



Rapport annuel 2016-2017



MARIE-CLAUDE MOLNAR

ATHLÈTE DE L'ÉQUIPE CANADIENNE
DE PARACYCLISME

Tracer ma voie jusqu'à Rio n'a pas été de tout repos. Pouvoir compter sur l'expertise et l'expérience de l'INS Québec pour que ma préparation physique soit optimale a été un facteur déterminant dans ma performance à mes deuxièmes Jeux paralympiques.

Que ce soit les conseils en nutrition, la clinique du sommeil ou tous les tests que m'a fait faire mon préparateur physique pour mesurer ma progression, tous ces services offerts sous un même toit m'ont permis de cibler ce que je devais travailler pour le jour J.

Maintenant, un nouveau cycle paralympique est entamé et de pouvoir continuer de profiter de l'expertise et des installations de l'INS Québec me met en confiance. J'avais hâte de recommencer à travailler avec mon préparateur physique et tous les autres spécialistes afin de mettre en place un processus pour être encore meilleure.

Je suis contente et privilégiée d'avoir accès à un endroit aussi spécialisé où je peux côtoyer d'autres athlètes olympiques et paralympiques qui me motivent à me dépasser.



AARON DZIVER

ENTRAÎNEUR DE L'ÉQUIPE
CANADIENNE DE PLONGEON

L'INS Québec a été un instrument très important dans notre ascension vers les plus hauts sommets aux Jeux olympiques de Rio et c'est grâce à notre collaboration que nos plongeurs ont pu décrocher deux médailles et deux quatrièmes places.

En vue des Jeux de Rio, nous avons eu accès à un environnement d'entraînement unique et impossible à avoir ailleurs, car l'INS Québec a construit un espace idéal pour nos athlètes : l'infrastructure, l'équipement dont nous avions besoin, mais surtout, les personnes ressources dédiées à la progression des athlètes et leurs entraîneurs.

En tant qu'entraîneur, j'ai pu compter sur leur soutien afin de prendre les meilleures décisions stratégiques et compétitives. Les administrateurs sont à l'écoute des directeurs de haute performance et des entraîneurs nationaux et ils ont démontré à plusieurs occasions qu'ils souhaitent faire quelque chose afin de résoudre rapidement les problèmes ou les défis qui se dressent en chemin. C'est important, car notre sport évolue très rapidement et nous nous devons d'être au-devant de la vague si nous voulons continuer d'être des leaders.

L'INS Québec a misé sur moi pendant plusieurs années afin que j'atteigne le printemps dernier mon niveau 5 du programme de formation et de certification des entraîneurs. C'est maintenant à mon tour de redonner aux entraîneurs en partageant mes connaissances pour qu'ils deviennent aussi d'excellents entraîneurs!



Rapport conjoint du Président du conseil et du Président- directeur général

ÉVOLUER POUR MIEUX SERVIR

2016-2017 aura été une période marquante à l'Institut national du sport du Québec. Année de changement, de transition, de Jeux olympiques et paralympiques, mais aussi année de consolidation et de communication.

Que ce soit par la tournée des Centres régionaux d'entraînement multisports (CREM) effectuée durant l'été ou l'implantation de mécanismes permettant une interaction régulière avec les sports, l'INS Québec est allé à la rencontre de ses partenaires. Souvent comparé à un « secret bien gardé », l'Institut a décidé de sortir de l'ombre en créant son service des communications.

UNE STRUCTURE ORGANISATIONNELLE QUI S'ADAPTE

Dès son entrée en poste en mai 2016 comme Président-directeur général, Gaëtan Robitaille a complété les ajustements à la direction de l'organisation.

L'arrivée de Marc Schryburt en mai, dans le nouveau poste de Vice-président, Services de performance permet de regrouper les services destinés à la clientèle afin d'actualiser notre approche multidisciplinaire et intégrée. Pour sa part, Isabelle Rousseau était nommée Vice-présidente, Administration.

Avec l'expérience acquise, une connaissance plus poussée de notre environnement et de nos clients, nous pouvons être encore plus proactifs. Nous sommes continuellement à l'écoute pour valider la pertinence et la qualité de nos interventions et identifier ce qu'il faut pour faire évoluer notre offre de services.

Ce travail a porté fruit. Selon une enquête de À nous le podium, l'INS Québec a été reconnu parmi les instituts canadiens comme celui s'étant le plus amélioré pour ses relations avec les sports.

UNE PLUS GRANDE RECONNAISSANCE

Le gouvernement québécois demeure un partenaire indispensable de l'INS Québec et il l'a encore démontré en augmentant de façon significative son investissement dans notre mission. En augmentant sa contribution de 1,5 M\$, le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MÉES) nous a permis d'augmenter le soutien direct aux CREMs et aux centres unisports, en plus d'ouvrir plus d'opportunités en matière de recherches et d'innovations. Le programme Jouez gagnant! a aussi été bonifié permettant à encore plus de jeunes de rencontrer des athlètes de haut niveau.

Dans sa nouvelle Politique de l'activité physique, du sport et du loisir, le MÉES identifie l'Institut et son réseau de CREMs et de centres unisports comme des acteurs de premier plan permettant de faciliter le cheminement des athlètes vers le haut niveau. Il s'agit là d'une reconnaissance sans équivoque du rôle de l'INS Québec en sport de haut niveau au Québec et au Canada.

Parfaitement en ligne avec la vision établie en 2010 lors de l'annonce du projet de l'INS Québec, nous pourrions continuer à développer et à consolider un réseau panquébécois qui sera capable de servir les athlètes près de chez eux, autant sur le plan scientifique que médical. Il est essentiel que l'Institut ne soit pas considéré uniquement comme un site d'entraînement et de services au Parc olympique, mais aussi comme un projet ayant des ramifications partout au Québec.

