



L'ALBATROS

BULLETIN D'INFORMATIONS DU CLUB DE HOCKEY MIDGET AAA LES ALBATROS DU COLLÈGE NOTRE-DAME DE RIVIÈRE-DU-LOUP

No.5

Décembre 2010

Les Albatros ont entrepris une excellente première moitié de saison avec des performances remarquables. Un gros bravo aux joueurs, aux entraîneurs et au personnel hockey qui, par leurs efforts, leur discipline et leur travail, permettent à notre équipe de demeurer en tête du peloton de la ligue Midget AAA. Un gros merci à toutes les personnes impliquées de près ou de loin ainsi qu'aux commanditaires et aux partisans qui soutiennent notre équipe. Vous trouverez dans ce numéro de L'Albatros :

- **Statistiques des Albatros – Personnalité marquante des Albatros.**
- **La campagne de billets de saison : un bon résultat.**
- **Une équipe unie sur et hors glace.**
- **L'encadrement des joueurs dans leurs études au Collège Notre-Dame.**
- **Des mesures préventives - Une habileté à développer.**
- **Deux atouts indispensables pour le joueur.**
- **L'importance d'un bon sommeil – Salon des vins : un succès - Sources d'informations**
- **Les séries éliminatoires et la Coupe Dodge - Saviez-vous que.**
- **Un site web sur le hockey dans notre région – Photo de l'équipe.**
- **Le calendrier de fin de saison - Nouvelles d'anciens Albatros. – Partenaires.**

La direction des Albatros du Collège Notre-Dame en profite pour vous souhaiter :

UNE JOYEUSE PÉRIODE DES FÊTES!



ET POUR 2011: SANTÉ, BONHEUR, SUCCÈS !

STATISTIQUES DES ALBATROS (Au 15 décembre)

| Rang | Équipe | PJ | V | D | DP | DF | BP | BC | BAN | BDN | PUN | MOY | PTS |
|------|---------------------------|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|-----|
| 1 | Collège Notre-Dame | 29 | 22 | 6 | 1 | 0 | 139 | 88 | 36 | 10 | 481 | 0.776 | 45 |
| 2 | Lac St-Louis | 30 | 21 | 7 | 1 | 1 | 129 | 84 | 27 | 6 | 472 | 0.733 | 44 |
| 3 | Magog | 31 | 19 | 7 | 2 | 3 | 115 | 92 | 34 | 5 | 471 | 0.694 | 43 |
| 4 | Laval-Montréal | 28 | 20 | 6 | 1 | 1 | 115 | 85 | 29 | 5 | 316 | 0.750 | 42 |
| 5 | C. Antoine-Girouard | 30 | 19 | 10 | 1 | 0 | 106 | 92 | 37 | 0 | 374 | 0.650 | 39 |
| 6 | Saint-Eustache | 30 | 17 | 10 | 0 | 3 | 112 | 112 | 34 | 4 | 602 | 0.617 | 37 |
| 7 | Lévis | 28 | 15 | 9 | 1 | 3 | 109 | 99 | 25 | 3 | 425 | 0.607 | 34 |
| 8 | Trois-Rivières | 29 | 13 | 13 | 1 | 2 | 91 | 108 | 35 | 0 | 526 | 0.500 | 29 |
| 9 | C. Esther-Blondin | 31 | 13 | 16 | 1 | 1 | 102 | 131 | 24 | 3 | 550 | 0.452 | 28 |
| 10 | C. Charles-Lemoyne | 28 | 11 | 12 | 1 | 4 | 97 | 92 | 22 | 3 | 506 | 0.482 | 27 |
| 11 | Châteauguay | 30 | 10 | 13 | 3 | 4 | 102 | 124 | 31 | 11 | 509 | 0.450 | 27 |
| 12 | Jonquière | 27 | 10 | 12 | 1 | 4 | 88 | 112 | 28 | 3 | 393 | 0.463 | 25 |
| 13 | Sém. Saint-François | 29 | 11 | 15 | 2 | 1 | 68 | 102 | 20 | 3 | 342 | 0.431 | 25 |
| 14 | Amos | 28 | 9 | 14 | 3 | 2 | 91 | 115 | 30 | 2 | 488 | 0.411 | 23 |
| 15 | Gatineau | 30 | 9 | 16 | 2 | 3 | 101 | 129 | 34 | 0 | 540 | 0.383 | 23 |

1^{er} RANG pour le nombre de victoires à l'extérieur : 11

1^{er} RANG pour la moyenne de buts marqués par match : 4.79

1^{er} RANG pour le nombre de lancers au but par match : 37.8

1^{er} RANG pour le nombre de lancers accordés par match : 23.3

1^{er} RANG pour le nombre de victoires à domicile : 11

2^{ième} RANG pour les buts en désavantage numérique : 10

2^{ième} RANG pour les buts en avantage numérique : 36

CLASSEMENT DE CERTAINS ALBATROS DANS LA LIGUE

AU 1^{er} RANG : Cédric Paquette no.18.; nombre d'étoilés (50)
Jérémy Ouellet Beaudry no. 25.(pour un défenseur) : buts gagnants (2), nombre d'étoiles (13) — Raphaël Corriveau no.8 : buts gagnants (4) Andrew Meredith no.10 : buts dans filet désert (2) - Benoît Anctil no.22: nombre d'aides (27).

