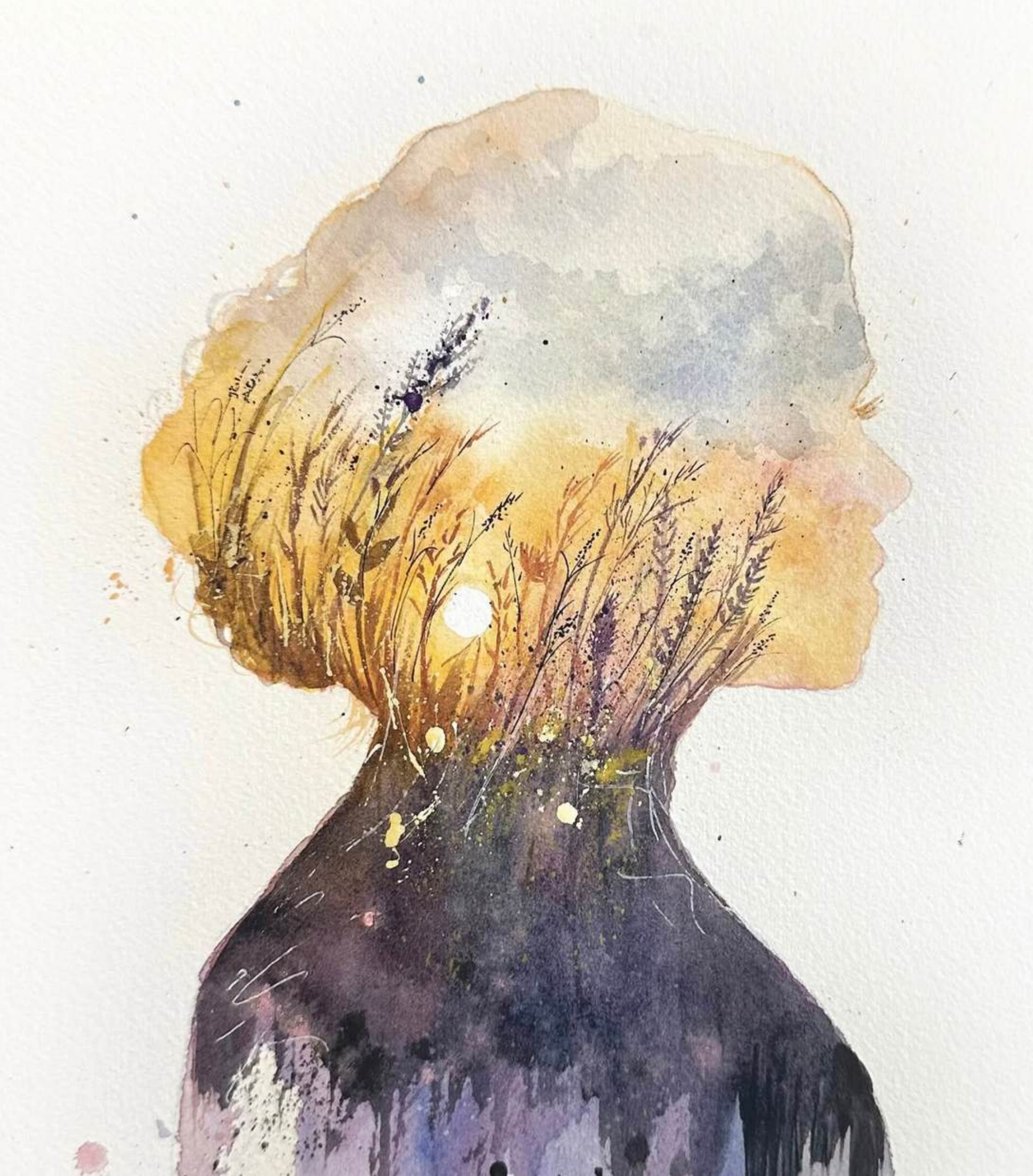




L'École de l'être

RAPPORT D'ACTIVITÉS
2025-2026



*« Le bout du monde
et le fond du jardin,
contiennent la même
quantité de merveilles. »*

CHRISTIAN BOBIN

MISSION

Rêver et œuvrer à un monde plus solidaire!

L'École de l'être est un organisme qui encourage une solidarité communautaire et internationale en proposant des activités de rassemblement intergénérationnel et multidisciplinaires (karaté-do traditionnel, journal créatif, yoga, bistrot santé éducatif, philosophie, psychologie), de connaissance de soi et du monde, de mieux-être global, d'éducation à la vie, de recherche de sens et de ressourcement quotidien.

S'inspirant de la psychologie positive et de la communication bienveillante (non-violente), L'École de l'être vise à guider chacun à se responsabiliser quant à sa propre santé physique, mentale et sociale, ainsi qu'à celle de sa collectivité. L'École de l'être suggère de prendre le temps de ralentir, de réfléchir, de se questionner et de poser des actions concrètes qui vont entraîner des changements durables dans notre mode de vie, dans celui de notre communauté comme celui de notre monde.

SOMMAIRE

Mot du président	5
Activités	6
Composition et portrait du CA	48
Tenue des assemblée du CA	50
Membres et présence en ligne	51
Projets prévus pour l'année 2026-2027	53
Remerciements	55
Budget 2026-2027	57
Comment nous joindre	60
Programme de l'oeuvre martiale solidaire 2026 <i>TOUTES VOILES DEHORS</i>	61



MOT DU PRÉSIDENT

À chacun et chacune d'entre vous, membre et ami-e de l'École de l'Être,

Je voudrais, dans un premier temps, vous rappeler que L'École de l'être a été créée et existe, comme organisme sans but lucratif depuis le 6 avril 2018.

J'ai eu l'occasion d'être nommé « président par intérim » par les membres fondateurs lors de l'assemblée générale de fondation tenue le 29 avril 2019, et j'ai agi comme membre et président du Conseil d'Administration depuis cette assemblée.

Lors de la dernière réunion du Conseil d'Administration, tenue le 16 juin dernier, j'ai informé mes collègues de ma décision de donner ma démission du Conseil d'Administration qui deviendra effective lors de l'assemblée générale qui se tiendra le 9 juillet prochain.

J'aurai 81 ans en août prochain et j'ai considéré que votre Conseil d'Administration avait besoin d'un « coup de jeunesse ».

Je peux vous assurer que vous avez présentement sur votre Conseil d'Administration des membres compétent-e-s, chacun dans leur champ d'activité, et surtout, qui s'impliquent sans compter leur temps, pour votre organisation.

Il va de soi que j'ai l'intention de continuer à suivre les différentes activités de L'École de l'être et d'y participer dans la mesure du possible. Vous pourrez juger par vous-mêmes, en parcourant le Rapport d'activités qui suit ce mot, combien celles-ci sont invitantes, rassembleuses et porteuses de sens!

J'espère avoir l'occasion de vous y rencontrer. À bientôt, j'espère.



Président du CA



ACTIVITÉS

*PRENDRE LE TEMPS DE CONTEMPLER
ENSEMBLE LE CHEMIN PARCOURU...*



L'École de l'être

MÉDITATION EN PLEIN AIR

MÉDITATION DU TEMPS QUI
PASSE...
OU PARTAGER UN MOMENT
D'ÉTERNITÉ EN PRÉSENCE D'UN
SAGE...

SAMEDI 20 SEPTEMBRE
13H00 À 13H45
PLACE DE L'ÉTANG BLAINVILLE

*« Merci Sensei Marie-Lou d'avoir organisé la
Méditation! »*
Zachary

« Quel beau moment ce fut! »
Marie-Noëlle

*« Immense merci à Marie-Lou de nous avoir
guidé(e)s dans cette méditation. »*
Francis

SAMEDI 20 SEPTEMBRE 2025

Méditation en plein air - Méditation qui temps qui passe ou partager
un moment d'éternité en présence d'un sage

Mais qui donc a arrêté le temps ...

en ce jour absolument magnifique de septembre ?

Ensoleillé merci aux 23 participant.e.s de trois générations

qui sont venu-e-s s'asseoir, au crépuscule de l'été,

à la Place de l'étang de Blainville,

pour vivre la Méditation du temps qui passe ou partager un moment
d'éternité en présence d'un sage !





«Chaque année, c'est avec beaucoup de joie que j'accepte l'invitation à la méditation à la place de l'étang. Chaque année, les textes choisis en introduction tombent à point et me nourrissent. Chaque année, les mots que nous offre Marie-Lou lors de la méditation guidée s'ancrent dans mon cœur tandis que mon corps et mon esprit s'apaisent. Et je repars avec des pistes de réflexion nouvelles. Merci pour ce moment.»

Annie Jeanne

A watercolor painting of a landscape. In the foreground, a light-colored path or road leads towards the background. The middle ground is filled with various trees and bushes, some with yellow and orange foliage, suggesting autumn. Several tall, thin evergreen trees are scattered throughout the scene. The background is a soft, hazy mix of light colors, creating a sense of depth and atmosphere. The overall style is soft and painterly.

*«Chaque tic-tac est une seconde de la vie qui passe,
s'enfuit et ne se répète pas. Et il y a en elle tant
d'intensité, tant d'intérêt, que l'unique problème est de
savoir la vivre.»*

FRIDA KALHO

DIMANCHE 12 OCTOBRE 2025

Randonnée littéraire intergénérationnelle

- 2^e édition

Ascension

Mont Larose et Nid de l'aigle!



Si vous avez aujourd'hui fait l'ascension des Monts Larose et Nid de l'aigle dans le coin de Montcalm, c'était Nous les motivé(e)s qui vous avons fait une haie d'honneur pour vous encourager !
Tellement merci aux dix-huit randonneurs et randonneuses âgé(e)s de 12 à 77 ans pour les citations bien choisies, les efforts souriants et les précieux moments partagés !

La 2e édition de la Randonnée littéraire martiale s'est déroulée sous un soleil absolument radieux d'octobre !
Voici quelques commentaires des participant(e)s!