UN APPUI DU MILIEU DES AFFAIRES

L'INS Québec a tenu une première activité de financement d'importance en novembre 2016 qui a généré près de 180 000 \$. Au-delà des nouveaux fonds, cette initiative a notamment permis de démontrer que la communauté d'affaires s'intéresse aux réalisations de l'INS Québec.

« CATALYSEUR ET PARTENAIRE » : UN NOUVEAU PLAN STRATÉGIQUE

L'année 2016-2017 aura aussi permis de se tourner vers l'avenir avec les travaux menant à notre nouveau plan stratégique 2017-2021. En misant sur une étroite collaboration entre les différents intervenants qui entourent l'athlète, nous sommes déterminés à être un « Partenaire de performance essentiel ».

Être un « Catalyseur de rêves... un athlète à la fois », c'est notre mission et nous l'assumerons en répondant aux besoins de notre clientèle.



Tom Quinn, O.C
Président du conseil d'administration



Gaëtan Robitaille
Président-directeur général

Faits saillants de l'année 2016-2017

SOIRÉE-BÉNÉFICE

Plus de 150 représentants de la communauté des affaires ont permis d'amasser 180 000\$ pour appuyer les athlètes de haut niveau et ceux de la prochaine génération lors de la première soirée-bénéfice. Cette somme permettra à l'INS Québec de continuer à offrir à tous les athlètes olympiques et paralympiques et à leurs entraîneurs un encadrement et des services intégrés, comparables aux meilleures pratiques mondiales.



TOURNÉE DES CREM

L'INS Québec est allé à la rencontre de ses partenaires en débutant l'année avec une tournée des Centres régionaux d'entraînement multisports avec comme objectif de poursuivre le renforcement de ce réseau essentiel à la performance de nos athlètes, particulièrement ceux de la prochaine génération.

FORMATION POUR L'INTERVENTION ET L'INNOVATION EN PRÉPARATION PHYSIQUE (FIIPP)

Programme unique de formation dont les contenus ont été développés par nos équipes d'experts en fonction des besoins évoqués par les intervenants en préparation physique du Québec, la première cohorte de 8 personnes inscrites au FIIPP a reçu 120 heures de cours et réalisé 100 heures en stage d'intervention.

NUTRITION

Lancées en novembre 2016, les 7 séances de dégustations gratuites offertes au laboratoire de nutrition ont connu un vif succès. Plus de 250 athlètes y ont participé et la plupart sont repartis avec la fiche recette préparée par les nutritionnistes de l'INS Québec.



Photo: © Thierry du Bois / OSA



JOUEZ GAGNANT – UNE ANNÉE RECORD!

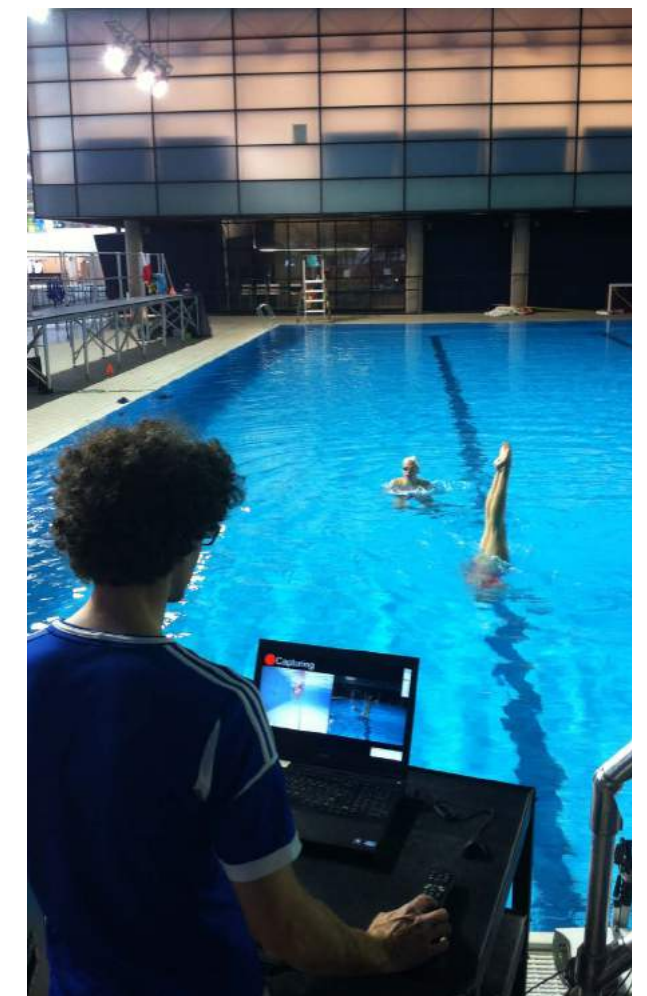
Le programme d'allocutions publiques Jouez gagnant! a connu une année exceptionnelle alors que les athlètes ont rencontré 122 600 jeunes Québécois âgés de 9 à 17 ans. Avec une présence accrue dans les camps de jour et une formule adaptée afin de faire bouger les jeunes durant les vacances d'été, les athlètes ont pu partager leur goût de l'activité physique et inspirer les élèves à s'investir dans la pratique sportive tout au long de l'année!

PARALYMPIENS RECHERCHÉS

En collaborant à l'événement de détection de talents paralympiques, les experts en sciences du sport de l'INS Québec contribuent au développement des athlètes de la prochaine génération dans les disciplines paralympiques.

JEUX OLYMPIQUES ET PARALYMPIQUES

L'INS Québec a contribué à la préparation de 45 athlètes provenant de 16 différents sports olympiques et de 35 athlètes provenant de 9 sports paralympiques différents dans leur route vers les Jeux de Rio. Ces athlètes ont pu bénéficier des installations et des équipements à la fine pointe ainsi que des ressources professionnelles, techniques et technologiques de l'INS Québec.