AU 2^{ième} RANG : Cédric Paquette : buts en av. num. (8), moyenne de points/match(1.66), trucs du chapeau (2), buts gagnants (3)
Michaël Morin no. 14 : buts en av.num. (8), buts gagnants (3)
Jérémy Ouellet-Beaudry (pour un défenseur) : nombre de buts(10), buts en av.num. (5) - Andrew Meredith : buts en dés.num. (4) - Samuel Roussy no.17 (pour un défenseur) : buts en dés. num (1) - Benoît Anctil : buts gagnants en fusillade (1)
Alexis Loiseau no.19 : buts dans filet désert (1)

AU 3^{ième} RANG : Jérémy Ouellet-Beaudry (pour un défenseur) : nombre de points (23) – Élie Bérubé no.4 : nombre d'étoiles pour un défenseur-recrue (8). **AU CHALLENGE** qui a eu lieu du 1^{er} au 5 décembre et où participaient les 15 équipes de la Ligue, deux Albatros, Cédric Paquette et Samuel Roussy, ont été sélectionnés sur l'équipe étoile alors que Élie Bérubé, Gabriel Slight no.12 et le gardien Julien Larouche ont fait partie de l'équipe étoile des 15 ans. Gabriel et Élie ont aussi été choisis sur l'équipe du Québec des 16 ans et moins.

PERSONNALITÉ MARQUANTE DES ALBATROS

Le 8 janvier prochain, pour souligner les 35 ans de la Ligue Midget AAA sera présenté à RDS un match de la Ligue et on soulignera les personnalités qui ont marqué chacune des équipes. L'organisation des Albatros a désigné comme la personne ayant marqué l'équipe, le directeur général Pierre Leclerc qui a annoncé tout récemment qu'il devait quitter l'organisation de l'équipe en raison de sa santé.



Homme animé d'une grande passion pour le hockey depuis fort longtemps, Pierre Leclerc a su transformer cette passion en un engagement personnel pour les Albatros où il s'est investi à fond, avec un dévouement exceptionnel. L'équipe du Collège Notre-Dame a pu progresser dans toutes les sphères de l'organisation en grande partie grâce au travail colossal et aux énergies qu'il y a consacrés. Il a généreusement assumé, avec une fidélité et une efficacité manifestes, plusieurs rôles déterminants de l'univers du hockey Midget AAA.

Personne ressource dans le hockey, non seulement a-t-il fait évoluer les Albatros avec son approche et avec toute son expérience dans ce sport, mais il a aussi contribué à faire progresser le hockey dans tout l'Est du Québec. Figure bien connue et appréciée dans son milieu, Pierre a été un rouage important pour l'implantation de la structure intégrée.

Pierre est un pionnier du hockey qui a permis au hockey Midget AAA, de se faire connaître et de s'implanter dans le Bas St-Laurent, la Gaspésie et les Îles-de-la-Madeleine. Il a su ouvrir la route à un grand nombre de jeunes de cette région pour une meilleure pratique du hockey orientée vers le Midget AAA.

MERCI ET BRAVO PIERRE, POUR CE QUE TU AS FAIT POUR LES ALBATROS ET LE HOCKEY MIDGET AAA !

LA CAMPAGNE BILLETS DE SAISON : UN BON RÉSULTAT

À ce jour, près de 600 billets de saison ont trouvé preneur. Une amélioration de 200% par rapport à l'an passé. Les efforts communs des membres de l'organisation, l'implication de **Mme Geneviève Poitras**, à titre de représentante à la vente de billets de saison ainsi que le support de **M. Léopold Fontaine** du magasin Canadian Tire et de **M. Richard Juneau** des Restaurants McDonald's ont permis à l'organisation d'atteindre son objectif fixé en début d'année **MERCI À CES PERSONNES QUI ONT GRANDEMENT COLLABORÉ !**

Une équipe unie sur et hors glace.

