



INSPIRER LES AMIS ET LA FAMILLE

RECOMMANDÉES POUR LES ÉLÈVES

DE LA 4^E À LA 8^E ANNÉE

INSPIRER LES AMIS ET LA FAMILLE

Inspirer et aider autrui représente une petite, mais combien importante façon de faire une différence dans la vie d'autrui.

Connaissez-vous Terry Fox? Avez-vous déjà participé à une Journée Terry Fox?

Terry Fox a couru le célèbre Marathon de l'espoir pour amasser des fonds au profit de la recherche sur le cancer. L'héritage de M. Fox a inspiré d'autres personnes à faire une différence, et tous les ans, les journées Terry Fox continuent d'amasser des fonds, partout dans le Canada, pour la recherche sur le cancer.

Saviez-vous que Rick Hansen et Terry Fox étaient amis?

M. Hansen a invité M. Fox à une partie de basketball en fauteuil roulant, après que Terry a subi ses traitements de chimiothérapie.

Lisez le [Récit de Rick Hansen et de Terry Fox](#) (à la fin de cette activité) pour apprendre comment Terry et Rick se sont rencontrés, entraînés ensemble et inspirés mutuellement. Pensez à l'impact positif de l'amitié. Ensuite, répondez aux questions suivantes :

Pensez-vous que MM. Fox et Hansen se seraient donné mutuellement une médaille Personne qui fait une différence? Pourquoi?

Avez-vous donné une médaille Personne qui fait une différence à un(e) ami(e) (au cours de l'activité 1)?
En quoi vos amis font-ils une différence dans votre vie?
Faites-vous une différence dans la leur?

Comment nos amis peuvent-ils être des personnes qui font une différence dans notre vie?

Les amis peuvent être des personnes qui font une différence en vous écoutant, vous réconfortant, échangeant avec vous, faisant tout pour que vous vous sentiez inclus, vous faisant rire, vous inspirant et vous encourageant à faire de votre mieux, en plus de vous aider à faire face aux difficultés.

Vous pouvez être des personnes qui font une différence en aidant les autres, que ce soit en étant un(e) bon(ne) ami(e) ou un(e) bon(ne) coéquipier(ère), en donnant un coup de pouce à la maison ou en prenant des initiatives.

L'expression Prendre des initiatives signifie prendre la décision de s'aider ou d'aider quelqu'un sans être sollicité(e). Une personne qui fait une différence veut faire preuve d'initiative dans le but d'aider les autres.



MISSION 2 POUR PERSONNES QUI FONT UNE DIFFÉRENCE

Aidez autant de personnes que possible!

Pensez aux façons dont vous aidez déjà les autres et dont vous pourriez aider davantage cette semaine. Inscrivez ci-dessous le nombre de personnes que vous avez aidées cette semaine.

Par exemple :

Cette semaine, je peux aider ma famille en ...

- lavant la vaisselle après le souper.
- demandant à mon petit frère de jouer avec moi.
- rangeant ma chambre.

Cette semaine, je peux aider ma famille en ...

Cette semaine, je peux aider mes amis ou ma communauté en ...

Nombre total de personnes que j'ai aidées cette semaine :

Aider les autres me donne un sentiment de :

Pourquoi vous arrêter là?

Continuez à aider et à inspirer d'autres gens à être des personnes qui font une différence!

RÉCIT DE RICK HANSEN ET DE TERRY FOX

Rick Hansen a rencontré Terry Fox après que ce dernier a perdu sa jambe en raison du cancer. À sa sortie de l'hôpital, M. Fox suivait des traitements de chimiothérapie. Rick Hansen avait entendu dire que Terry Fox était possiblement intéressé à jouer au basketball en fauteuil roulant. Il l'a donc appelé pour l'inviter à jouer dans son équipe.

Rick Hansen pensait que Terry Fox était un gars extraordinaire, qui faisait preuve de beaucoup de courage. Lorsque Terry Fox a commencé à jouer au basketball en fauteuil roulant, il n'était pas très bon, mais l'étincelle de détermination dans ses yeux indiquait bien l'effort qu'il ferait pour devenir un joueur formidable.

M. Hansen et Fox étaient coéquipiers et amis. Ils voyageaient ensemble pour participer à des tournois de basketball en fauteuil roulant et à des marathons. Ils s'entraînaient également ensemble pour améliorer leurs habiletés et leur endurance.