Rapports des services

SERVICE DE PERFORMANCE

L'année 2016-2017 a permis de regrouper sous le même chapeau les 3 départements de services à la performance : les services médico-sportifs, les services scientifiques et les services de formation. Cette nouvelle structure a eu pour effet d'accentuer la collaboration interservices, d'améliorer notre capacité à livrer nos services de façon intégrée et de rendre plus fluides les relations entre les sports partenaires et les services de l'INS Québec.

Le principal mandat réalisé durant l'année fut de revoir complètement la façon de proposer nos services aux sports partenaires. Une nouvelle approche appelée « services sur mesure » a été mise en place proposant des services axés sur les besoins spécifiques de chaque sport et les déterminants de la performance.

Une attention particulière a également été portée au renforcement de notre réseau de centres régionaux multisports dans la livraison de services médico-sportifs et scientifiques aux athlètes québécois de la prochaine génération. La première Journée des partenaires en novembre 2016 avec la participation des 8 centres régionaux multisports et de plusieurs fédérations sportives québécoises a été l'occasion de présenter à la communauté sportive les services médicaux et scientifiques auxquels ils ont accès en région.



L'INS Québec a donc poursuivi dans sa volonté d'accroître, de bonifier et de diversifier ses secteurs d'intervention dans le but d'améliorer la performance des athlètes et des entraîneurs et d'ainsi être un partenaire de performance essentiel pour le sport de haut niveau québécois et canadien.



SERVICE MÉDICO-SPORTIF

Tout en devant composer avec une année olympique et l'intensification des besoins qui en découle, le Service médico-sportif a tout de même pu réaliser de nombreux projets tout en offrant un soutien quotidien aux athlètes dans leur préparation pour les Jeux olympiques et paralympiques de Rio.

La tenue de plusieurs camps d'entraînement avec de nouveaux sports et la poursuite de notre travail étroit auprès des équipes et des athlètes lors de leurs compétitions internationales ont également mobilisé nos spécialistes tout au long de l'année alors qu'ils ont entre autres voyagé avec les athlètes de nage synchronisée, de waterpolo et de patinage artistique.

Notre engagement en matière de prévention a porté ses fruits alors que notre équipe d'experts a joué un rôle proactif dans le suivi des athlètes.

Grâce aux bilans fonctionnels musculo-squelettiques proposant des actions ciblées, la prévention de blessures s'est vue optimisée à la suite de chaque évaluation présaison des athlètes. Les rapports de fin de saison ont, quant à eux, permis l'analyse des interventions, des problématiques médico-sportives rencontrées et nous ont permis d'en tirer des recommandations.

Une équipe multidisciplinaire a également peaufiné et individualisé des protocoles spécifiques de retour au jeu pour chaque sport dans le cadre du programme sur les commotions cérébrales.

Et enfin, le secteur nutrition a pris son envol en 2016-2017, accueillant maintenant deux nutritionnistes au sein de l'équipe de l'INS Québec. Nous avons donc pu offrir des consultations individuelles et de groupe ainsi que des ateliers d'information sur place au Complexe de l'Institut. À cela s'est ajouté le lancement d'activités de dégustations thématiques mensuelles qui ont connu un franc succès.

SERVICE DES SCIENCES DU SPORT

L'année 2016 aura été marquée par les Jeux de Rio et par la nécessité de demeurer à la fine pointe afin d'augmenter les chances de succès de nos athlètes lors de la plus importante compétition de leur carrière.

En collaborant avec des compagnies de technologies émergentes pour échafauder des activités d'évaluation et de bonification de nos diverses technologies, l'INS Québec est demeuré un joueur de premier plan durant l'année olympique. Les outils pratiques développés par le physiologiste de l'exercice François Bieuzen ont également permis de s'investir plus en profondeur sur la réduction des effets du décalage horaire et faciliter la récupération après l'effort. L'embauche d'experts en analyse de performance, en biomécanique, en préparation physique et préparation mentale ainsi que l'accueil des stagiaires de diverses spécialités travaillant en partenariat avec des universités ont contribué à un encadrement toujours plus optimal des athlètes et des entraîneurs.

La fin de l'exercice a été marquée par l'entrée en fonction de Guy Thibault comme nouveau directeur du Service des sciences du sport. Les mesures qu'il a prises pour l'intensification des travaux de recherche, d'innovation et de diffusion de l'information en matière d'encadrement d'athlètes de haut niveau ont mené notamment à la création d'un comité-conseil sur la recherche et l'innovation dont les premières activités seront à suivre en 2017-2018.

En accentuant son soutien aux groupes d'entraînement de haut niveau, tant sur le plan de la préparation physique que du soutien scientifique et technique, notre équipe d'experts s'est assurée d'offrir l'encadrement nécessaire aux 80 athlètes du Québec sélectionnés pour prendre part aux Jeux olympiques et paralympiques.



Rapports des services

SERVICES AUX ATHLÈTES

L'encadrement et l'accompagnement des athlètes de haut niveau vont bien au-delà des murs du Complexe de l'INS Québec et, afin de les accompagner vers la réalisation de leurs rêves, nous devons aussi les soutenir dans toutes les sphères de leur vie personnelle.

Grâce à notre partenariat unique au Canada avec la Fondation de l'athlète d'excellence du Québec et l'Alliance Sport-Études, le programme Plan de Match devient un incontournable dans l'offre de services entourant le bien-être global des athlètes. Cette année, le programme a offert 239 interventions individuelles et plus de 10 sessions de groupe aux athlètes du Québec. L'INS Québec a aussi offert divers ateliers notamment axés sur le réseautage, les réseaux sociaux et la gestion du stress.