Déjà un peu plus d'un an depuis que nous sommes devenus co-présidents de l'équipe, plusieurs éléments nous ont rendus fiers jusqu'à présent. Nous pensons notamment à l'implication d'ambassadeurs qui ont accepté d'être des porte-paroles de l'équipe. Il y a aussi bien sûr notre campagne de vente de billets de saison qui suscite un sentiment de fierté. Comment ignorer la fiche impressionnante de l'équipe, à la mi-saison, qui se pavane allègrement au premier rang de la ligue de Hockey Midget AAA du Québec ?

Certes, il y a de quoi être fier, mais cette fois nous avons le goût de mettre une autre facette en relief. Nous parlons ici de l'esprit de corps qui habite le quotidien de nos valeureux jeunes hommes qui portent fièrement le chandail des Albatros du Collège Notre-Dame de Rivière-du-Loup.

À la sortie d'un Conseil d'administration la semaine passée, c'est avec joie que nous apprenions de monsieur Guy April, Directeur du Collège Notre-Dame, que les joueurs inspirés par l'exemple de leur courageux capitaine, Samuel Roussy de Paspébiac, connaissent probablement la meilleure année de l'histoire de l'équipe en termes d'attitude et de résultats scolaires. Selon lui, ils sont devenus des modèles pour les autres étudiants de l'établissement.

Vous nous voyez très heureux de ce constat car les joueurs nous ont également prouvé qu'ils pouvaient livrer la marchandise sur la glace grâce à un programme hockey mené de main maître par l'entraîneur en chef, Christian Caron, avec la collaboration des intervenants de tout le personnel hockey.

En début de saison, nous leur avons lancé une invitation au respect des autres et au goût de s'accomplir dans l'effort. Ces valeurs sont une partie intrinsèque de ce qui anime l'organisation. Il semble que les joueurs aient été à l'écoute. Tant mieux pour eux...et pour nous! Ces jeunes ont en effet une chance de vivre quelque chose d'unique dès cette saison. À eux maintenant de définir la frontière qu'ils veulent franchir.

Témoignage par :

Pierre Chassé et Anthony Poitras



Co-présidents des Albatros du Collège Notre-Dame.

L'ENCAREMENT DES JOUEURS DANS LEURS ÉTUDES AU COLLÈGE NOTRE-DAME

par Guy April, Directeur du Collège Notre-Dame



Dès l'arrivée d'un joueur au Collège, le conseiller d'orientation, Jean-Yves Desrosiers lui fait passer un test et afin d'assurer la réalisation du développement de la réussite scolaire, un mécanisme de suivi a été mis sur pied au Collège Notre-Dame. À cet effet, un enseignant assure le suivi serré des élèves de 4^e secondaire étant donné que l'expérience démontre que c'est davantage à ce niveau que les élèves présentent des difficultés lorsqu'ils arrivent d'autres écoles.

Dès le début de l'année, cet enseignant rencontre les élèves-athlètes afin de leur expliquer son rôle et leur exprimer ses attentes. De plus, dès qu'un joueur obtient un échec à un examen, ce dernier doit rencontrer ce professeur afin que les deux puissent faire une bonne analyse de la raison de cet échec. Par la suite, une stratégie est mise en place afin de corriger la situation. Également, ce professeur rencontre tous les joueurs dans le but de leur présenter et discuter avec eux de méthodes de travail et d'études.

Enfin, lorsque les joueurs doivent s'absenter des cours parce qu'ils quittent pour un fin de semaine sur la route, cet intervenant s'assure que tous les Albatros font les démarches nécessaires auprès des professeurs afin de connaître la matière qu'ils manqueront dans chaque cours et le travail à faire lors de cette fin de semaine. Un suivi serré est également réalisé avec tout joueur rappelé par une équipe de la LHJMQ. Lorsque cette situation arrive pour une durée prolongée, un contrat est établi avec le responsable pédagogique de l'équipe junior.

Pour les joueurs du 5^e secondaire, un autre professeur assure un suivi semblable avec eux. Chaque joueur rencontre ce professeur conseillé à la fin de chaque étape que ce soit en secondaire 4 ou 5 et les parents ainsi que les responsables de l'hébergement sont rencontrés au cours de la saison.