«Merci pour la découverte de ce magnifique mont! C'était super plaisant être en si belle compagnie! L'énergie était incroyable, puis c'est toujours plaisant de partager une autre passion commune, la nature, en plus de pouvoir connecter et de parler avec les autres. C'est toujours plaisant de profiter du moment présent, de lâcher prise et d'écouter pleins de citations.»

Kaurine



«Moments magiques autant extérieurement qu'intérieurement ou quand le paysage extérieur reflète aussi celui qui nous habite 😊 ...»

Marie-Lou

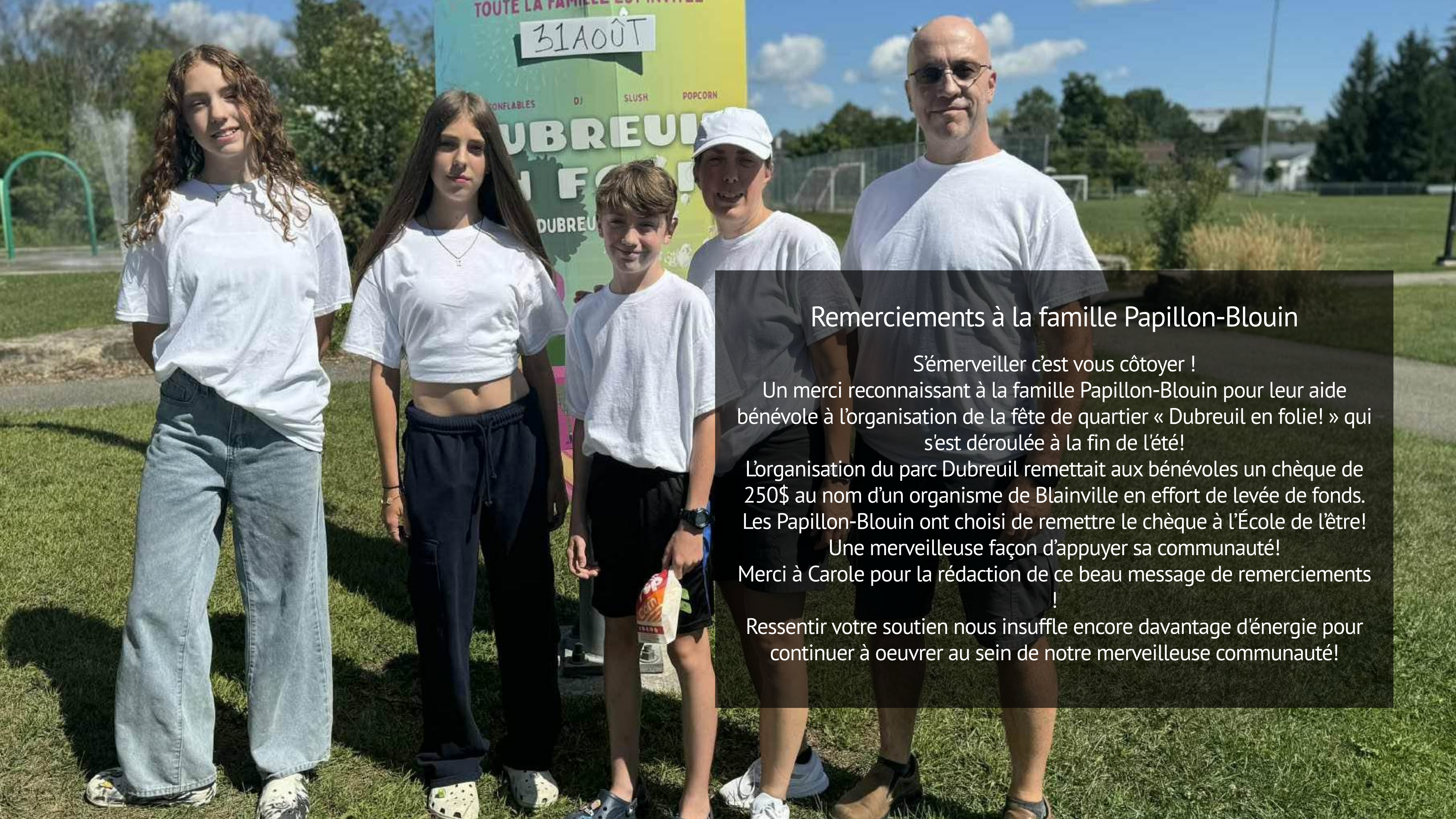
«J'ai adoré ma journée, merci pour cette adéquation humaine, environnementale, météorologique, sportive et littéraire. Comme l'a dit Jim Rohn: "Prends soin de ton corps, c'est le seul endroit où tu es obligé de vivre." Mission accomplie pour aujourd'hui.»

Marie-Noëlle



*«La randonnée est le
meilleur moyen de
découvrir la beauté de la
nature et la richesse de
soi-même.»*

RALPH WALDO EMERSON



Remerciements à la famille Papillon-Blouin

S'émerveiller c'est vous côtoyer !

Un merci reconnaissant à la famille Papillon-Blouin pour leur aide bénévole à l'organisation de la fête de quartier « Dubreuil en folie! » qui s'est déroulée à la fin de l'été!

L'organisation du parc Dubreuil remettait aux bénévoles un chèque de 250\$ au nom d'un organisme de Blainville en effort de levée de fonds. Les Papillon-Blouin ont choisi de remettre le chèque à l'École de l'être!

Une merveilleuse façon d'appuyer sa communauté!

Merci à Carole pour la rédaction de ce beau message de remerciements !

Ressentir votre soutien nous insuffle encore davantage d'énergie pour continuer à oeuvrer au sein de notre merveilleuse communauté!



*« Fouille en dedans.
C'est en-dedans qu'est la
source du bien et elle peut
jaillir sans cesse, si tu
fouilles toujours. »*

MARC AURÈLE



DIMANCHE 2 NOVEMBRE 2025

Cercle de parole et d'écoute intergénérationnel :
« S'émerveiller, quand même! »

Je ne soupçonnais pas qu'en participant à un Cercle de parole et d'écoute au sujet de l'Émerveillement, j'allais en faire de nouveau l'expérience !

Endimanché merci aux quatorze participant(e)s de quatre générations pour vos généreux partages, vos réflexions, vos doutes, vos récits...

« Ça nourrit l'âme, me donne davantage d'espoir et d'outils pour évoluer dans cette vie, armée d'émerveillement! La révolte sera lumineuse! »

Anne-Sophie

« Merci pour ce moment partagé inspirant, humain et plein d'espoir... et le gâteau! »

Julie et Patrick

« J'ai retenu qu'il en faut peu pour être émerveillé! J'ai été pleinement émerveillé! »

Zachary

« Toujours agréable d'échanger ensemble. C'est bien d'être entourée de gens qui savent s'émerveiller. Merci pour ce beau partage! »

Isabelle

A scenic landscape of a lake with a small boat, rocks, and mountains under a cloudy sky. The scene is captured in a cinematic style with soft lighting. A small green boat is moored near a rocky shore on the right. The water is calm, reflecting the sky and the surrounding forest. In the background, there are rolling hills and mountains covered in dense evergreen trees. The sky is filled with large, white clouds, and the overall atmosphere is peaceful and serene.

*«Heureux les yeux qui
n'ont pas besoin
d'illusion pour voir que
le spectacle est
grand.»*

MAURICE MAETERLINCK

*« S'il y a une chose qui a un sens, c'est
d'enseigner aux êtres humains
à humaniser l'humanité. »*
Hubert Reeves

DIMANCHE 30 NOVEMBRE 2025
Guignolée de Blainville, CALEB, 8^e édition
Carrefour Alimenter L'Espoir de Blainville



Un dimanche après-midi de fin novembre,
j'ai surpris la Solidarité à marcher dans la rue...
Elle portait chacun de vos prénoms
ainsi que l'Espoir qui grandissait au fil des pas
que chaque famille de la communauté,
passe un Noël un petit peu plus joyeux,
grâce à cette générosité citoyenne!
Soyez des Ninjas blancs !

Participez avec nous et la GUIGNOLÉE DE BLAINVILLE organisée
par l'organisme CALEB (CARREFOUR ALIMENTER L'ESPOIR DE
BLAINVILLE) ÉDITION 2025, le dimanche 30 novembre 2025!



Ce dimanche-là,
il neigeait à plein ciel ❄️...
le paysage était vraiment magnifique...
mais il y avait quelque chose d'encore plus Beau...
C'était la force d'une communauté qui se donne la main
qui fait Équipe
qui fait Solidarité
afin que chaque famille,
chaque humain,
passe un Noël un peu plus joyeux 🎄
et puisse se nourrir l'année durant!



Pour une huitième année consécutive,
Nous, 160 « Ninjas blancs » avons prêté main forte à l'organisme CALEB
en compagnie de plusieurs autres merveilleux et dévoué-e-s bénévoles!
Noble MERCI d'avoir consacré votre dimanche après-midi à l'Autre!
Tant que des humain-e-s comme vous existeront, nous pourrons
continuer de garder espoir pour la suite du monde,
je vous EM ❤️!
Blainville adorée,
immense merci pour ta touchante générosité!
Une fois de plus, tu as répondu présente!



Voici quelques témoignages des 15 équipes des Ninjas blancs!!