De plus, toujours dans un souci de favoriser la réussite de nos athlètes tant dans le sport que dans leur vie personnelle, nous avons contribué à la mise sur pied du **Réseau de l'éducation au Québec** initié par le COC. Ce réseau rassemblant l'ensemble des universités québécoises offre des services adaptés à tous les étudiants-athlètes de haut niveau.

Nous sommes également ravis des résultats du programme Relève Active dont la seconde cohorte a pris son envol en septembre 2016. Ainsi, dix athlètes ont été jumelés à des entreprises dans des milieux qui les intéressaient pour réaliser des stages professionnels de 3 à 5 jours.

Cette année nous a aussi permis de revamper le Forum Équipe Québec et de proposer aux athlètes boursiers du Programme Équipe Québec deux activités de réseautage se tenant en alternance à Montréal et à Québec. Ces activités sont les occasions durant lesquelles nous soulignons la carrière des athlètes nouvellement retraités et l'opportunité pour nous de présenter les services auxquels ils peuvent accéder.



SERVICES DE FORMATION

En offrant 12 activités de développement professionnel représentant plus de 70 heures de formations à plus de 550 entraîneurs, intervenants et chercheurs,

le service de formation de l'INS Québec a de nouveau été un joueur clé dans la formation continue des entraîneurs québécois.

La promotion 2017 du diplôme avancé en entraînement (DAE) comprenant 13 participants nous a permis d'innover en expérimentant une approche d'encadrement individualisé par les tuteurs semblant porter ses fruits. Un projet de recherche a par ailleurs été entamé avec l'Université du Québec à Trois-Rivières afin de décrire l'évolution de certaines habiletés de leadership pour les entraîneurs inscrits au DAE. Ce projet se poursuivra en 2017-2018.

Ayant toujours le souci de diversifier nos propositions de formation aux entraîneurs, le service a aussi dressé durant l'année un portrait de l'offre de formation pour les entraîneurs et intervenants offerte par les centres régionaux d'entraînement multisport (CREM). Réalisé pour la première fois, ce portrait aidera à mieux coordonner les activités de formation du réseau de l'INS Québec et favorisera une meilleure collaboration avec les CREMs.

C'est aussi avec fierté que nous avons accueilli la première cohorte de la Formation pour l'intervention et l'innovation en préparation physique (FIIPP). Programme novateur et unique au Québec, une vingtaine d'experts a contribué à la formation des participants.

Parmi les autres actions, mentionnons l'organisation de la préconférence de la North American Society for the Psychology of Sport and physical Activity (NASPSPA) et du Rendez-vous des entraîneurs.

Finalement, fruit d'un important travail réalisé toute l'année, un microprogramme de 2e cycle en coaching sportif, créé par l'Université Laval en collaboration avec l'INS Québec, sera lancé en juin 2017.



ADMINISTRATION, RESSOURCES HUMAINES, OPÉRATIONS ET TECHNOLOGIES DE L'INFORMATION

Convivialité, efficacité, efficience, pertinence, cohérence.

Que ce soit en matière de ressources humaines, de gestion des opérations ou de technologies de l'information, l'INS Québec cherche à simplifier et à améliorer la vie de sa clientèle, de ses partenaires et de ses employés.

La nouvelle approche « Services sur mesure » a fait évoluer l'équipe de l'INS Québec. Misant sur la contribution de spécialistes contractuels afin de gagner en diversité d'expertise et en souplesse de gestion, ce sont maintenant 52 personnes, employés et contractuels, qui se démènent pour encore mieux répondre aux besoins et attentes des athlètes, entraîneurs et partenaires sportifs.

L'environnement de travail s'est aussi adapté avec notamment l'entrée en vigueur d'une politique de télétravail qui offre plus de flexibilité. L'INS Québec a également mis en place un REER collectif permettant de contribuer à l'épargne des employés par une contribution de l'employeur. Et parce que la prévention est préférable à la réaction, l'INS Québec prépare sa « Politique sur le respect des personnes et la prévention du harcèlement » qui se voudra proactive et intégratrice pour les employés, les membres et tous ceux qui font affaire avec l'Institut.

Pour le service des opérations, si l'évolution se vit au quotidien afin d'assurer le bon fonctionnement des activités, il a fallu être vigilant afin de minimiser l'impact des grands travaux à la Tour du Parc olympique sur les usagers. Avec comme mantra que les outils technologiques sont au service des usagers et non l'inverse, l'INS Québec a poursuivi le développement et l'implantation de ses systèmes et outils dont le logiciel comptable Acomba, l'amélioration du signal cellulaire, un extranet pour les athlètes, ainsi qu'un système de gestion des horaires pour les camps d'entraînement.