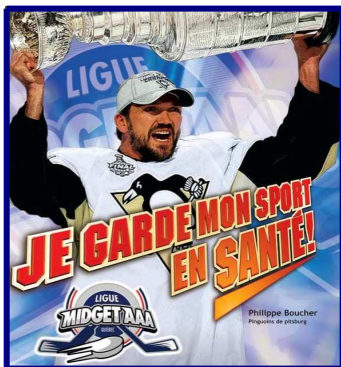
Comité pédagogique: Un comité formé d'un professeur de français Patrick Létourneau, d'un entraîneur-adjoint et professeur de science, Carl Dubé, du directeur général de l'équipe, Pierre Leclerc, de l'entraîneur-adjoint Steve Thériault et de l'entraîneur-chef Christian Caron, se réunit à chaque mi-étape afin de faire un compte rendu au personnel hockey. Ainsi les intervenants hockey sont informés de ce qui se passe au Collège sur le plan scolaire et comportemental et peuvent effectuer des interventions s'il y a lieu, auprès des joueurs soit en difficulté ou aux comportements inadéquats. Il existe une excellente collaboration avec le personnel hockey quand il est question du vécu scolaire. Ce qui crée un impact sur les joueurs et sur leur attitude tant en classe qu'à l'extérieur.

DES MESURES PRÉVENTIVES

La ligue Midget AAA et les équipes ont une mission de développement à 3 volets : Développement de joueurs de hockey – Développement de la réussite scolaire – Développement d'individus. C'est dans cet esprit que des mesures préventives sont prises par la ligue Midget AAA qui lance annuellement, au cours du mois de novembre, une campagne contre les drogues et le dopage avec comme thème « Je garde mon sport en santé ».

Le dopage constitue une grave menace dans toutes ses dimensions culturelles, éducatives, économiques et sociales et représente un véritable danger prouvé scientifiquement, pour la santé de tous ceux qui y ont recours. On croit que le dopage se retrouve principalement dans le sport professionnel. Mais attention, il importe de prendre conscience que cette menace peut se retrouver chez tous les sportifs et particulièrement les plus jeunes et il convient de lutter contre ce fléau omni présent

La Ligue avec la collaboration des équipes, établit un programme qui comprend la promotion d'une campagne, l'utilisation de tests de dépistage et l'implication d'un parrain policier de la Ville pour soutenir le programme et les joueurs par des rencontres d'informations pour les éclairer et les convaincre à faire des choix appropriés dans ce domaine en leur présentant les conséquences néfastes de l'usage de drogues.



Cette année, le parrain d'honneur de la campagne contre la drogue et le dopage est Philippe Boucher, ancien joueur des Pingouins de Pittsburgh (affiche) qui a déjà joué dans la ligue Midget AAA pour les Gouverneurs de Ste-Foy au cours de la saison 1989-90.

UNE HABILITÉ À DÉVELOPPER : PRENDRE UNE DÉCISION RAPIDEMENT

Prendre la bonne décision entre plusieurs options, dans un temps très court, voilà parfois une situation dans laquelle un joueur de hockey est souvent placé. Dans un match de hockey, hésiter ou être incertain de ce qu'il faut faire à un moment précis et dans un temps réduit, peuvent causer des problèmes à un joueur ou à son équipe. L'habileté à développer est de : - **CHOISIR RAPIDEMENT** l'action appropriée à poser dans une situation puis **PASSER TRÈS VITE À L'EXÉCUTION.**

DEUX ATOUS INDISPENSABLES POUR LE JOUEUR:

1) LA CAPACITÉ DE CONCENTRATION :

Il t'est peut-être déjà arrivé de te dire après un match ou une erreur « je n'étais pas assez concentré ». Tu as tenté ensuite de mieux te concentrer sans réussir à y arriver. Tes entraîneurs ont pu vous dire à toi et aux autres joueurs : « concentrez-vous! ». Garder sa concentration n'est pas toujours facile. Il est reconnu dans les milieux de compétition que la capacité de se concentrer est un élément essentiel pour réaliser de bonnes performances.

Il y a deux sortes de concentration: celle où tu dois porter ton attention sur ce qui se passe et sur ce que tu dois réaliser. On appelle cela, de la concentration associative. L'autre sorte de concentration à appliquer est la capacité de ne pas te laisser déranger par toute distraction, en quelque sorte « être dans ta bulle », qui veut dire un état où aucune distraction que ce soit dans ta pensée ou à l'extérieur ne viendra te déranger. C'est la concentration dissociative.

Les distractions peuvent se présenter à toi de deux façons soit sous forme de distractions internes ou de distractions externes. Distractions internes: les événements que tu as vécu antérieurement et les tracas qui peuvent venir accaparer ton attention ainsi que ce que tu peux te dire intérieurement négativement comme « ça va mal aujourd'hui... » « je joue mal »... Distractions externes: les comportements et remarques des adversaires, les spectateurs, les décisions des officiels, les attitudes des partenaires... Au hockey, les sources de distraction peuvent être très nombreuses avant et pendant un match et parfois un rien peut suffire à te sortir de ta concentration et nuire à ton rendement. Tes performances seront nettement améliorées si tu portes ton attention uniquement sur ce que tu as à faire, quel choix d'action efficace se présente à toi devant la situation, décider rapidement et passer vite à l'action au profit de ton équipe,

L'IMPORTANT POUR TOI EST DE DEMEURER POSITIF, DE PORTER TON ATTENTION ET DE TE CONCENTRER SUR LES BONNES CHOSES AU BON MOMENT ET CELA PENDANT LES 60 MINUTES D'UN MATCH !

