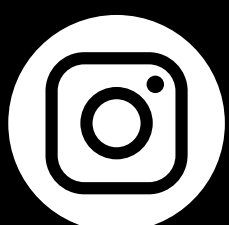




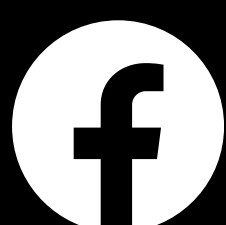
## TABLEAU DES MÉDAILLES



Centre-du, Centre-du quoi?  
Centre-du-Québec LET'S GO !



@GOCDDQ  
@JEUXDUQUEBEC

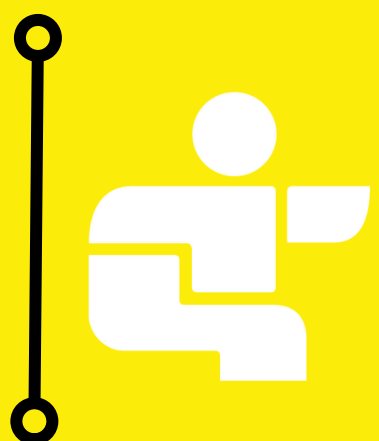


@JEUX DU QUÉBEC - RÉGION CENTREDUQUÉBEC  
@JEUXDUQUEBEC



# BIZZ D'OR

Équipe de Basketball en fauteuil  
roulant



FINALE DES  
JEUX DU QUÉBEC  
CENTRE-DU-QUÉBEC



# POTIN DU JOUR !



## Judo

Daphnée aurait plus de succès si elle utilisait ses techniques... pour bloquer les hanches au lieu de lancer des coups façon taekwondo. On prend des notes.

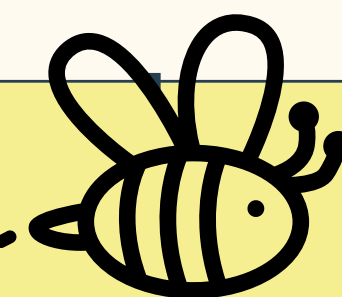
## Patinage Artistique

Le père de Maély s'appelle vraiment Pascal...? Parce que Mia, elle, ne l'a jamais appelé comme ça ! On ouvre officiellement une enquête sur l'identité secrète des parents.



## Judo

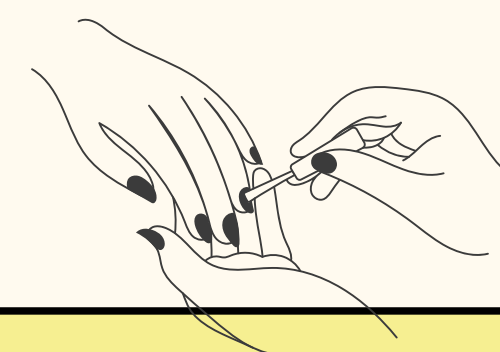
Daphnée, notre fière médaillée, est prête à échanger ses pins avec tout le monde. Attention : collectionneuse sérieuse en action.



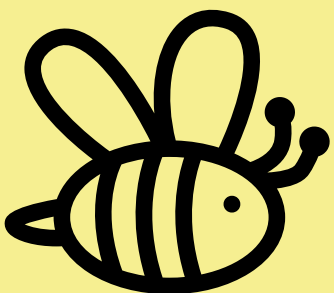
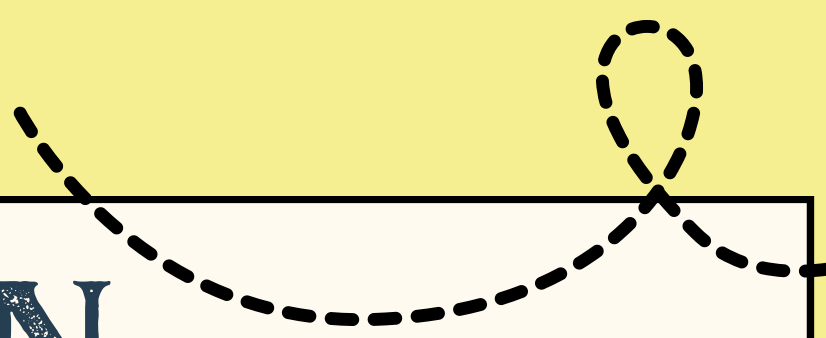
**FINALE DES  
JEUX DU QUÉBEC**  
CENTRE-DU-QUÉBEC

François a un talent inattendu : il fait des dessins de vernis à ongles tellement beaux que ça devrait être une épreuve officielle aux Jeux.