Catalyseur et Partenaire : Un nouveau plan stratégique

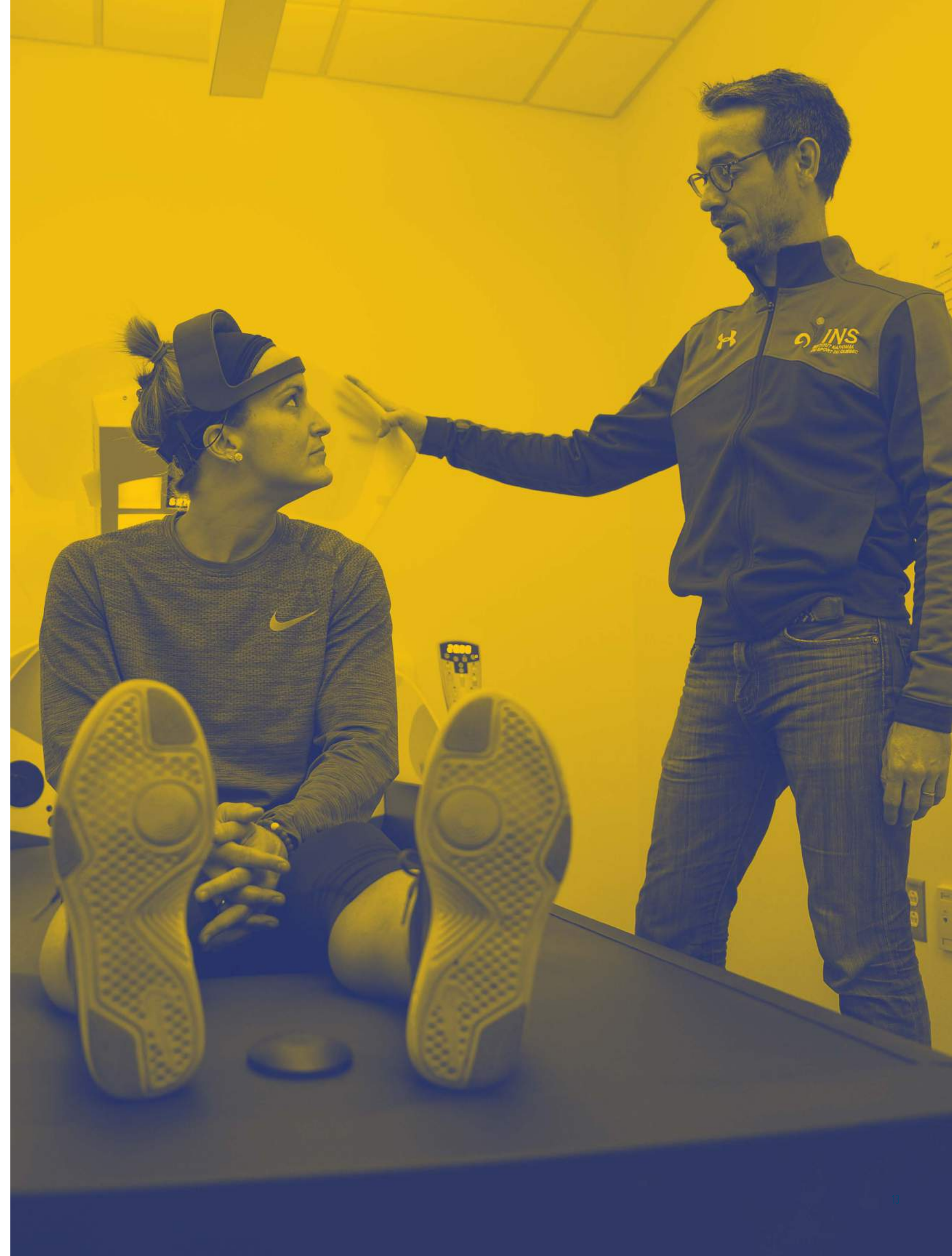
Reflet de l'évolution de l'organisation depuis 20 ans, notre nouveau plan stratégique 2017-2021 conserve les composantes du projet d'Institut en offrant aux athlètes, à leurs entraîneurs ainsi qu'aux partenaires sportifs, un encadrement et des services intégrés comparables aux meilleures pratiques mondiales.

Notre vision est claire : nous voulons être un partenaire de performance essentiel pour le sport de haut niveau québécois et canadien. Ainsi, nous nous donnons l'ensemble des outils nécessaires pour que les athlètes, les entraîneurs et les organisations sportives collaborent avec nous afin d'améliorer la performance sportive et accélérer la réalisation des rêves des athlètes.

Pour y parvenir, nous nous reposons sur trois piliers d'intervention :

- le soutien, qui fait partie de l'ADN de l'INS Québec et qui précisera la progression de notre prestation de services auprès des athlètes et de la communauté sportive ;
- la collaboration comme assise centrale de notre façon d'intervenir afin de remplir notre mission en permettant aux acteurs concernés de se lier pour améliorer la performance des athlètes ;
- et la communication, afin de bien faire connaître notre rôle et notre contribution.

C'est par ces piliers que l'on actualisera les 20 stratégies regroupées autour de huit axes afin de réaliser notre mission qui est d'être un véritable « Catalyseur de rêves... Un athlète à la fois ».



L'année en chiffres



AU SERVICE DES ATHLÈTES

343 ATHLÈTES
utilisent les services de l'INS
Québec à travers la province
(dont 219 athlètes individuels
et 124 athlètes membres d'un
groupe d'entraînement de
haut niveau)

1 280 ATHLÈTES
dans le réseau des CREM

590 ATHLÈTES
fréquentent l'un des 13
centres unisports



JOUEZ GAGNANT... UNE ANNÉE RECORD

654 CONFÉRENCES
ont été présentées dans 604
milieux scolaires primaires et
secondaires, dans les clubs
sportifs et dans les camps de jour.

122 609 JEUNES
ont été rencontrés

16 RÉGIONS
administratives du Québec
ont été visitées

7 MINI-TOURNÉES
Capitale-Nationale/Chaudière-
Appalaches, Îles-de-la-Madeleine,
Saguenay-Lac-Saint-Jean, Bas-St-
Laurent/Gaspé, Centre-du-Québec,
Estrie, et Côte-Nord pour un total
de 105 conférences

53 CONFÉRENCIERS
25 actifs, 27 retraités.

**10 NOUVEAUX
CONFÉRENCIERS**



UN COMPLEXE ACHALANDÉ

52 034 VISITES
d'avril 2016 à mars 2017

NOVEMBRE 2016
le mois le plus achalandé
avec 5 805 visites

8 596 VISITES
pour la gymnastique pendant
l'année 2016-2017

3 327
visites en escrime pendant
l'année 2016-2017

**PRÈS DE 65
ÉVÉNEMENTS**
spéciaux totalisant
3 478 visiteurs



FORMATION CONTINUE : DES ACTIVITÉS COURUES

DÉVELOPPEMENT PROFESSIONNEL

- 12 activités organisées
- 98.5 heures de formation
publique
- 555 inscriptions aux activités
publiques
- 50 sports différents touchés
par les activités publiques