« Une journée remplie d'émerveillement »

Josée

« Une ambiance de feu, des humains très cool réunis .On a passé un moment méga charmant ! Rdv l'an prochain, assurément »

Stéphanie

« C'était trop cool c'est sûr que je vais le refaire l'année prochaine. »

Maxym

« Charmé par nos sourires et la neige douce qui tombait, notre quartier a été généreux. La grande majorité des gens qui ouvrait leur porte, ouvrait leur cœur. À chaque année, c'est notre moment pour (re)prendre conscience du bien que l'on peut semer, de l'entraide que l'on peut offrir. Et mega bonus, on le fait avec des gens qu'on apprécie beaucoup. Merci Marie-Lou pour se lien que tu tisses et maintiens avec notre communauté et l'orchestration que cet événement peut demander. C'est officiel, le temps des Fêtes est commencé »

Marie

*« L'amour véritable commence là où
tu n'attends plus rien en retour. »*

ANTOINE DE ST-EXUPÉRY




L'École de l'être
présente



D'ARTS ET D'ESPÉRANCES

Concert-littéraire multi-artistique intergénérationnel

SAMEDI 20 DÉCEMBRE 2025

**Concert-littéraire intergénérationnel bénéfice
au profit de la Maison de la persévérance, 3e édition**

D'ARTS ET D'ESPÉRANCES
Centre Guy-Frigon, Parc équestre de Blainville

N'en déplaise à la grisaille,
au cynisme
et à la tendance étrange à s'enliser dans le passé,
l'Avenir appartient aux rêveuses et aux rêveurs!

Rêver, c'est bien
Ça indique une direction
Ça précise un point de mire
Ça accroche une étoile au regard
Ça tire vers le haut!

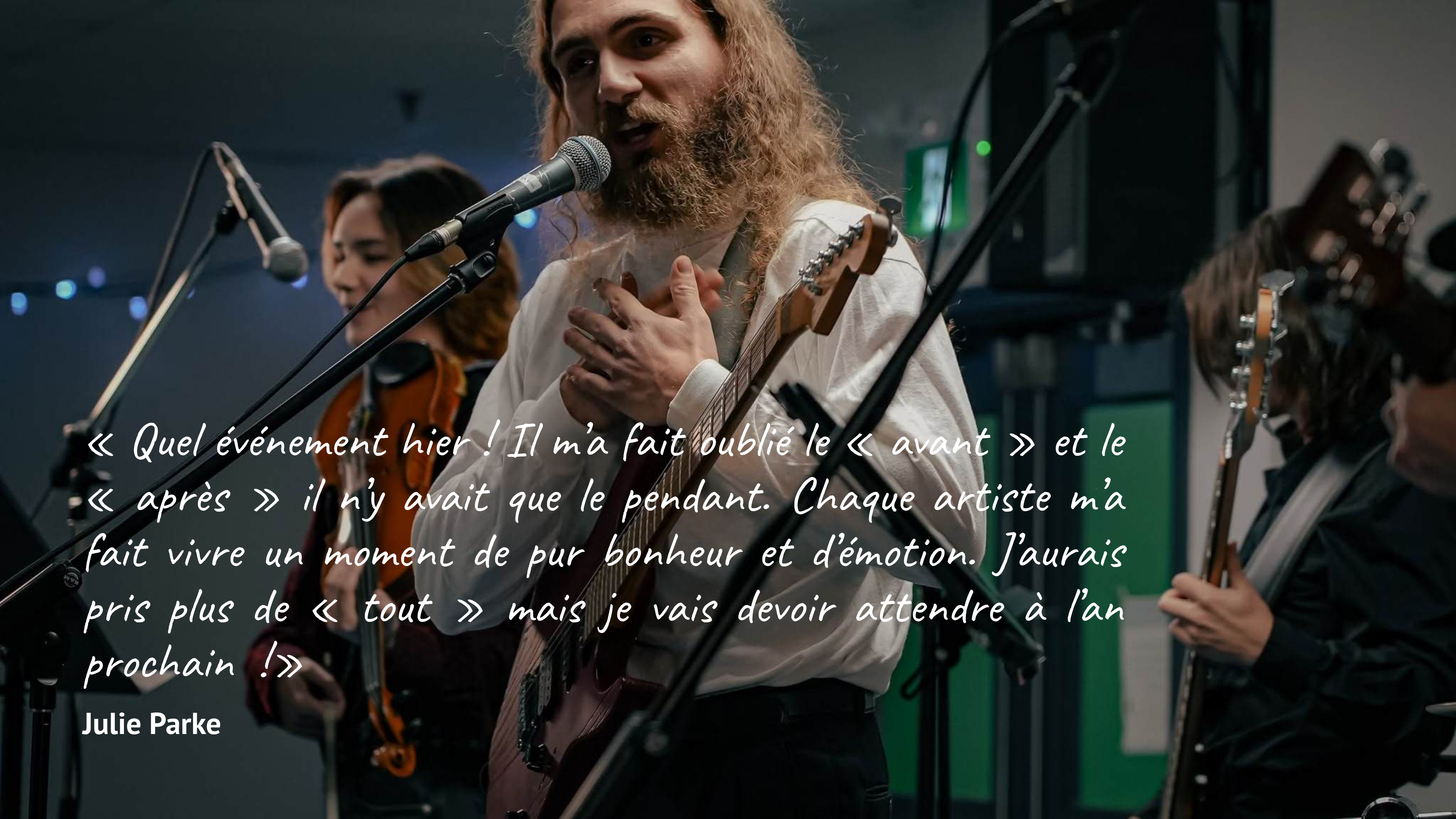
Rêver ensemble, c'est mieux!
Ça accélère le pas...
Ça décuple les efforts
Ça multiplie les chances d'y parvenir
Ça fait grandir l'espoir!

Mais rien ne vaut Agir ensemble pour que ce Rêve
s'incarne et
prenne vie...

On nous a dit, avec raison, que par notre faute
commune, l'avenir s'annonce bien sombre...
L'avenir nous fait peur il est vrai
mais, il nous ferait bien plus peur,
si nous n'étions pas en marche...

S'en remettre aux mains du destin est une option...
mais ce serait se méprendre et ne pas comprendre
que ce destin,
c'est aussi nous qui le construisons!

Et si, faisant fi des « grands reculeurs »,
nous bâtissons demain,
d'Arts et d'Espérances?

A man with long, wavy brown hair and a full beard is the central figure. He is wearing a white long-sleeved shirt and is playing a dark-colored electric guitar. He is singing into a silver microphone on a stand. His hands are positioned on the guitar's neck and body. In the background, to the left, a woman with dark hair is playing a violin. To the right, another person is partially visible, also playing a guitar. The setting appears to be a stage or a rehearsal space with some blue and green lighting in the background.

« Quel événement hier ! Il m'a fait oublier le « avant » et le « après » il n'y avait que le pendant. Chaque artiste m'a fait vivre un moment de pur bonheur et d'émotion. J'aurais pris plus de « tout » mais je vais devoir attendre à l'an prochain ! »

Julie Parke





LUNDI 22 DÉCEMBRE 2025

Distribution du Réconfort à la carte et des p'tits bonheurs à savourer au CHSLD Blainville - 6^e édition

« Le temps que l'on prend pour dire « je t'aime » est le seul qui reste au bout de nos jours... »

Gilles Vigneault

« Le Réconfort à la carte est un projet très précieux qui me tient énormément à coeur. C'est magnifique et émouvant de voir les visages des résidents s'illuminer en recevant leurs cartes. Après la démonstration, une résidente m'a dit que ça lui a fait beaucoup de bien parce que « ça l'a comme réchauffée », c'était très touchant. »

Océann

« J'ai eu le plaisir de discuter avec monsieur Lavoie un gentil jeune homme de 96 ans. J'ai eu l'honneur d'entendre l'histoire des 2 noms de famille de madame Toupin Boivin. J'ai vu de belles larmes de joie... qui ont fait naître les miennes. J'ai tant souri . Merci »

Émilie

« Une grosse vague de joie et de bonheur a déferlé au CHSLD comme dans nos coeurs. Parce qu'une vague, ça donne et ça reçoit. Ça nous fait surfer sur des émotions comme la dame émue aux larmes, ou celle que nous avons endormie avec nos vœux, l'homme qui jouait avec entrain des percussions avec ses jointures sur la table, ou mon câlin précieux avec une préposée soleil au grand cœur qui me rappelle ce temps avec maman.

Qu'il est précieux ce temps passé ensemble. Merci à Sempaï Caroline au CHSLD et à Sensei Marie-Lou de nous permettre de partager ce bonheur.

Joyeuses Fêtes! »

Marie et Scott



« Donner est un
plaisir plus durable
que recevoir... »

Nicolas de Chamfort



DÉCEMBRE 2025 GRAND DÉVOILEMENT DU MONTANT AMASSÉ POUR LA MAISON DE LA PERSÉVÉRANCE L'AN DERNIER

En cette année qui s'incline...
le moment est enfin venu de vous dévoiler 🥳...

ROULEMENT DE TAMBOUR 🥁...

Grâce au profit amassé lors l'œuvre martiale solidaire « Faire face », les lundis solidaires, les collations cuisinées par Chef Pat, les pratiques solidaires avec un.e sempaï et le Concert littéraire multi-artistique 2024, nous avons réussi à amasser pour l'année 2024-2025 un grand total de...

22 804,42\$ 🥰

pour la Maison de la persévérance!

Le CA de L'École de l'être remercie chaleureusement toutes les généreux-ses donatrices et donateurs!

P.S. Merci à Patrick Brassard pour le montage-photos 🙏!



Pour réchauffer ce soir de janvier,
voici en grande primeur,
par l'entremise de talentueux-ses,
merveilleux-ses et généreux-ses
artistes ayant participé à la soirée,
le montant que nous avons
collectivement amassé
dans le cadre du Concert-littéraire
multi-artistique solidaire d'Arts et
d'Espérances qui s'est déroulé le 20
décembre dernier!!!

1 7 6 0 \$

De nouveau Immense merci à tous-
tes les Artistes qui sont l'Âme de cet
événement, à l'Équipe de Forma +
pour la construction de la scène, à
Danny et Marc Berger pour la
console de sons, à tous les
bénévoles ainsi qu'à l'Ami public
pour son indispensable présence !

« Tu me demandes combien je fais?
Je fais de mon mieux. »

Daniel Bélanger

DIMANCHE 25 JANVIER 2026

Cercle de parole et d'écoute intergénérationnel Invente ton chemin, 5^e édition

Faire de son mieux.

N'est-ce pas là un objectif de vie qui fait sens?