**Judo**





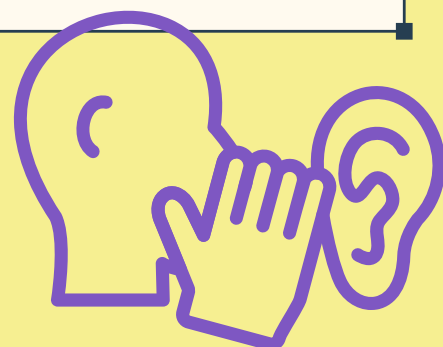
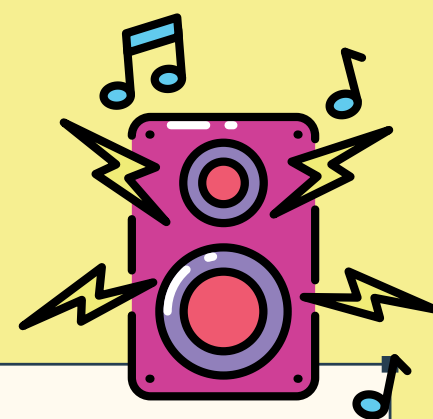


# POTIN DU JOUR !

Vraiment Pascal ? Frapper  
un mur, c'est pas une  
technique reconnue en  
danse sur glace. On te le  
confirme.

*Patinage Artistique*

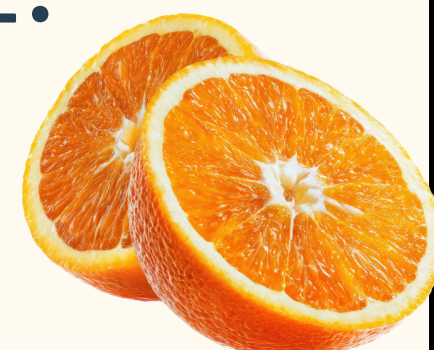
Patinage Artistique  
Les patineurs pratiquent  
la technique du message  
caché... sauf qu'ils se le  
disent tellement fort que  
tout le monde l'entend.



**FINALE DES  
JEUX DU QUÉBEC**  
CENTRE-DU-QUÉBEC

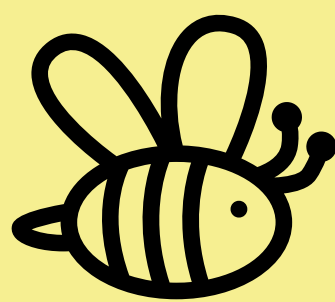


La demande la plus simple de la journée : quelqu'un  
voulait juste... une orange. Une SEULE.





# POTIN DU JOUR !



Belle nouvelle : la patineuse a ENFIN appris comment attacher ses patins correctement. Progresser, c'est aussi ça.

**Patinage Artistique**



Patinage de Vitesse  
Une fille aurait brisé le record de l'équipe de boxe, en saignement de nez!!!



Judo

Les bénévoles du village des athlète trouvent qu'Élise à l'air fatiguée. Pourtant elle trouve l'énergie pour aider sa fille en échange d'épinglette



**FINALE DES  
JEUX DU QUÉBEC**  
CENTRE-DU-QUÉBEC



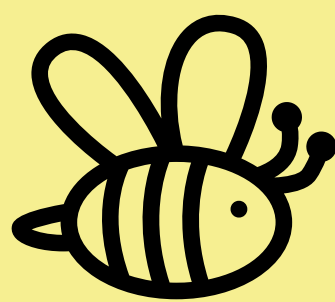
## Patinage Artistique

Camille à sa dernière journée réussi un tour de force, elle a pensé à ramener son ice pack sans qu'on ait besoin de lui rappeler!!