2) ÊTRE FORT.

Être fort c'est avoir le courage de se sacrifier, de s'oublier et de donner son maximum au profit de l'équipe dans toutes les situations.

Être fort c'est savoir se relever chaque fois plus fort et plus déterminé après une défaite ou une erreur.

Être fort c'est, après un échec ou une épreuve, de ne jamais abandonner, vouloir avancer, fournir les efforts pour faire de son mieux et s'engager à fond même dans les conditions difficiles.

Être fort est une qualité qui, plus que tout autre, a de grosses chances de procurer le succès.

Une question à te poser : « Est-ce que je suis fort ?...Assez fort ? »

L'IMPORTANT D'UN BON SOMMEIL

Selon le Centre d'études sur le sommeil de l'hôpital Sacré-Cœur de Montréal et le Centre Canadien Multisports

La qualité du sommeil d'un athlète est importante. Le sommeil permet à tout l'organisme de se reposer, de ralentir ses activités tant sur le plan physiologique, neurologique et mental. Il s'agit d'une activité périodique de récupération et de renouvellement des cellules

Plusieurs athlètes dorment suffisamment d'heures, mais leur sommeil est de mauvaise qualité parce qu'ils se réveillent souvent parce qu'ils sont préoccupés, trop stimulés ou qu'ils souffrent d'une blessure. Fort intéressante, une étude réalisée sur le sujet en 2008 par le Docteur Charles Samuels, Directeur Médical du Centre sur le Sommeil et la Performance Humaine de Calgary, a révélé que la majorité des athlètes inscrits à une école des sports avaient besoin de beaucoup d'heures de bon sommeil parce qu'ils s'entraînent et qu'ils doivent permettre à leur organisme de récupérer.

Quelques effets d'un manque de sommeil et d'un sommeil insuffisant ou de mauvaise qualité : Sauts d'humeur - Irrégularité émotive - Irritabilité - Stress et tension nerveuse, - Tendances à être fatigué et essoufflé plus rapidement - Diminution du temps de réaction - Difficulté de concentration et erreurs de jugement...



Habitudes de sommeil : Selon le Centre Canadien Multisports, il importe que les athlètes adoptent de bonnes habitudes de sommeil et des comportements qui les aideront en s'endormir. Bien souvent, les troubles de sommeil sont dus à des activités inadéquates pendant les heures précédant le coucher. Quelques facteurs dont il faut tenir compte si l'on souhaite améliorer la qualité de son sommeil : - Se lever et se coucher à des heures régulières - Avant de se coucher, ne pas prendre de repas lourd car la digestion est ralentie pendant le sommeil - N'absorber aucun produit contenant de la caféine avant le coucher (café, chocolat, boisson énergisante...) - Si tu prends une collation avant le coucher, choisis un glucide à faible niveau de sucre - S'assurer d'être dans un milieu calme et une position confortable - Éviter les tensions, se détendre et apprendre à relaxer avant de s'endormir .

La durée et la qualité du sommeil d'un athlète sont deux autres éléments essentiels à la performance sportive et même pour les études. Un sommeil lent et profond qui se veut efficace, favorise la récupération et un meilleur rendement

⇒ UN ATHLÈTE A TOUT INTÉRÊT À TENIR COMPTE DE CET ASPECT DE SA VIE ET À TOUT FAIRE POUR BIEN DORMIR

LE QUATRIÈME SALON DES VINS : UN SUCCÈS.

Jeudi le 16 octobre dernier, le Salon des vins a connu un succès avec la participation de plus de 350 personnes dans la grande salle de réception de l'Hôtel Universel. Ce salon des vins était sous la présidence d'honneur de Jean-Claude Lepage, personnalité du monde du hockey reconnue depuis de nombreuses années, comme joueur de hockey et comme intervenant ayant joué un rôle important dans le développement du hockey à Rivière-du-Loup et dans la région.



Sur la photo, les deux co-présidents, Pierre Chassé et Anthony Poitras entourant le président d'honneur Jean-Claude Lepage et le gouverneur des Albatros Jacques Émond

De nombreuses tables offraient diverses variétés de vins par la Société des alcools du Québec (SAQ) et diverses maisons de vins ainsi que des fromages gracieuseté de la Fromagerie Le Détour de Notre-Dame-du-Lac. En plus de la participation du public, l'événement offrait la possibilité de faire l'acquisition via des encans criés et silencieux, de nombreux articles dont 1 chandail autographié par Roman Hamrlik du Canadien. L'activité a permis d'amasser plus de 12,000\$ au profit des Albatros.