Réfléchir ensemble à nos motivations profondes qui nous conduisent à faire les choix de vie que nous faisons ou souhaitons faire, c'est notamment ce à quoi nous nous convions avec enthousiasme vivifiant et inextinguible motivation le dimanche 25 janvier prochain dans le cadre du « Cercle de parole intergénérationnel : Invente ton chemin au sujet des différents métiers et de nos choix de vies, 5^e édition!



L'École de l'être
INVENTE TON CHEMIN
CERCLE DE PAROLE INTERGÉNÉRATIONNEL AU SUJET
DES DIFFÉRENTS MÉTIERS ET DE NOS CHOIX DE VIE



Les « miracles ordinaires » s'opèrent à tous les jours, le plus souvent, dans l'anonymat de nos vies.

Et pourtant, ne suffit-il pas de ralentir le pas pour prendre part au spectacle?

Merci qui a réchauffé ce jour de janvier aux participant-e-s de quatre générations du Cercle de parole et d'écoute « Invente ton chemin » 5^e édition!

Afin de prolonger l'état d'esprit bénéfique et l'ouverture du cœur ressentis à la sortie du Cercle, nous vous partageons quelques témoignages et images de cette belle matinée d'hiver !

« J'ai adoré! Je me suis encore trouvée à la bonne place et avec les bonnes personnes. Le partage fait grandir et c'est ensemble qu'on se retrouve... dans une connexion à soi-même ;)... »

Josée

« Écouter les expériences, les commentaires, des jeunes (12 à 26 ans), et leurs réflexions devant leur avenir et celui de leur milieu m'a fait réalisé le « monde du futur » n'est pas aussi sombre qu'il le paraît parfois... Heureusement! »

René



« Je retiens qu'on peut s'émerveiller partout et qu'il faut seulement ouvrir les yeux pour le faire. J'ai appris qu'un chemin peut être tracé et retracé plusieurs fois jusqu'à ce qu'il nous convienne. Et que les virages ne sont pas toujours négatifs. »

Sarah-Jeanne

« Ce Cercle est un excellent moyen de me questionner et d'écouter des opinions de personnes expérimentées. De ces échanges, je reviens plus légère et je ressens la capacité d'être sûre de mes choix et d'avoir le droit à l'erreur. »

Isabella

A photograph of four martial artists standing in a line in a dojo. They are wearing white uniforms and black belts. The person on the far left is a man with long hair and a beard. The person in the middle is a woman with short blonde hair. The person on the far right is a woman with long dark hair. They are all looking down or to the side. The background is a dark dojo with a green exit sign and a wooden lattice screen.

SAMEDI 14 FÉVRIER 2026

**DÉBUT DES PRATIQUES
DE LA TROUPE MARTIALE SOLIDAIRE
POUR L'OEUVRE MARTIALE
TOUTES VOILES DEHORS**

FÉVRIER 2026

NOTRE ILLUSATRICE HONORÉE
SUR LA PAGE D'ILLUSTRATION
QUÉBEC !
TELEMENT BRAVO PASCALE
CRÊTE!

 **L'École de l'être**
Published by Marie-Lou Crête · 17 février ·

Notre illustratrice honorée sur la page d'Illustration Québec 🥰,
tellement BRAVO Pascale Crête!



 **Illustration Québec**
17 février ·

S'enraciner, s'ouvrir à toutes choses... - [Pascale Crête](#)
👁️👉
[https://www.illustrationquebec.com/.../auteurs/pascalecrete/...](https://www.illustrationquebec.com/.../auteurs/pascalecrete/) Afficher plus

« Imaginée et conçue par l'association
Emergences,
Prezens est la première application 100%
solidaire créée par des méditant·e·s. »
Découvrez de magnifiques et ressourçantes
méditations créées avec amour et bonheur par
notre vice-présidente et Sensei, Marie-Lou Crête.

🏹 Le Grand maître archer en soi ou l'art du
détachement et de l'attention pleine

❤️ Le Guerrier guérisseur

💨 Méditation du Vide

🌱 Semer la paix en soi

💖 Gratitude & complétude
et plusieurs autres

Il suffit de télécharger gratuitement l'application
mobile disponible (iOS et Android) et repérer
Marie-Lou dans la section Méditations puis
Auteur·e·s.

<https://prezens.app/>

À savourer au moment et à l'endroit qui vous
conviendra.

Bonne écoute 🧘



Marie-Lou Crête

PROFIL MÉDITATIONS

UN CHEMIN DE LUMIÈRE
DANS LE FEUILLAGE DE LA
VIE



M. Crête • 11 méditations



Le Grand maître archer en soi ou cu...

11 Min • Marie-Lou Crête



Le Guerrier guérisseur

15 Min • Marie-Lou Crête



Méditation du Vide

15 Min • Marie-Lou Crête



ACCUEIL



MÉDITATIONS



GROUPES



MINUTEUR



MOI

DÈS 23 MARS 2026

Retour des Pratiques solidaires avec un.e Sempaï

C'est maintenant le grand retour des Pratiques solidaires avec un.e Sempaï 100% au profit de L'École de l'être pour le projet de la MAISON DE LA PERSÉVÉRANCE!

Certain.e.s rêvent d'une pratique avec un.e Sempaï pour se sentir davantage prêt.e.s à leur Passage de ceinture ou pour améliorer leur karaté-do?

Réalisez votre rêve en réservant dès maintenant un 15 minutes (ou plus) avec un.e Sempaï!



« Je désirais exprimer toute ma gratitude à l'égard de Sempaï Gisèle pour son temps généreusement alloué malgré des horaires chargés, son aide précieuse et ses conseils judicieux! Ce fut énormément apprécié! Je recommande à tous cette super expérience avec un ou une Sempaï! C'est une autre belle occasion qui nous est offerte de nous améliorer avec humanité! Quelle belle école et quelles merveilleuses personnes! J'EM tellement! Je tiens également à remercier Sempaï Zachary pour ses remarques toujours aussi constructives! Et bien entendu, merci de tout cœur à Sensei Marie-Lou pour tout! »

Nathalie





LUNDIS SOLIDAIRES
100% AU PROFIT DE L'ÉCOLE DE L'ÊTRE POUR LA MAISON DE LA PERSÉVÉRANCE



LUNDIS 20 ET 27 AVRIL 2026

Les Lundis solidaires :

Mieux se préparer au Passage de ceinture
au profit d'un projet citoyen

*« La destinée ne vient pas du dehors de l'homme,
elle sort de l'homme même. »*

Rainer Maria Rilke

La rencontre des humanités est au fondement de la transmission
martiale 💖🥋!

Solidaire merci aux 15 Sempaïs 🥰 ayant assisté Sensei Marie-Lou lors
du Lundi solidaire premier!

Découvrez l'Équipe présente lundi prochain en participant au Lundi
solidaire second et dernier!

Afin de mieux vous préparer à votre Passage de ceinture tout en
agissant pour un projet collectif citoyen visionnaire visant la
persévérance globale de toutes les générations des Laurentides!
100% au profit de L'École de l'être pour la Maison de la persévérance!
Plus de 70 participant-e-s inscri-t-e-s, soyez aussi des nôtres et vivez
cet entraînement solidaire!



Les Lundis solidaires

*« Sensei Marie-Lou,
Je suis remplie de gratitude pour cette merveilleuse soirée! Ce lundi
solidaire exprime bien ce que ce moment représente: de l'entraide, du
partage de temps et de connaissances, de la générosité sans
compter, une responsabilité commune de devenir meilleurs à tous
points de vue. Bref, de la solidarité pure dans un groupe qui permet
non seulement de s'améliorer en tant que personne, mais aussi de
construire et renforcer des liens entre des gens qu'une passion
commune pour cet art martial unie. C'est définitivement du solide!*

*Un merci tout particulier à Sempaï Scott et Sempaï Patrick qui ont
si bien su guider trois ceintures blanches! Quelle chance de
bénéficier de leurs grandes connaissances pour nous seuls!*

*Merci à tous nos guides du jour!
Merci pour leurs constants encouragements!
Merci à Sempaï Patrick pour ses recettes divines!
Merci Sensei Marie-Lou pour cette grande générosité, toujours avec
entrain, distribuée!*

C'est un privilège de pouvoir vivre ces moments auprès de vous. »

Nathalie



«Toujours des beaux moments quand nous sommes tous ensemble à s'entraider en vue des examens. Nous sommes chanceux d'avoir les lundis solidaires pour apprendre à connaître d'autres karatékas et s'aider. Merci Sensei d'organiser ces deux lundis soirs pour nous. Merci à tous les karatékas que j'ai aidé pour votre soif de vous améliorer. Bonne chance pour votre examen! Prenez votre temps et soyez dans le moment présent. Profitez pour donner votre meilleur et accueillir les commentaires constructifs pour vous améliorer.»
Kaurine





Quelle incroyable énergie qui a explosé au dojo pour ces deux Lundis solidaires!

Vous étiez plus de 80 participant.e.s à ces deux entraînements enlevants de l'édition 2026!!!!

Merci pour votre enthousiasme, vos sourires et votre complicité. Et surtout, BRAVO pour tous ces efforts déployés afin d'améliorer constamment votre pratique du karaté. On le sait, les efforts nous rendent plus heureux.ses (et la pratique fait de nous de meilleur.e.s karatékas !).

De tout coeur merci à Sensei Marie-Lou qui a préparé et animé avec sa fougue légendaire les deux Lundis solidaires!

Merci bien structuré et organisé au CA de L'École de l'être qui a géré les inscriptions et était à la table d'accueil!

Merci qui prend soin aux Sempaïs qui ont donné leur temps et partagé leurs conseils!

Succulent merci à Chef Pat qui a cuisiné les galettes pour le Galette-ô-thon!



*« Il n'est pas nécessaire
de courir le monde, de
traverser océan et jungle
pour sentir le charme des
nuées, la sève des arbres,
le langage des rivières et
des nuits. »*

Joseph Kessel



**« Le succès n'est pas une destination individuelle,
mais une aventure collective. »**

Morgane Lança

PRATIQUE SOLIDAIRE AVEC UN-E SEMPAÏ 🙏 !