# POTIN DU JOUR !



## Judo

On espère que Daphnée  
aura plus de succès avec  
les transports pour le 2e  
Bloc. Bonne chance  
Taekwondo

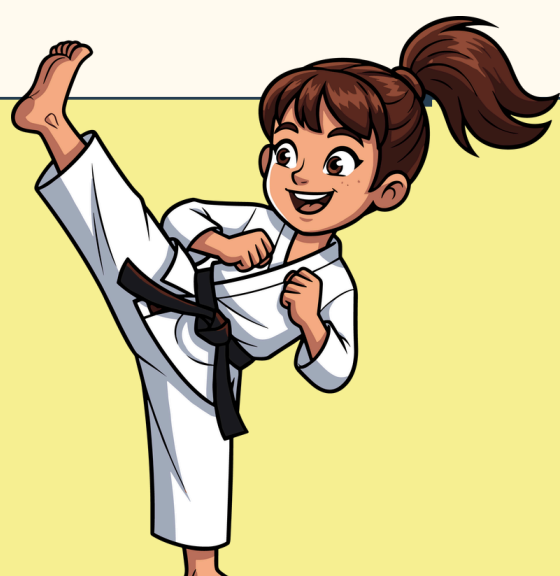
## Patinage Artistique

Attention tout le monde : il y a  
quelqu'un qui aime quelqu'un  
d'autre... dans le même sport !  
P.S. : Faites circuler le  
message discrètement... ou  
pas.