PROGRAMMES DE FORMATION

- 30 entraîneurs encadrés
au Diplôme avancé en
entraînement
- 8 préparateurs physiques
encadrés dans la Formation
pour l'intervention et
l'innovation en préparation
physique



UNE CLINIQUE MÉDICO- SPORTIVE OCCUPÉE

- 621 athlètes
(de 51 disciplines) ont
consulté
- 1 045 consultations avec
l'un des médecins
- 4 170 traitements de
physiothérapie/thérapie
du sport
- 634 traitements de
massothérapie
(pour 75 athlètes)
- 74 traitements
d'ostéopathie
- 409 prises de sang et/ou
vaccins
- 42 consultations en
neuropsychologie
- 148 consultations en
neurokinésiologie
- 93 consultations en
orthoptie (entraînement
neuro-cognitif)
- 179 électrocardiogrammes
- Total de 6 794
consultations

Le rapport financier 2016-2017

FAITS SAILLANTS

L'exercice financier 2016-2017, s'est soldé par un excédent de 425 425 \$. Ces résultats sont attribuables à la génération de revenus autonomes, l'augmentation du soutien accordé par le gouvernement provincial ainsi qu'à une diminution des charges pour l'ensemble des services.

Au total, les revenus de l'Institut ont augmenté d'un peu plus de 175 000 \$, malgré une diminution du soutien accordé par Sport Canada et À nous le podium pour la deuxième année consécutive.

L'activité bénéfice a généré un surplus de plus de 176 000\$. De plus, le MÉES a augmenté sa contribution pour un montant total de 411 376\$, soit 15% de plus qu'en 2015-2016. Finalement, les commandites sont en hausse de plus de 140% par rapport à l'an dernier.

Les dépenses de l'Institut ont diminué de près de 182 000\$, et ce malgré l'augmentation de la masse salariale, du soutien aux fédérations et centres régionaux d'entraînement multisports et du programme « Jouez Gagnant ! »



	2016-2017	2015-2016
Produits	\$	\$
Contribution des partenaires		
Sport Canada - ANP	2,721,655	3,143,155
Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur	3,177,500	2,766,124
Comité olympique canadien	521,911	302,049
Association canadienne des entraîneurs	70,000	70,000
B2DIX	54,100	9,028
Amortissement apports reportés afférents aux immo	549,481	628,320
Services aux athlètes et organismes de sport	281,382	303,028
Programme de formation	86,011	137,111
Dons et commandites	156,650	64,900
Intérêts	35,786	55,243
	7,654,476	7,478,958
Charges	\$	\$
Service de formation et de perfectionnement		
Salaires et charges sociales	161,131	163,518
Honoraires	60,879	139,154
Déplacements et réunions	19,324	15,710
Rendez-vous des entraîneurs	11,665	12,971
	252,999	331,353
Services aux athlètes et organismes de sport		
Salaires et charges sociales	1,886,073	1,784,582
Soutien aux fédérations et aux centres régionaux	1,377,500	991,000
Soutien aux groupes d'entraînement de haut niveau	396,833	589,596
Programmation Institut	522,439	582,435
Loyer	186,250	624,535
Amort. Équipements médicaux, scientifiques et sportifs	311,306	411,354
Médecine sportive	264,080	217,371
Sciences du sport	248,262	153,494
Programme Jouez gagnant!	187,528	151,845
Soutien aux sports aquatiques	100,000	50,000
Forum Équipe Québec	28,420	25,949
Déplacements et réunions	30,018	17,075
Autres services	48,443	11,647
	5,587,152	5,610,883
Administration		
Salaires et charges sociales	519,534	520,316
Services professionnels	448,626	509,774
Amortissement des autres immobilisations	238,928	217,548
Communications	152,276	124,915
Loyer	46,277	166,016
Administration générale	117,475	66,867
Comités et déplacements	41,988	39,393
	1,565,104	1,644,829
	7,405,255	7,587,065
Excédent (insuffisance) des produits sur les charges avant éléments suivants	249,221	(108,107)
Revenus de collecte de fonds	211,775	-
Dépenses de collecte de fonds	35,571	-
	176,204	-
Remboursement Sport Canada	-	85,200
Excédent (insuffisance) des produits sur les charges	425,425	(193,307)



Le réseau de l'INS Québec

Les centres unisports 2016-2017

Centre national d'entraînement acrobatique Yves-Laroche
Centre d'excellence acrobatique de Val-St-Côme
Centre national cycliste de Bromont
Centre national de performance de Patinage Canada
Centre national de canoe-kayak du Lac-Beauport
Centre national de canoe-kayak du Bassin olympique
Centre national courte piste
Centre national Gaëtan-Boucher
Centre de biathlon d'excellence du Québec
Centre national d'entraînement Pierre-Harvey
Centre de développement de l'excellence du bassin olympique
Centre national d'entraînement à temps plein
Centre national haute performance

Les centres régionaux d'entraînement multisports

Excellence sportive Québec-Lévis
Excellence sportive Sherbrooke
Centre régional d'entraînement et d'événements de la Mauricie
Excellence sportive de l'Île de Montréal
Excellence Sports Laval
Conseil de développement de l'excellence sportive des Laurentides
Conseil de développement du sport de Gatineau
Excellence Chez Nous

Réseau des instituts de sport olympique et paralympique du Canada

Institut national du sport du Québec
Institut canadien du sport - Pacifique
Institut canadien du sport - Calgary
Institut canadien du sport - Ontario
Centre canadien du sport - Saskatchewan
Centre canadien multisport - Manitoba
Centre canadien multisport - Atlantique