**Un COLLECTIF ET CHALEUREUX MERCI aux
Sempaïs Anne-Sophie Granger, Patrick Brassard,
Raphaël Vinet-Quesnel, Gisèle Laplante, Tania
D'Amours et Scotty Lee et aux karatékas ayant
saisi cette belle opportunité!**

**L'École de l'être tient à souligner votre
participation à l'événement « Pratique solidaire
avec un-e Sempaï ».**

**Votre pratique déterminée et enthousiaste a
porté cette édition vers l'espoir, qu'ensEMble, le
monde sera meilleur!**

**Tous les fonds recueillis contribueront au grand
projet de la Maison de la Persévérance.**

Du fonds du cœur, MERCI 🥰 !



Dans le cadre des « pratiques solidaires avec un.e sempai » et des « Lundis solidaires », un immense merci aux karatékas de L'École martiale, goju-ryu karate-do, Blainville pour leur généreuse contribution qui a nourri la pratique martiale collective et la joie d'être ensemble au dojo.

Par leur pyramide humaine, les altruistes sempais, qui ont donné leur temps généreusement pour les pratiques et l'assistance bienveillante, dévoilent l'impressionnante somme amassée par votre implication solidaire et rassembleuse :

3 005 \$

Soulignons chaleureusement la gratitude éprouvée pour Sensei Marie-Lou Crête d'avoir offert bénévolement son temps pour l'organisation, la diffusion, la préparation et l'enseignement des Lundis solidaires ainsi qu'au dévoué CA de L'École de l'être pour leur soutien motivant.

Délicieuse gratitude à Chef Sempai Patrick Brassard pour la si généreuse contribution de ses profits du Bistrot santé-éducatif L'Élémenterre lors des deux Lundis solidaires et des magnifiques photos croquées de ces moments précieux.



*« Ce ne sont pas les
émerveillements qui
manquent dans le monde,
mais les émerveillés. »*

ÉRIC-EMMANUEL SCHMITT



Toutes voiles dehors

Œuvre martiale solidaire • Rétrospective 2006-2026

14 JUIN 2026

TOUTES VOILES DEHORS, ŒUVRE MARTIALE SOLIDAIRE

« Il n'y a rien de noble à être supérieur à son prochain ; la vraie noblesse, c'est d'être supérieur à son ancien soi. »

Ernest Hemingway

« L'un des plus grands défis de notre temps sera d'apprendre à devenir dignes de la suite de l'histoire humaine. »

Nicolas Langelier

Plus de 300 karatékas de 5 à 75 ans
réunis sur scène vous livreront un message de courage et d'espoir!

L'École martiale présente
Toutes voiles dehors
Œuvre martiale rétrospective 2006 à 2026
21 ans de résistance par l'émerveillement
Il y a longtemps que l'on s'EM...

14 juin 2026 à 13h30
Salle Claude-Potvin, Laval (Sainte-Rose), Québec

100% au profit de L'École de l'être pour la Maison de la persévérance



L'École martiale

présente



Toutes voiles dehors

Œuvre martiale solidaire • Rétrospective 2006-2026

Dimanche 14 juin 2026 à 13h30

Salle Claude-Potvin, École Curé-Antoine-Labelle,
216, boul. Marc-Aurèle-Fortin, Laval

Billets : lecolemartiale.com

Profits versés à L'École de l'être pour la Maison de la persévérance



14 JUIN 2026



**465 fois mercis ❤️,
Ami public,
d'avoir jeté l'ancre ⚓
en ce dimanche après-midi de juin
pour assister à la représentation unique de « Toutes
voiles dehors » réunissant plus de 300 karatékas
sur scène 🥋!**

**L'Équipage EM vous remercie profondément
et L'École de l'être vous dévoilera prochainement le
montant du Trésor amassé pour la Maison de la
persévérance!**

**Du fond du cœur,
tant et tellement,
pour votre présence Essentielle,
qui nourrit notre motivation à poursuivre!**

COMPOSITION ET PORTRAIT DES MEMBRES DU CA



RENÉ CRÊTE
Président

Architecte de profession, René a travaillé à Travaux Publics Canada. Devenu Directeur Général de ce ministère pour la région du Québec en janvier 1991, il a géré entre 1000 et 1800 employés, réalisant avec succès la fusion et la réorganisation de 2 ministères et 4 autres organismes fédéraux. Il a terminé sa carrière à TPSGC comme directeur général de la Colline Parlementaire à Ottawa, réalisant, avec son équipe, le plan à long terme des édifices situés sur la Colline. Après sa retraite en juillet 2001, il a réalisé une soixantaine d'enquêtes suite à des plaintes de harcèlement psychologique en milieu de travail, principalement pour la Société des Alcools du Québec et a rempli les fonctions de syndic-adjoint à l'Ordre des architectes du Québec jusqu'en janvier 2015. René est un administrateur hors pair, il a un impressionnant souci du détail et du travail bien fait, il aime que les choses avancent tout en considérant chacun et il a un très grand sens de la justice.



MARIE-LOU CRÊTE
Vice-présidente

Fondatrice et Sensei de L'École martiale, Marie-Lou, maîtrise ès art études françaises Université de Montréal, pratique le karaté-do depuis 39 ans et l'enseigne depuis 33 ans. Elle a à cœur l'implication et la responsabilisation citoyenne et humaine, elle s'implique activement avec passion au sein de la communauté, notamment pour la persévérance scolaire, sociale et humaine depuis plusieurs années. Pédagogue et andragogue dévouée, artiste martiale de profession, amoureuse des mots et du développement continu du potentiel humain, Marie-Lou a le don de rassembler et d'inspirer! Sa force, son courage, sa discipline et sa persévérance sont un modèle pour tous ceux et celles qui la côtoient!



MARIE MORENCY-LEE
Secrétaire

Relationniste de formation, c'est pourtant son sens de l'organisation, sa polyvalence et sa créativité qui ont permis à Marie de se forger une carrière dans la production et la gestion de contenu audiovisuel, surtout numérique et interactif, principalement pour les enfants. Ce sont ces mêmes qualifications qui lui permettent de tenir le rôle de secrétaire de L'École de l'être. De plus, elle détient sa certification de professeur de yoga et sa spécialisation en yoga pré/post natal.



MÉLANIE DANDURAND
Trésorière

Après des formations en enseignement au secondaire, en administration et en gestion des ressources humaines, Mélanie se lance en 2016 dans le monde des travailleurs autonomes avec une entreprise en couture, Caliente Confections. Ensuite, elle exerce également la massothérapie et la kinésithérapie durant quelques années. Ayant siégé au sein du conseil d'administration de ParentisSage (comité des familles usagères de la maison de naissance du Boisé à Blainville) durant 6 ans, elle a développé le plaisir du bénévolat au sein de sa communauté.

COMPOSITION ET PORTRAIT DES MEMBRES DU CA



PATRICK BRASSARD

Administrateur

Fondateur et Chef du Bistrot éducatif L'Élémenterre, Patrick est un passionné d'alimentation crue et végétalienne qui croit fermement que nous pouvons changer le cours de l'humanité une bouchée à la fois! Diplômé de l'École Hôtelière des Laurentides en 2013, Chef Pat a mis en marché les boules d'énergie positive et les P'tites sauvages (bouchée de chocolat noir et de courage). Il fait le bonheur des participant-e-s avec son bistrot-nomade lors plusieurs événements et immortalise nos activités avec son grand talent de photographe!



FRANCIS DROLET

Administrateur

Titulaire d'un baccalauréat en relations industrielles de l'Université de Montréal et d'un diplôme d'études supérieures en gestion de l'École des HEC, Francis cumule plus de 25 ans d'expérience dont 17 ans au sein d'une entreprise de technologie qui collabore et contribue à la mission éducative du Réseau scolaire en leur offrant des solutions numériques performantes. Il a également siégé pendant plusieurs années au conseil d'établissement de l'école primaire de ses enfants, d'abord en tant que membre, puis en tant que président. Toujours disponible, Francis s'implique activement dans des activités visant à aider les autres et à faire avancer la communauté.



CAROLE-NATHALIE ROY

Administratrice

Détentrice d'un baccalauréat en administration des affaires-option affaires immobilières et reçue à l'ordre des Évaluateurs agréés du Québec, Carole a travaillé en bureau privé ainsi qu'aux Travaux publics et services gouvernementaux du Canada (TPSGC) en tant qu'évaluateur agréé. Pourtant, c'est après une courte carrière qu'elle s'est le plus développée, œuvrant de façon bénévole dans les écoles en tant que soutien aux élèves présentant un TSA, bibliothécaire et présente sur le conseil d'établissement scolaire. Karatéka depuis 2012, elle s'est investie au fil du temps dans les activités de L'École martiale, notamment en communication et/ou financement pour les œuvres martiales et le grand projet de la Maison de la Persévérance. Elle pratique plusieurs sports d'endurance; elle aime bouger et aime que les choses bougent!