**TOP SECRET**

## Patinage Artistique

Nouveau met pour les  
Jeux du Québec!  
Salade de bonbons  
assortis



**FINALE DES  
JEUX DU QUÉBEC**  
CENTRE-DU-QUÉBEC



## Badminton

Finalelement le spectacle d'humour se déroulera  
dans l'autobus du retour

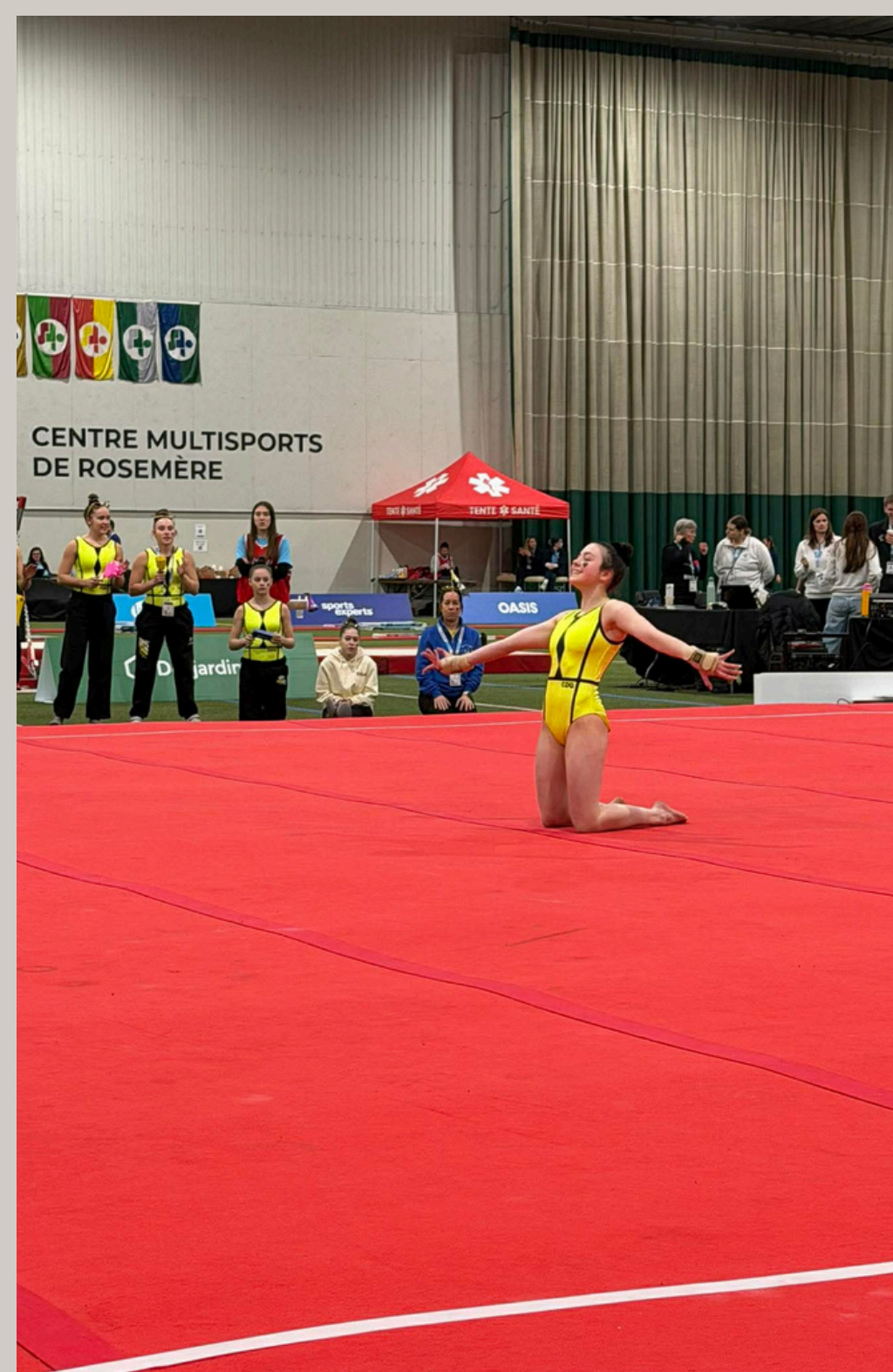






# RETOUR EN IMAGE

— 2026 —







# MATTHEW LUNEAU

*Portrait Entraîneur*

**Pour Mathew, accompagner un athlète, c'est bien plus que transmettre des techniques ou préparer des combats. C'est créer un environnement propice à la progression, où l'effort intelligent prime sur l'effort aveugle. Selon lui, un jeune ne peut pas se développer seul : il doit s'entourer des bonnes personnes, de bons entraîneurs, d'une structure solide qui lui permettra de transformer son travail en véritable performance.**

**Bien qu'il soit encore considéré comme « jeune » dans le milieu, Mathew cumule déjà plusieurs années d'expérience, ayant commencé à coacher dès l'âge de 16 ans. Un parcours précoce qui ne lui donne pas l'impression d'être plus jeune que les autres, car pour lui, la valeur d'un entraîneur ne se mesure pas en années, mais en capacité de remise en question. Il affirme sans détour que l'expérience n'a aucun poids si elle n'est pas accompagnée d'un désir constant d'apprendre, d'ajuster ses méthodes et d'écouter ceux qui l'entourent. Dans son gym, la parole circule : ses athlètes peuvent venir le challenger à condition d'avoir des arguments. Plusieurs fois, il a même modifié son système d'entraînement grâce à leurs observations. Cette ouverture, il la considère comme sa plus grande force. Chaque jour, Mathew se demande s'il aurait pu faire mieux, pousser un athlète un peu plus loin, créer une meilleure condition de réussite. Certaines limites sont inévitables, admet-il, mais il refuse de laisser le doute s'installer. Cette quête d'optimisation, ancrée dans son expérience personnelle, fait de lui un entraîneur profondément investi dans le parcours humain de chacun de ses boxeurs.**

**Redonner au sport, pour Mathew, ce n'est donc pas simplement former des gagnants. C'est offrir à la relève ce que lui-même a longtemps cherché : un encadrement qui transcende la technique, une écoute réelle, et surtout, la certitude que chaque athlète repartira du ring avec les outils nécessaires pour devenir la meilleure version de lui-même dans le ring comme dans la vie.**