Les partenaires sportifs de l'INS Québec

Les fédérations sportives

Association canadienne de ski acrobatique
Boccia Canada
Boxe Canada
Canadian Wheelchair Sports Association
Canoe Kayak Canada
Cross-Country Ski de fond Canada
Cyclisme Canada
Fédération canadienne d'escrime
Gymnastique Canada
Hockey Canada
Judo Canada
Natation Canada
Patinage Canada
Patinage de vitesse Canada
Plongeon Canada
Rowing Canada Aviron
Synchro Canada
Waterpolo Canada
Association des clubs de biathlon du Québec
Association Québec Snowboard
Association québécoise d'aviron
Association québécoise de canoë-kayak de vitesse
Association sportive des aveugles du Québec
Badminton Québec
Basketball Québec
Curling Québec
Fédération de gymnastique du Québec
Fédération de nage synchronisée du Québec
Fédération de natation du Québec
Fédération de patinage de vitesse du Québec
Fédération de soccer du Québec
Fédération de triathlon du Québec
Fédération des sports à quatre murs du Québec
Fédération d'escrime du Québec
Fédération québécoise d'athlétisme
Fédération québécoise de boxe olympique
Golf Québec
Fédération québécoise de ski acrobatique
Fédération québécoise de taekwondo
Fédération québécoise des sports cyclistes
Football Québec
Hockey Québec
Judo Québec
Patinage Québec
Plongeon Québec
Rugby Québec
Ski de fond Québec
Ski Québec Alpin
Softball Québec
Tennis Québec
Volleyball Québec
Waterpolo Québec
Association québécoise de sports pour paralytiques cérébraux

Tableau d’honneur

Nos athlètes ayant participé aux Jeux olympiques de Rio
5 au 21 août 2016

PRÉNOM	NOM	SPORT
Farah	Jacques	Athlétisme
Lizanne	Murphy	Basketball
Nirra	Fields	Basketball
Ariane	Fortin	Boxe
Andréanne	Langlois	Canoe/Kayak
Hugues	Fournel	Canoe/Kayak
Ryan	Cochrane	Canoe/Kayak
Emilie	Fournel	Canoe/ Kayak - Sprint
Antoine	Duchesne	Cyclisme - route
Hugo	Houle	Cyclisme - route
Léandre	Bouchard	Cyclisme - vélo de montagne
Raphaël	Gagné	Cyclisme - vélo de montagne
Colleen	Loach	Équitation
Joseph	Polossifakis	Escrime
Maximilien	Van Haaster	Escrime
Rose-Kaying	Woo	Gymnastique - Artistique
Marie-Eve	Beauchemin-Nadeau	Haltérophilie
Pascal	Plamondon	Haltérophilie
Antoine	Bouchard	Judo
Antoine	Valois-Fortier	Judo
Catherine	Beauchemin-Pinard	Judo
Ecaterina Antonia	Guica	Judo
Kelita	Zupancic	Judo

Tableau d’honneur

Nos athlètes ayant participé aux Jeux paralympiques de Rio
7 au 18 septembre 2016

PRÉNOM	NOM	SPORT
Alex	Dupont	Athlétisme
Diane	Roy	Athlétisme
Guillaume	Ouellet	Athlétisme
Ilana	Dupont	Athlétisme
Jean-Philippe	Maranda	Athlétisme
Alison	Levine	Boccia
Bruno	Garneau	Boccia
Eric	Bussiere	Boccia
Iulian	Ciobanu	Boccia
Marco	Dispaltro	Boccia
Marylou	Martineau	Boccia
Charles	Moreau	Cyclisme
Daniel	Chalifour	Cyclisme
Jean-Michel	Lachance	Cyclisme
Marie-Claude	Molnar	Cyclisme
Marie-Eve	Croteau	Cyclisme
Nicole	Clermont	Cyclisme

PRÉNOM	NOM	SPORT
Shelley	Gautier	Cyclisme
Audrey	Lemieux	Cyclisme (Pilote de Robbi Weldon)
Pierre	Mainville	Escrime en fauteuil roulant
Bruno	Hache	Goalball
Nancy	Morin	Goalball
Priscilla	Gagne	Judo
Aurelie	Rivard	Natation
Benoit	Huot	Natation
Camille	Berube	Natation
Devin	Gotell	Natation
Isaac	Bouckley	Natation
James	Leroux	Natation
Jean-Michel	Lavalliere	Natation
Nicholas	Turbide	Natation
Sabrina	Duchesne	Natation
Sarah	Mehain	Natation
Christine	Gauthier	ParaCanoe
Philippe	Bedard	Tennis fauteuil roulant

Le Conseil d'administration

Tom Quinn, Président
Alain Côté, Vice-Président
François Racine, Secrétaire - Trésorier
Ariane Loignon
Denis Servais
Carole Theberge
Eric Beauchesne
Guy Letourneau
Julie Moreau
Lynn Blouin
Bernard Petiot