TENUE DES ASSEMBLÉES DU CA



DATES DES ASSEMBLÉES RÉGULIÈRES

Depuis la dernière AGA qui a eu lieu le 3 juillet 2025, le CA a tenu 5 assemblées régulières :

ASSEMBLÉE 1 : Mardi 2 septembre 2025

ASSEMBLÉE 2 : Mardi 21 octobre 2025

ASSEMBLÉE 3 : Lundi 12 janvier 2026

ASSEMBLÉE 4 : Lundi 9 mars 2026

ASSEMBLÉE 5 : Mardi 16 juin 2026

RÉSUMÉ DES POINTS DISCUTÉS DANS L'ANNÉE

Suivi des finances et la trésorerie

Suivi des adhésions

Suivi du projet « La Maison de la persévérance »

Suivi du site web et de la page Facebook

Suivi des activités annuelles

- Méditation à l'étang - 20 septembre 2025
- Randonnée littéraire - 2^e édition - 12 octobre 2025
- Cercle de parole et d'écoute intergénérationnel - 2 novembre 2025
- Guignolée de Blainville - 30 novembre 2025
- Concert-littéraire multi-artistique intergénérationnel bénéfique - 3^e édition - 20 décembre 2025

- Distribution du Réconfort à la carte et des p'tits bonheurs à savourer au CHSLD Blainville - 6^e édition - 22 décembre 2025
- Cercle de parole intergénérationnel Invente ton chemin 5^e édition - 25 janvier 2026
- Pratiques solidaires avec un.e Sempaï - mars et avril 2026
- Les Lundis solidaires - 20 et 27 avril 2026
- Galette-O-Thon du Bistro l'Élémenterre - mars et avril 2026
- *Toutes voiles dehors*, œuvre martiale solidaire à la salle Claude-Potvin - 14 juin 2026



MEMBRES DE L'ÉCOLE DE L'ÊTRE

À ce jour, il y a 40 merveilleux.ses membres de L'École de l'être, incluant les sept administrateurs du CA.

Plus de 500 personnes ont été impliquées dans les différentes activités de L'École de l'être cette année.

PAGE FACEBOOK

Nous avons poursuivi notre activité tout au long de l'année sur notre page Facebook en publiant, en plus de nos initiatives, celles de nos Partenaires locaux et internationaux!
À ce jour, nous avons plus de 1000 abonné.e.s !



L'École de l'être

1 k abonnés • 45 abonnements

L'École de l'être est un organisme à but non lucratif situé à Blainville au Québec qui encourage une solidarité communautaire et internationale.

📄 Organisme sans but lucratif

Envoyer un message

Abonnée

Rechercher





*« Certaines personnes
recherchent un endroit
magnifique. D'autres font
un endroit magnifique. »*

RUMI



PROJETS PRÉVUS POUR L'ANNÉE À VENIR 2026-2027

- Poursuivre le recrutement de nouveaux.velles membres et de bénévoles lors des activités futures de *L'École de l'être*
- Nouvelle méditation au crépuscule de l'été à l'étang ou à la Maison des associations
- Randonnée littéraire martiale automnale, 3^e édition
- Cercles de parole et d'écoute intergénérationnels et/ou de philosophie thématiques (incluant le Cercle au sujet des différents métiers : *Invente ton chemin*, 6^e édition)
- Organisation d'un Concert-bénéfice littéraire multi-artistique solidaire au profit de la *Maison de la persévérance*, 4^e édition
- Présentation de scènes des œuvres martiales solidaires dans des événements de la communauté
- Avancement du projet de la *Maison de la persévérance*, début de la construction
- Organisation des *Lundis solidaires 2027* et retour des *Pratiques solidaires avec un.e Sempai de L'EM* et du *Galette-o-thon*
- Préparation d'une œuvre martiale solidaire ou d'une démonstration martiale solidaire avec les membres de la Troupe martiale solidaire et tous.te.s les karatékas de *L'École martiale*
- Immobiliser de nouveau les profits de l'œuvre martiale solidaire pour la *Maison de la persévérance*
- Activités de bénévolat, implication au sein de la communauté :
 - *Guignolée* de CALEB
 - *Du Réconfort à la carte et des P'tits bonheur à savourer*, 7^e édition, CHSLD de Blainville
- Présence sur les comités :
 - *Maison de la persévérance*
 - Comité de financement de la *Maison de la persévérance*
 - *Consortium jeunesse, tablee 13-25 ans*



MERCI QUI CONNECTE LES ÂMES ET LES COEURS À PASCALE CRÊTE,
ILLUSTRATRICE DE TALENT EXCEPTIONNEL
QUI A ACCEPTÉ ENCORE CETTE ANNÉE
QUE NOUS PUISIONS DANS SON RÉPERTOIRE D'ILLUSTRATIONS POUR MAGNIFIER
NOTRE RAPPORT ANNUEL!

Pascale Crête (signé Pax) est une artiste québécoise originaire de la ville de Lorraine. Elle est titulaire d'un diplôme d'études collégiales en Arts du Collège Lionel-Groulx et d'un baccalauréat en Communication graphique de l'Université Laval. Sa démarche artistique s'exprime depuis son plus jeune âge par le dessin et la peinture puis, suivront la photographie et l'art numérique.

Au début de sa carrière et pendant plus de dix ans Pascale a travaillé en agence de publicité comme conceptrice et directrice artistique avant de se tourner vers l'illustration.

Comme illustratrice, elle a travaillé sur différentes couvertures de livres pour les Éditions Boréal, Héritage, Dominique et Compagnie et Pierre Tisseyre. Elle a aussi illustré des albums jeunesse dont « Maya et l'aventure du chocolat, le commerce équitable raconté aux enfants », livre dont elle est aussi l'auteur.

Présentement, Pascale se consacre plus particulièrement à la création d'œuvres à l'aquarelle.

Elle exprime souvent son art par le biais des éléments de la nature tantôt pour répondre à l'appel de la douceur, du calme et de la sérénité, tantôt pour exprimer la force, le courage et la résilience que nous avons en chacun de nous. Se sentant interpellée par le lien d'interdépendance entre tous les êtres vivants, son art se veut engagé pour la paix, la solidarité et la défense de la vie sous toutes ses formes.

Pascale est une poète de l'image, par sa touche artistique absolument unique, traçant un pont entre quotidien et imagination, elle a le don de rejoindre le cœur et l'âme de chacun.

<http://creerunmonde.com>



L'ÉCOLE DE L'ÊTRE - RAPPORT ANNUEL 2025-2026

REMERCIEMENTS ENSOLEILLÉS À NOS PLUS-QUE-PRÉCIEUX.SES ALLIÉ.E.S



**L'École martiale, goju-ryu
karate-do, Blainville**
Sensei Marie-Lou Crête et
les sempais s'étant
impliqués dans les activités
solidaires



Ville de Blainville
Mme Poulin, Mme
Gauvreau, M. Proulx, M.
Bellemare, M. Croteau, Mme
Ouellette, Mme Carmel,
Mme Veilleux



**Bistrot santé-éducatif
L'Élémenterre**
Chef Patrick Brassard



Maison de la persévérance
Émilie Morne,
coordonnatrice et CA

Créer un monde
paix, solidarité, unité

Créer un monde
Pascale Crête



**Le Centre de prévention du
décrochage scolaire Oméga**
Inés Escriva



Panda Thérèse-de Blainville,
Isabelle Clément



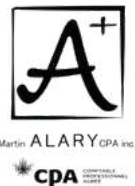
**Consortium jeunesse
Thérèse-de Blainville, table
13-25 ans**
Roger Barrette et Madeleine
Beauchamp



Groupe La Licorne
Isabelle Beauséjour et
Sophie Charbonneau



**André Lachance et
Compagnons**



Martin Alary, CPA
et son équipe



Boréal Technique
Stefan Maltais



Forma +



Le Nord-Info
Reine Côté



Danny et Marc Berger

ainsi qu'à nos indispensables bénévoles





L'École martiale

présente



Toutes voiles dehors

Œuvre martiale solidaire • Rétrospective 2006-2026

Dimanche 14 juin 2026 à 13h30

Salle Claude-Potvin, École Curé-Antoine-Labelle,
216, boul. Marc-Aurèle-Fortin, Laval

Billets : lecolemartiale.com

Profits versés à L'École de l'être pour la Maison de la persévérance

« Notre devoir le plus
impérieux est peut-être de ne
jamais lâcher le fil de la
Merveille. Grâce à lui, je
sortirai vivante du plus sombre
des labyrinthes. »

Christiane Singer

« Nous reviendrons,
nous aurons à coeur le passé
Et à force d'avoir pris en haine
toutes les servitudes,
Nous serons devenus
des bêtes féroces de l'espoir. »

Gaston Miron



**Découvrez les magnifiques affiches des
œuvres martiales au fil du temps réalisées
par Pascale Crête**



« Mais pour que tout change, il faut une
foule d'hommes et de femmes
d'exception, débordant de vie et
tutoyant la mort, conscients de la
grandeur du moment et inconscients de
ce qu'ils sont, remplis d'audace et
amoureux de l'incertain, capables
d'héroïsme et ignorant la peur, prêts à
passer en un instant de l'espoir au
désespoir, à endurer tous les désordres
et courir tous les risques, y compris
celui d'être eux-mêmes dépassés,
avalés par le mouvement qu'ils ont
déclenché. »

Mathieu Bélisle

« *C'est le cœur qui meurt en dernier* »
dit l'adage...