Un cinquième Salon des vins sera présenté au même endroit et au même moment de l'année en 2011.

Merci à l'Hôtel Universel et à la Société des alcools du Québec (SAQ) ainsi qu'aux maisons de vins présentes.

SOURCES D'INFORMATIONS SUR LES ALBATROS ET LA LIGUE

RADIO : CIEL F.M 103 - CIBM F.M 107 - CFYX 93.3
T.V : V CFTF T.V - CIMT T.V - CKRT T.V - RDS

JOURNAUX : L'Info-Dimanche - Le Saint-Laurent/Portage
Le Soleil - Le Journal de Québec.

INTERNET : www.albatroscollegenotredame.ca
www.rds/midgetaaa - www.liguemidgetaaa.ca
www.infodimanche.com - www.lesaintlaurentportage.canoe.ca
www.lavantage.qc.ca/sports - www.progresecho.canoe.ca



Les séries éliminatoires et la Coupe Dodge

Les 15 formations de la ligue Midget AAA participeront aux séries éliminatoires à partir du 23 février 2011. La formation championne du Challenge Midget AAA Reebok, aura une passe gratuite pour la deuxième ronde (quart de finale). Les trois premières rondes seront des séries trois de cinq, alors que la finale de ligue sera une série quatre de sept. La formation qui remportera la finale de la ligue méritera la «Coupe Jimmy-Ferrari » et elle représentera le Québec au Championnat canadien Midget, la Coupe TELUS, présentée à St. John's (Terre-neuve), du 18 au 24 avril 2011. Les équipes éliminées en première et deuxième rondes éliminatoires poursuivront leur saison pour se classer parmi les 4 équipes qui participeront en avril prochain à la Coupe Dodge 2011 dans la région de la Mauricie.

SAVIEZ-VOUS QUE :

- Tout dernièrement, on a été témoin d'un bel exemple d'une grande capacité de concentration. Le quart-arrière des Alouettes, Anthony Cavillo, avait appris avant les matchs de finale et de la Coupe Grey qu'il avait un problème de santé (glande thyroïde) et qu'il devrait subir une opération. Il a su entrer dans sa « bulle » et se concentrer sur ce qui se passait durant les matchs et permettre à son équipe de remporter la Coupe Grey.

- Le préparateur physique du Collège Notre-Dame, Jérémy Inzerillo, fera partie des intervenants de l'équipe du Québec des 17 ans et – qui représentera le Québec aux Jeux du Canada en février.

- Des membres de l'organisation des Albatros dirigeront l'équipe de hockey de l'Est du Québec aux Jeux du Québec du 2 au 5 mars prochains. Cette équipe sera sous les ordres de Patrick Caron, dépisteur et conseiller technique des Albatros. Il sera assisté par Jean-François Plourde ex-entraîneur adjoint des Albatros et directeur technique Gaspésie, Charles Juneau directeur adjoint de l'équipe du Collège Notre-Dame, Guillaume Cavanagh, Jean-David Belley et Michelle Nadeau respectivement entraîneurs et préparatrice physique lors des écoles de hockey des Albatros.

- Laurence Porlier de Maria ancienne étudiante du programme sport-études hockey du Collège Notre-Dame a été sélectionnée sur l'équipe féminine du Québec qui participera aux Jeux du Canada en février prochain.

UN SITE WEB SUR LE HOCKEY DANS NOTRE RÉGION

En vous rendant à www.hockeyestduquebec.com, vous découvrirez l'organisme axé sur le développement des joueurs de l'Est du Québec, Hockey Est-du-Québec qui est sous la direction de Patrick Caron, conseiller technique et dépisteur des Albatros. On peut y lire entre autres :

Nous sommes un collectif. Notre réseau compte plusieurs personnes, en majorité d'anciens hockeyeurs, qui s'organisent afin d'offrir du hockey de qualité aux adeptes. Nous dirigeons le programme sportif des Albatros Midget AAA et de ce noyau, une collaboration s'étend dans l'Est-du-Québec pour offrir des programmes tels que : Hockey-études, camps estivaux, cliniques spécialisées, formation d'entraîneurs et un programme de DLTA (développement à long terme de l'athlète, sous forme de mentorat).

Notre équipe ne vise qu'une chose : Que la pratique du hockey soit une expérience positive. À l'intérieur d'un cadre stimulant, rigoureux, professionnel et sécuritaire, l'athlète développe ses capacités pour devenir un atout au sein de son équipe, peu importe le niveau auquel il évolue...

