



Les gens de chez nous

Gisèle Gravel une championne multidisciplinaire

Elizabeth DUPONT • elizabeth.dupont@hebdoquebecor.com

C'était d'abord pour retrouver la forme, après deux grossesses, que Gisèle Gravel a commencé à s'intéresser au Judo, un sport qu'elle pratique encore aujourd'hui, 45 ans plus tard. Pendant toutes ces années, elle s'est vu remettre de nombreux honneurs, prix et médailles pour son implication comme entraîneure et judoka.

D'emblée, Mme Gravel souligne que la pratique du judo lui a permis de forger son caractère.

« Ça m'a donné plus de confiance en moi et un grand sentiment de sécurité. J'ai appris à me contrôler et à mettre de côté ma personnalité très compléxée ».

Pour les femmes

Si l'on se projette en 1966, il était exceptionnel de rencontrer des femmes dans cette discipline d'origine japonaise, traditionnellement réservée aux hommes.

En fait, Gisèle Gravel a été l'une des quatre premières femmes à obtenir la ceinture noire, au Québec.

« C'était très tabou et même illogique qu'une fem-

me est fondatrice du Symposium de peinture figurative de Baie-Comeau, une ville où elle a résidé pendant 28 ans, avant de revenir dans sa région natale, à Laterrière. Soulignons que l'évènement, célèbre justement son 25^e anniversaire, il y a deux semaines.

C'est pour son expérience dans le milieu culturel que Mme Gravel a été choisie pour présider le Symposium Jean-Paul Lapointe, qui sera de retour à Saguenay en 2012.

Bénévolat

Gisèle Gravel a reçu également plusieurs prix pour son implication à titre de bénévole au sein de plusieurs organismes.

« Je me suis fait connaître dans le milieu sportif et culturel, alors on m'a approché pour me joindre à plusieurs causes, en tant que porte-parole, par exemple. Le bénévolat a toujours été important pour moi ».

Quand elle fait le bilan de tout ce qu'elle a accompli jusqu'ici, Gisèle Gravel peut faire un résumé en une phrase : « Le judo mène à tout, parce qu'il donne la confiance en soi. Avec ça on peut aller partout, j'en suis la preuve », conclut-elle.



Elizabeth Dupont

Les murs du dojo de Gisèle Gravel sont couverts de médailles et de prix hommages, qui témoignent bien de tout ce qu'elle a accompli. Elle pose ici devant une photo prise en 1966, alors qu'elle a obtenu sa ceinture noire. Dans ses mains, elle tient deux médailles remportées au Japon, les plus importantes à ces yeux.