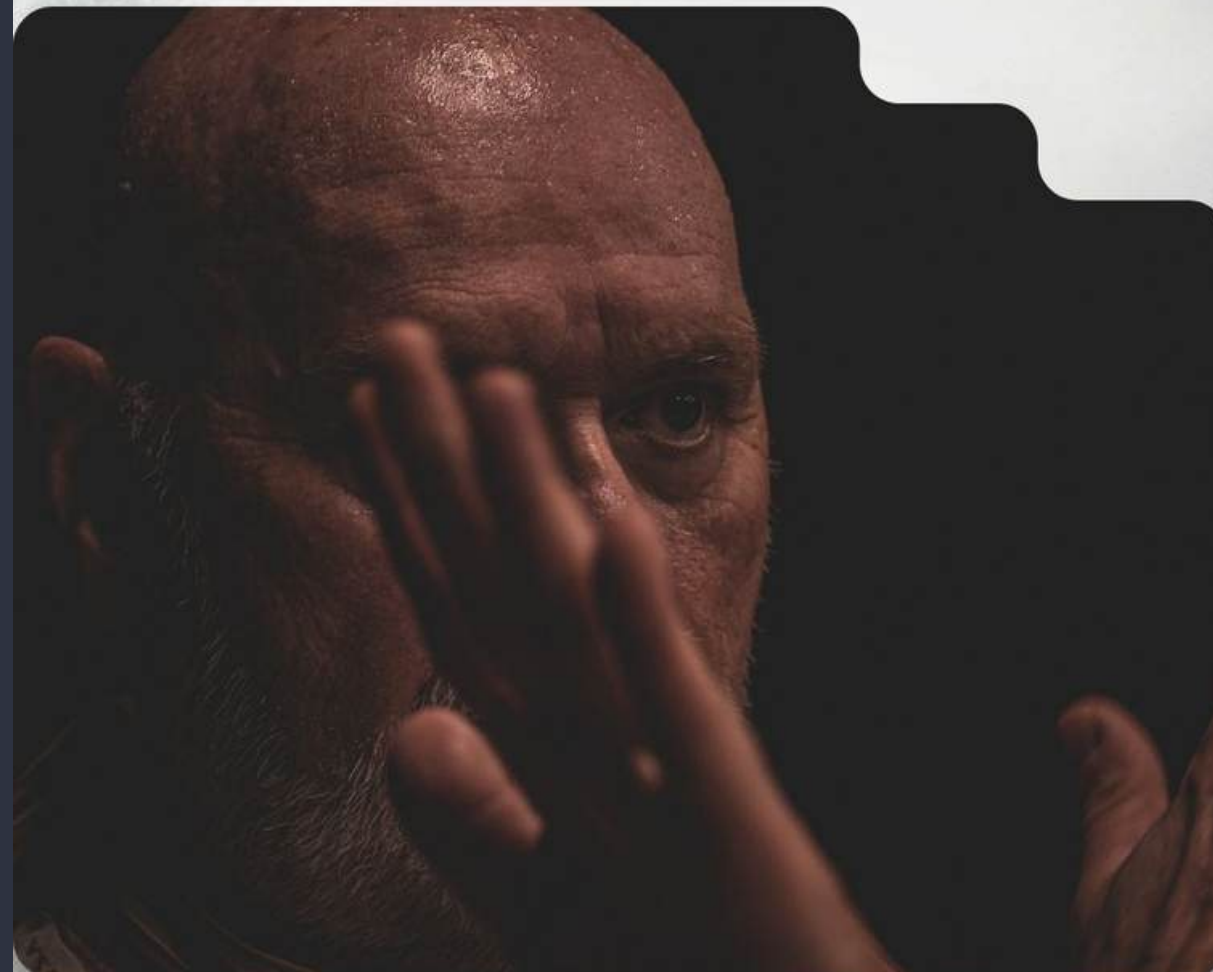
Mon Ami.e,
comment va le tien?

Relève la tête,
Regarde!
Au bout du mât fragile,
l'étendard d'Espoir?

Ensemble,
faisons force de rame
pour que celui de notre
commune Humanité,
en harmonie avec son Frère,
le Vivant,
continue de battre
bien après Nous...

Tu entends mon ami.e?
L'Équipage est en route,
et...
tu en fais partie!

Toutes voiles dehors!



Programme

LES SCÈNES

- I Toutes voiles dehors, rétrospective 21 ans d'œuvres martiales solidaires 2006 à 2026
- II Le grand vaisseau, *L'Autre continent*
- III L'exil du peuple de l'optimisme, *Défenseurs d'optimisme*
- IV Les samouraïs de la lumière, *Défenseurs d'optimisme* et Les dompteurs de dragons, *L'Autre continent* (Groupe A)
- V Les casseurs de cailloux, perception 1, *Défenseurs d'optimisme*
- VI Le démon de la culpabilité, *Chercheurs d'espoir*
- VII Le fantôme de l'avare, *Créatures, sur les traces des légendes du Québec* et Les murs de l'individualisme, *Le fil invisible* (Groupe D)
- VIII « On-nous-marchandise », *Unité, corps, âme, esprit*, la publicité, *Faire face* et Le bonheur marchand, *Défenseurs d'optimisme*
- IX Zombiville, l'écran-roi et l'asservissement au divertissement, *Faire face*, Les marionnettes humaines, *Des racines et des ailes* expérience attentionnelle et Le choix quotidien, *Peuple dernier*

Programme

LES SCÈNES

- X Les frondeurs de la justice, *Défenseurs d'optimisme* et Faire face ensemble, *Faire face* (Groupe C)
- XI Le Monstre de l'Anthropocène, le 4e comportement apocalyptique, l'Irresponsabilité et l'horloge de l'Apocalypse, *Faire face*
- XII La course folle, *Défenseurs d'optimisme* et Le tourbillon du quotidien, *Le fil invisible* (Troupe et Groupe B)
- XIII La nouvelle planète, *Peuple dernier*, Le Monstre de l'Anthropocène, le 2e comportement apocalyptique, la manipulation et la porte seconde de l'indispensable Réparation, la considération, *Faire face* et Le quatrième piège : les chaînes de l'avoir, *Défenseurs d'optimisme*
- XIV Les pirates, *Fla5hback*, La chasse-galerie, *Créatures sur les traces des légendes du Québec* et Le drakkar, *L'Autre continent* (Groupe E)
- XV Les casseurs de cailloux perception 2, *Défenseurs d'optimisme*

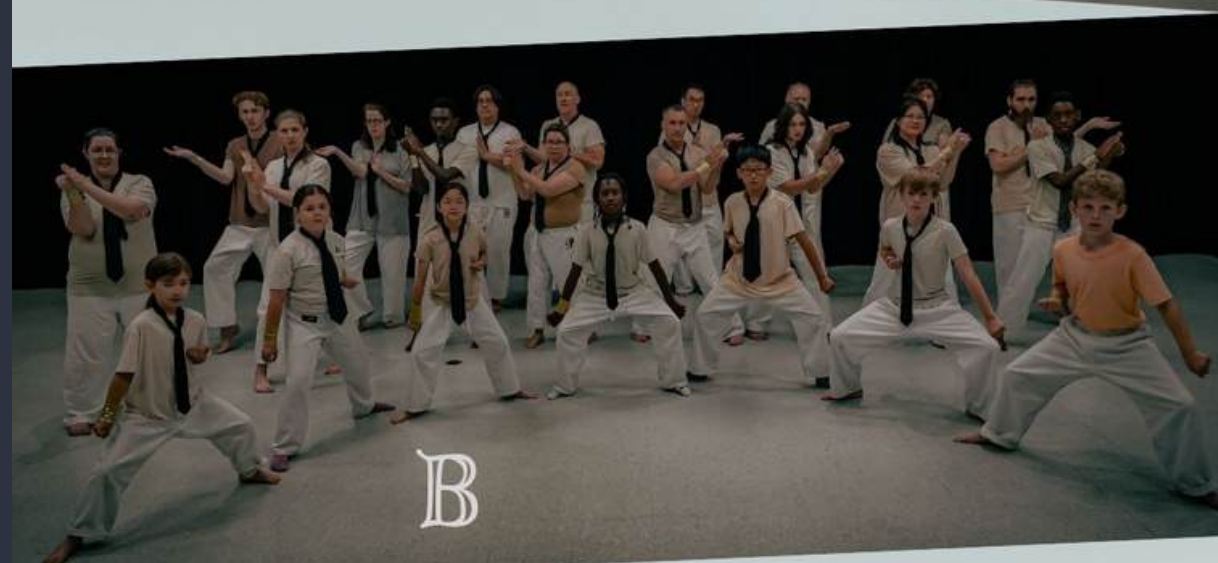
Programme

LES SCÈNES

- XVI Le front des Vont-en-guerre au champ de ruines, *Faire face*
- XVII L'industrialisation, *Fla5hback*, Le fossé des inégalités, *Le fil invisible*, À quoi tu penses?, Interlude 7, *Des racines et des ailes*, expérience attentionnelle et Les celtes de la large rivière, *Peuple dernier* (Groupe F)
- XVIII Les géants de la solidarité et l'autre continent, *L'Autre continent* et Les casseurs de cailloux perception 3, *Défenseurs d'optimisme*
- XIX Thanatos et l'homme de rien ou l'imploration de la dernière chance, *Faire face*, Garder féroce espoir, *Le fil invisible*, Les magiciens du grand passage, *L'Autre continent*, Les moines guerriers de l'aube, *Peuple dernier* et La ligue des À-contre-mauvaise-fortune-bon-cœur à Cap à l'espérance, *Faire face* (Groupe G)
- XX Le jour d'après... Toutes voiles dehors!



Les groupes



Les groupes



La troupe martiale solidaire

Depuis février, les membres de la Troupe martiale solidaire pratiquent, en plus de leurs cours réguliers, tous les samedis après-midis pendant 2h00 en vue de la représentation de « Toutes voiles dehors », une œuvre martiale imaginée, écrite et mise en scène par Sensei Marie-Lou Crête, une création originale et unique fusionnant les arts martiaux, l'art dramatique, la musique et les arts numériques!

La Troupe martiale multigénérationnelle et multiniveaux, composée de 26 karatékas-comédien.ne.s, assure le fil directeur qui lie les différentes scènes vers un message puissant et mobilisateur!