HOCKEY EST-DU-QUÉBEC



ALBATROS MIDGET AAA

...En 2005, la Ligue de Hockey Midget AAA du Québec, avec l'aval de Hockey Québec et Hockey Bas-St-Laurent, confie au Collège Notre-Dame de Rivière-du-Loup, la gestion de la nouvelle équipe qui représenterait le Bas-St-Laurent, la Gaspésie et Îles-de-la-Madeleine dans cette ligue, les Albatros étaient nés. Les dirigeants de cette institution nous offrent alors la chance diriger le programme hockey.

Notre région, qui ne voyait que deux (2) joueurs en moyenne par saison percer l'alignement d'une équipe Midget AAA, voit désormais, un minimum de quinze (15) athlètes par saison se développer à ce niveau avec les Albatros. Plusieurs de ceux-ci voient leur rêve se poursuivre dans le hockey junior, universitaire ou même professionnel. Notre but ultime est que les Albatros, qui puisent dans le plus petit bassin de joueurs élités parmi les équipes Midget AAA du Québec, comptent sur une équipe entièrement composée de joueurs provenant de l'Est-du-Québec et surtout, que celle-ci soit compétitive.

...Puisque nous sommes toujours, dans nos têtes, des athlètes, nous restons centrés sur l'individu qui joue au hockey. Donc pas de politique ni de guerre de clocher, nous travaillons avec ceux qui veulent travailler avec nous et qui partagent notre philosophie.

...En créant ce site web, nous voulons faciliter la diffusion de l'information sur le hockey dans notre région, mais aussi aborder le thème du hockey de façon intelligente en gardant un esprit critique et raisonné.

Pour en savoir plus sur le sujet : www.hockeyestduquebec.com



Collège Notre-Dame

Saison 2010-11



1^o rangée: Samuel Sirois, Michael Morin, Carl Dubé, Julien Cotton, Christian Caron, Samuel Roussy, Steve Thériault, Dominique Paradis, Cédric Paquette, Julien Larouche.

2^o rangée: Jérémy Inzerillo, Raphael Corriveau, Maxime Fortier, Alexis Loiseau, Andrew Meredith, Dominick Plante, Julien Joseph, Gabriel Fortin, Marc-Antoine Chamberland, Gabriel Slight.

3^o rangée: Élie Bérubé, Keven Durette, Jérémy Ouellet Beaudry, Benoit Ancil, Christopher Clapperton.

L'équipe des Albatros est composée de : 3 joueurs de la région de Rivière-du-Loup (Christopher Clapperton, Gabriel Slight, Benoit Ancil) – 3 du Kamouraska (Marc-Antoine Chamberland, Gabriel Fortin, Samuel Sirois) – 2 du Témiscouata (Élie Bérubé, Michaël Morin) - 7 de la région Gaspésie-Iles-de-La Madeleine (Andrew Meredith, Keven Durette, Julien Cotton, Samuel Roussy, Cédric Paquette, Alexis Loiseau, Julien Joseph) – 1 de Granby (Julien Larouche) – 3 de la région Chaudière-Appalaches (Jérémy Ouellet-Beaudry, Maxime Fortier, Raphael Corriveau) – 1 de la région de Québec (Dominik Plante)

MATCHS DES ALBATROS D'ICI LA FIN DE LA PRÉSENTE SAISON

| <u>MATCHS LOCAUX</u> | | <u>MATCHS À L'EXTÉRIEUR</u> |
|------------------------------|----------------------------|------------------------------------|
| JONQUIÈRE VS ALBATROS | Vendredi 17 décembre 19:30 | |
| | Dimanche 19 décembre 14:00 | ALBATROS VS S.ST-FRANÇOIS |
| | JANVIER 2011 | |
| | Vendredi 7 janvier 19:30 | ALBATROS VS ST-EUSTACHE |
| | Samedi 8 janvier 19:30 | ALBATROS VS CHÂTEAUGUAY |
| | Vendredi 14 janvier 19:30 | ALBATROS VS TROIS-RIVIÈRES |
| | Dimanche 16 janvier 14:30 | ALBATROS VS LÉVIS |
| JONQUIÈRE VS ALBATROS | Samedi 22 janvier 19:30 | |
| JONQUIÈRE VS ALBATROS | Dimanche 23 janvier 14:00 | |
| LÉVIS VS ALBATROS | Vendredi 28 janvier 19:30 | |
| SÉM. ST-FRANÇOIS VS ALBATROS | Dimanche 30 janvier 14:00 | |
| | FÉVRIER 2011 | |
| | Samedi 5 février 19H30 | ALBATROS VS ANT.GIROUARD |
| | Dimanche 6 février 14:00 | ALBATROS VS S.ST-FRANÇOIS |
| TROIS-RIVIÈRES VS ALBATROS | Vendredi 11 février 19:30 | |

NOUVELLES D'ANCIENS ALBATROS

Jean-Sébastien Bérubé : En 2005-2006 avec les Albatros, il a été le premier joueur à être repêché dans la LNH par les Devils de New Jersey, avec qui il a signé un contrat le printemps dernier. Il joue dans la East Coast League avec les Devils de Trenton au New Jersey, une filiale des Devils d'Albany de la Ligue Américaine.