M. Hansen se souvient : *Les deux ou trois entraînements par semaine ne suffisaient pas à Terry pour qu'il améliore ses habiletés au basketball en fauteuil roulant. Il prenait donc l'initiative de s'entraîner davantage. Il faisait également preuve de leadership puisqu'il appelait*

d'autres membres de l'équipe et les encourageait à se rendre au gym pour s'exercer ou pour jouer une partie simulée. Et parfois, on montait Gaglardi Way en fauteuil roulant (une côte menant au campus de l'Université Simon Fraser) pour nous donner davantage de force!

Rick Hansen et Terry Fox ont tous deux reçu un soutien incroyable de la part de leurs amis, de leur famille et de leurs mentors. Grâce à cet appui, ils ont pu voir qu'ils avaient un avenir prometteur et pourraient ainsi atteindre leurs objectifs. Ils ont également réalisé à quel point il est important de redonner et de travailler fort pour faire une différence dans la vie d'autrui.

Terry Fox a été témoin de la douleur et de la souffrance d'autres personnes touchées par le cancer et a décidé d'utiliser sa passion pour le sport pour redonner à la collectivité. En 1980, il a entrepris le Marathon de l'espoir. Il a couru à travers le Canada pour amasser des fonds pour la recherche sur le cancer. Son but était d'amasser 24 millions de dollars; un dollar pour chaque Canadien. Bien que son cancer ne lui ait pas permis de terminer le Marathon, il a réussi à atteindre son but.

Terry Fox a inspiré les gens à voir ce dont il était capable plutôt que son handicap, et par la même occasion, il a amassé des millions de dollars pour la recherche sur le cancer. L'héritage qu'il a laissé continue d'inspirer les gens, et grâce à la Journée Terry Fox, des milliers de Canadiennes et de Canadiens amassent, chaque année, des fonds en son honneur pour la recherche sur le cancer.

Rick Hansen a parcouru le monde pour participer à des marathons en fauteuil roulant internationaux. Il s'est rendu compte que les obstacles auxquels sont confrontées les personnes ayant un handicap existent partout, et il voulait que cela change.

Inspiré par son ami Terry Fox, M. Hansen a commencé à croire que son rêve pourrait aussi devenir réalité. Il voulait faire une différence en concentrant ses talents et ses passions pour sensibiliser davantage les gens envers le potentiel des personnes ayant un handicap et pour amasser de l'argent pour améliorer leur qualité de vie en appuyant des projets comme la recherche, la réadaptation et les sports en fauteuil roulant. En 1986, Rick Hansen a débuté la Tournée mondiale, se déplaçant en fauteuil roulant dans le monde entier et amassant plus de 26 millions de dollars pour la recherche sur les lésions médullaires. La tournée a également sensibilisé le monde entier au potentiel des personnes ayant un handicap. Rick Hansen continue d'amasser des fonds et de sensibiliser les gens afin de rendre le monde plus sain et plus inclusif.

Terry Fox et Rick Hansen sont des personnes qui font une différence. Ils nous rappellent qu'une seule personne peut changer les choses et que nous devons nous efforcer de trouver la force intérieure pour réaliser nos rêves.

Pour obtenir des leçons hebdomadaires directement dans votre boîte de réception, rendez-vous sur <https://www.rickhansen.com/fr/Petiteslecons> et cliquez sur S'abonner.

Fondation
Rick Hansen 
Programme scolaire

PRÉSENTÉ PAR



FUTURS
ESPOIRS 

Banque Scotia^{MD}

Rendu possible grâce à nos copartenaires principaux, la Fondation Boston Pizza Futurs Espoirs et la Banque Scotia, et au généreux soutien de CGI, de Brian Hesje, de la The Gordon and Ruth Gooder Charitable Foundation et de la The Slight Family Foundation.

CGI

THE GOODER FOUNDATION

THE
SLAIGHT
FAMILY FOUNDATION

Boston Pizza, la rondelle Boston Pizza et Fondation Boston Pizza sont des marques de commerce déposées de Boston Pizza Royalties Limited Partnership, utilisées sous licence. Le modèle silhouette de Futurs Espoirs est une marque de commerce déposée de Fondation Boston Pizza.