Nos catalyseurs de rêves

PRÉNOM	NOM	ÉQUIPE	TITRE
Robitaille	Gaëtan	Administration	Président-Directeur général
Rousseau	Isabelle	Administration	Vice-présidente Administration
Schryburt	Marc	Administration	Vice-président Services de performances
Bassil	Carol	Administration	Adjointe à la direction générale
Trudo	Teddy	Administration	Agent de soutien administratif
Lord	Marina	Administration	Agente de programme «Jouez gagnant!»
Bergeron	Sarah	Administration	Coordonnatrice des Opérations
Déry	Evelyne	Administration	Coordonnatrice, communications
Robichaud	Michelle	Administration	Gestionnaire des services administratifs
Sauvé	Marie Laurence	Administration	Réceptionniste fds
Racette	Mathieu	Administration	Réceptionniste jour
Bergeron	Caroline	Administration	Réceptionniste soir
Dagenais	Josée	Administration	Superviseure, Opérations
Jardin	Barbara	Administration	Surveillante des installations
Tafer	Fadhila	Administration	Technicienne comptable
Thibault	Guy	Sciences du sport	Directeur, Sciences du sport
Lussier	Benoit	Sciences du sport	Analyste de performance
Charbonneau	Mathieu	Sciences du sport	Biomécanicien du sport
Dubé	Evelyne	Sciences du sport	Coordonnatrice au soutien scientifique
Huot	Roxanne	Sciences du sport	Coordonnatrice au soutien scientifique
Bieuzen	François	Sciences du sport	Physiologiste de l'exercice
Berryman	Nicolas	Sciences du sport	Physiologiste de l'exercice
Paquette	Myriam	Sciences du sport	Physiologiste de l'exercice
Clark	Alexandre	Sciences du sport	Préparateur physique
Raymond	François	Sciences du sport	Préparateur physique
Stolberg	Michael	Sciences du sport	Préparateur physique
Kennedy	Cory	Sciences du sport	Superviseur préparation physique
Leclerc	Suzanne	Service Médico-sportif	Directrice médicale
Banu	Iustina	Service Médico-sportif	Agente de secrétariat
Paradis	Manon	Service Médico-sportif	Coordonnatrice des services médico-sportifs
Lapierre	Marie-Eve	Service Médico-sportif	Gestionnaire de projets médico-sportifs
Carmel	Véronique	Service Médico-sportif	Physiothérapeute
Croteau	Félix	Service Médico-sportif	Physiothérapeute
Smith	Kathleen	Service Médico-sportif	Physiothérapeute
Turner	Émilie	Service Médico-sportif	Physiothérapeute
Gardiner	Julie	Service Médico-sportif	Physiothérapeute en chef
Rondeau	Jean-Sébastien	Service Médico-sportif	Thérapeute du sport
Charest	Marie-Pier	Services de formation	Directrice, Services de formation
Monin	Aurore	Services de formation	Superviseure, Services de formation
Tremblay	Frédéric	Services de performance	Conseiller aux sports
Saumur	Geneviève	Services de performance	Conseillère des services aux athlètes
Thibault	Anne-Renée	Services de performance	Superviseure, Services de performance



Partenaires

Partenaires créateurs

Visionnaires



Pionniers



Innovateurs



Partenaires institutionnels



CANADIAN
OLYMPIC
FOUNDATION
FONDATION
OLYMPIQUE
CANADIENNE



SPORT PARTNER
PARTENAIRE SPORTIF



Partenaires dans l'excellence



Partenaires sportifs



Parc Jean-Drapeau



RESEAU DES
INSTITUTS
DU SPORT

MARIE-PHILIP POULIN

ATHLÈTE DE L'ÉQUIPE
CANADIENNE DE HOCKEY FÉMININ

Dans moins d'un an, je tenterai de décrocher une troisième médaille d'or olympique. Au mois d'août, je rejoindrai mes coéquipières à Calgary pour la dernière étape de notre préparation en vue de Pyeongchang, mais en attendant, c'est au Complexe de l'INS Québec à Montréal que je poursuis mon entraînement.

Nous sommes un petit groupe qui nous entraînons avec notre préparateur physique de l'INS Québec. J'adore travailler avec lui, car il nous pousse toujours hors de notre zone de confort pour nous rendre meilleures. Quand le corps va moins bien, je sais que juste à côté, j'ai une équipe de physio pour m'aider. Les gens qui forment l'équipe formidable de l'INS Québec sont les meilleurs dans leur domaine.

Chaque fois que je marche vers le stade olympique, je me rappelle toute l'histoire qu'il porte.

*Les athlètes du Québec sont privilégiés
d'avoir un lieu d'entraînement aussi
inspirant pour abriter le Complexe de l'INS
Québec où nous pouvons profiter d'un
entourage qui nous accompagne dans la
réalisation de nos rêves.*



LOUIS BOUCHARD

ENTRAÎNEUR DE L'ÉQUIPE
CANADIENNE DE SKI DE FOND

La route d'un athlète vers les Jeux olympiques de Pyeongchang ne se parcourt pas en quelques semaines. C'est un processus à long terme qui culminera en février 2018. C'est un peu la même chose pour une carrière d'entraîneur.

J'ai la chance d'avoir le soutien de l'INS Québec depuis maintenant 17 ans et chaque année, je m'assois avec eux afin de déterminer les besoins à court terme de mon propre développement afin d'être assuré que les athlètes en profitent au maximum. Mes aides-entraîneurs profitent aussi des formations offertes et continueront de le faire, car après tout, c'est eux qui dans le futur me remplaceront et deviendront entraîneurs en Coupe du monde.

*Cela fait longtemps que nous pouvons profiter
des services offerts par le réseau de l'Institut,
et chaque année, nous constatons comment cela
nous est bénéfique.*

Même si nous sommes basés à Québec, nous avons accès à une équipe complète d'experts grâce au réseau de l'INS Québec, dont fait partie notre centre régional multisports Excellence sportive Québec-Lévis, et c'est vraiment quelque chose d'important pour nous.

Ensemble, nous sommes rendus à une autre étape. L'INS Québec est engagé dans un processus à long terme avec nous. On ne nous soutient donc pas seulement sur le terrain en s'assurant que les préparateurs physiques et les nutritionnistes soient présents lorsque nous en avons besoin, mais aussi pour nous aider à cerner notre vision afin de nous permettre de continuer d'avancer dans l'avenir.



Québec 

CANADA 150 

Canada 