Maxime Levesque : Premier capitaine dans l'histoire des Albatros, il est actuellement avec les Patriotes de l'Université du Québec à Trois-Rivières.

Patrick Belzile : Membre des Albatros en 2005-2006, il fait partie des Redmen de l'Université McGill.

Gabriel Dumont : Albatros au cours de deux saisons 2005-2006 et 2006-2007, il a signé un contrat dans la LNH avec le Canadien de Montréal et évolue présentement pour Hamilton dans la Ligue Américaine. Il a été choisi première étoile ayant marqué le but gagnant le 21 novembre dernier. Sa fiche après 23 matchs : 4 points (2 buts - 2 passes) - 3 .

Gabriel Bourque : Il a joué pour notre équipe en 2006-2007 et a signé dans la LNH avec Nashville. Membre de l'Équipe Canada Junior en 2010, il a égalisé le record de 7 points dans un match (3 buts et 4 passes) établi par Andreychuck et Cammaleri. Il joue dans la Ligue Américaine pour Milwaukee. Sa fiche après 29 matchs : 9 points (4 buts-5 passes) + 4 .

Gleason Fournier : De l'édition 2006-2007, présentement avec l'Océanic de Rimouski (LHJMQ), il a tout récemment signé un contrat dans la LNH avec les Red Wings de Détroit.

Olivier Roy : Gardien de but de l'édition 2006-2007 avec Acadie Bathurst dans la LHJMQ et repêché par les Oilers d'Edmonton, il vient d'être sélectionné sur l'équipe Canada Junior pour le Championnat Mondial de hockey junior qui aura lieu à Buffalo du 26 décembre au 5 janvier. Les matchs seront présentés à RDS dès le 26 décembre. Il est le 2^{ème} joueur des Albatros à faire partie de cette équipe nationale.

Dans le numéro de *L'Albatros* de février prochain, il sera aussi mention d'anciens Albatros.

LES GÉNÉREUX PARTENAIRES FINANCIERS DE LA LIGUE MIDGET AAA

Fédération des producteurs de Lait du Québec - La COOP Fédérée - RDS - La Financière Sun Life - Comfort - Quality Inn - Pharmacies Jean Coutu - Hockey Québec - Gouvernement du Québec - La Source du sport - Reebok - CCM - LHJMQ - La Gendarmerie Royale du Canada - Le Journal de Montréal - Le Journal de Québec - Les Canadiens de Montréal - Solution Enviro Plus - La Cage aux sports - La Place Vertu - Ligue Junior AAA du Québec - La Fondation de l'Athlète d'Excellence du Québec - Club de golf St-Jean-de-Matha - Vacances Tours Mont-Royal - Lapointe Centre dentaire - CKAC - CORUS

LES PARTENAIRES FINANCIERS DES ALBATROS - MERCI ! ENCOURAGEONS-LES !

Aliments Asta - Ameublements Tanguay Inc. - Autocar Excellence - Caisse Populaire Desjardins Rivière-du-Loup - Rivière-du-Loup Honda - La Cage aux sports - Canadian Tire - Carrefour du Camion - Journal Info-Dimanche - Côté Ouellet Thivierge Inc. notaires et conseillers juridiques - Coopérative des Paramédics du G.P Fillion Sports - Immeubles GLMC Inc. - La Zone Sportive - Vézina Mode - La Brasserie Molson - Clinique Physiothérapie Frontenac - Pentagone - VisiPro - Pièces d'autos GRD Inc. - Restaurant Pub O'Farfadet - Santé Fitness - Plomberie KRTB - Ray Réfrigération - Hôtel Château Bonne Entente de Québec - Raymond Chabot Grant Thornton, comptables agréés - Réseau de télévision V CFTF-TV - Tourbière Berger Inc. - Restaurant McDonald's - National Location d'Autos - Pure - SAQ - Lepage Milwork - Enseignes Bélanger - Groupe Trilek Inc. Agence de voyage Ciel D'Azur - Construction JM - Fondation Tanguay Rousseau

J O Y E U X N O È L - B O N N E A N N É E !

ET