TROUPE MARTIALE SOLIDAIRE :

Alexandre Ballereau, Cédrick Biron, Jean-Maxime Bourassa, Léa-Delphine Brunelle, Albert Camus, Florence Clarke, Aurélie Cormier, Liliane Cormier, Laurence Des Groseillers, Eliott Désormeaux, Mélanie Francis, Antoine Gagné, Andrew Harvey, Gisèle Laplante, Timothée Larivière, Alexandre Lauzon, Zachary Laviolette, Sarah-Jeanne Mainville, Caroline Manset, Morgan Messervier, Mailie Perrier, Charles-Alexandre Quesnel, Stella René, Isabella Suarez, Kaurine Vaillancourt, Raphaël Vinet-Quesnel





Toutes voiles dehors
est une œuvre rétrospective
originale, imaginée et écrite par
Sensei Marie-Lou Crête qui a été
créée à partir de scènes
sélectionnées (et améliorées
grâce à notre expérience 😊) des
œuvres martiales précédentes de
2006 à 2025



SOURCES MUSICALES :

Umbra, The Breach, Overturn, Alexandra Strélinsky / Rythm is a Celtic, Exogen / Elgisson, Danheim / Primavera, , Eros, Life, Ludovico Einaudi / Griphonheart, Garador's Flight, Jo Blankenburg / M'accrocher (version acoustique), Loco Locass / Bienvenue chez les humains, Les Charbonniers de l'enfer / Sicario 2: Day of the Soldado, Musique de la bande annonce / Counting The Cost, Sons of Pythagoras / Fermeture Définitive, Daniel Bélanger / Bagatelle en Lam, WOO 59, No.325: pour Élise. Poco moto / Chaque jour reste le nôtre, Louise attaque / Epic Celtic Battle Music - Battle For Camelot (Tartalo Music) / Ripples in the Sand, Bene Gesserit / Up is down, Imagine the fire, Hans Zimmer / Piano Sonata No. 2 in B-Flat Minor, Op. 35: III. Marche Funebre: Lento / Mount Horu, Gareth Coker / Le Pays d'où je viens, Yann Perreau / Black gold, Dans la brume, Pepe mujica, Toil, Armand Amar / Entry of the Gladiators, Big Top Orchestra / Carmen, Stromae / If You dont Buy, You Die, Jérôme Minière / The Medallion Calls, He's a pirate, Klaus Badel / Le Caribou, Le Rêve du diable / La tuque rouge, la Bottine souriante / Qui nous mène ?, Mes Aïeux / Run, Skald / Vivenza - Fondements bruitistes / Break syndical, Les Cowboys fringants / Running Out of Time, Bear McCreary / Helvegen, Wardruna / Tsudzumi-japan / The Crossing, Bruno Coulais / Fill the horn, Runfell / Krigsgaldr, Heilung / Mythodea. Music for the NASA Mission, 2001 Mars Odyssey: Movement 1, Vangelis



L'ÉCOLE MARTIALE ET L'ÉCOLE DE L'ÊTRE : À L'ÉCOLE ET DANS LA COMMUNAUTÉ

Ce sont plus de 20 000 citoyen.nes et plus de 12 500 enfants, enseignant.e.s et intervenant.e.s de plus de 50 écoles primaires, secondaires, collégiales ou d'organismes communautaires qui ont reçu des ateliers de karaté-do visant le développement global et le mieux-être individuel et collectif dans les écoles et au sein de la communauté depuis l'ouverture de L'École martiale en 2005!

Au nom du CA de L'École de l'être, nous remercions du fond du cœur tous ceux et toutes celles qui ont participé cette année aux différentes activités contribuant ainsi au mieux-vivre ensemble et au mieux-être citoyen : La méditation à l'étang, La randonnée littéraire au Monts Larose et Nid de l'aigle, Le Cercle de parole et d'écoute intergénérationnel ayant comme thème « S'Émerveiller quand même », La Guignolée de Blainville, Du Réconfort à la carte et des p'tits bonheurs à savourer 6e édition au CHSLD de Blainville, Le Concert-littéraire bénéfice 3e édition, Invente ton chemin, le Cercle de parole intergénérationnel au sujet des différents métiers 5e édition, Pratiques solidaires avec un.e Sempaï, Les Lundis solidaires et le projet épique de l'œuvre martiale solidaire *Toutes voiles dehors!*



Absent de la photo : René Crête



Émerveillants remerciements

À L'EXTRAORDINAIRE ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE DE
L'ÉCOLE MARTIALE AU DOJO ET
POUR LE « PROJET ÉPANOUIS-TOI! » :

Sempaï Julie Pouliot, Sempaï Raphaël Vinet-Quesnel et l'équipe des assistant.e.s : Léa-Delphine Brunelle, Laurence Des Groseillers, Anaïs Drolet, Francis Drolet, Mélanie Francis, Andrew Harvey, Gisèle Laplante, Alexandre Lauzon, Zachary Laviolette, Scott Lee, Jean-Luc Mainville, Caroline Manset, Sarah-Jeanne Mainville, Claude Martin, Carole-Nathalie Roy, Kaurine Vaillancourt, Océann Vaillancourt et les assistant.e.s en formation : Mathis Thibeault-Régnière, Timothée Larivière, Isabella Suarez et Valéria Suarez

Tous les plus-que-généreux et valeureux Sempaïs pour leur implication si inspirante et immensément appréciée au sein de L'EM (évaluation des passages, présence aux inscriptions, distribution, démonstrations, pratiques avec un Sempaï, etc.)

Tous les indispensables et immensément apprécié.e.s bénévoles de L'École de l'être et de L'École martiale.



Émerveillants remerciements

AUX INDISPENSABLES CRÉATEURS.TRICES ARTISTIQUES

Écriture, conception des chorégraphies martiales, mise en scène, réalisation de la bande-annonce et direction de la Troupe martiale solidaire : Marie-Lou Crête

Affiche, projections, images web : Pascale Crête, Créer un monde
Assistance à la direction des comédiens : Charles-Alexandre Quesnel
Assistance à la coordination mouvements et musique : Alexandre Lauzon
Direction comité Costumes et Décors : Mélanie Francis
Conception et aide à la conception des costumes et décors : Andrew Harvey, Annie Loiselle, Mélina Goulet, Marie-Christine Martin, Marie-Noëlle Aubertin, Lylia Joly, Jean-Maxime Bourassa, Josée Côté, Isabella Suarez, Nicolas Laverdière, Marie Desormeaux, Mario De Launière, Colin Joly, Alexandre Ballereau, Gisèle Laplante, Alexe Croteau, Cynthia Constantin, Marie Morency-Lee, Léa-Delphine Brunelle, Christophe Bronner, Nadia Gaudet, Marc Paiement, Marc Plamondon et Alexandre Lauzon
Dessinatrice des schémas et assistance aux schémas : Anne-Sophie Granger et Kaurine Vaillancourt
Arrangements sonores : Raphaël Vinet-Quesnel
Technicien au son : Rafaël Drolet
Assistance au son : Francis Drolet
Directeur technique et conception des éclairages : Éric Bélisle, Salle Claude-Potvin
Assistance aux projections : Jean-Luc Mainville
Photographes et vidéastes lors des pratiques et des générales : Patrick Brassard, Éric Desjardins
Régie : Caroline Normand, Claudine Fournier, Éric Desjardins, David Fillion, Jean-Luc Mainville, Caroline Gervais, Marc Paiement
Aide aux membres de la Troupe pour les changements de costumes : Mélanie Dandurand et Claudine Fournier
Équipe de communication et aide à la diffusion : Marie Morency-Lee, Anne-Sophie Granger, Carole-Nathalie Roy, Océann Vaillancourt, Marie-Noëlle Aubertin et l'aide de Marc Berger, Emilie Desaulniers et Patrick Brassard
Billetterie, montage graphique et numérique, Programme : Marie Morency-Lee
Soutien technique Web : Jean-Luc Mainville



À NOS PLUS-QUE-PRÉCIEUX.SES ALLIÉ.S

- Ville de Blainville (Mme Poulin, Mme Gauvreau, M. Proulx, M. Bellemare, M. Croteau, Mme Ouellette, Mme Carmel, Mme Veilleux)
- Les Partenaires du Consortium jeunesse Thérèse-de Blainville, table 13-25 ans (Roger Barrette et Madeleine Beauchamp)
- Le Nord-Info (Reine Côté)
- CISSS des Laurentides (Pinky Ahluwalia)
- Collège Lionel-Groulx (André Joly)
- La Licorne (Isabelle Beauséjour et Sophie Charbonneau)
- Créer un monde, illustration et graphisme (Pascale Crête)
- Le Centre de prévention du décrochage scolaire Oméga (Inés Escriva)
- Panda TDB (Isabelle Clément)
- Martin Alary, CPA et son équipe
- CSSMI, CS de Laval et Commission Scolaire Sir Wilfrid Laurier
- Bistrot santé-éducatif L'Élémenterre (Chef Pat)
- Sensei Jean Frenette, directeur technique national, école de karaté Boucherville
- La Zone de Blainville
- Marie Morency-Lee et Jean-Luc Mainville, maîtres Web
- André Lachance et Compagnons
- L'équipe Hugo-sport, (Hugo, Francis, Roxanne et Julie, et les indispensables couturières)
- Maison de la persévérance (Émilie Morne)
- Boréal Technique (Stefan Maltais)
- Forma +
- Danny et Marc Berger



L'École martiale



À vous plus-que-chères familles martiales et plus-que-chers karatékas qui avez fait preuve d'une persévérance globale exemplaire et édifiente et qui œuvrez chaque jour à « humaniser l'humanité »!



L'École de l'être

Il a été décidé de remettre tous les profits de l'œuvre martiale solidaire « Toutes voiles dehors » à la future Maison de la persévérance, un lieu visionnaire, avant-gardiste, porteur de sens, inclusif, qui unira sous un même toit trois organismes engagés au sein de leur communauté pour la persévérance globale, scolaire, sociale et humaine depuis des années, le Centre de prévention du décrochage scolaire Oméga, Panda Thérèse-de Blainville et L'École de l'être, ainsi que les partenaires locaux et régionaux qui aimeraient occasionnellement bénéficier de ce lieu, pour faire dialoguer les forces complémentaires, pour renforcer le tissu social et les liens humains qui nourrissent le goût à la vie et la motivation pour agir ensemble pour une société et un monde meilleurs!

Chaque année, l'École de l'être organise différentes activités intergénérationnelles visant à sensibiliser et à éduquer à la connaissance de soi, à l'altruisme et à la bienveillance afin de favoriser plus d'entraide et de coopération au sein de notre communauté! Pour L'École de l'être et les karatékas de L'École martiale, il est clair qu'il faut à tout prix passer à l'action si nous voulons que demain soit un jour meilleur!

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION DE L'ÉCOLE DE L'ÊTRE :

René Crête (Président), Marie-Lou Crête (Vice-présidente), Marie Morency-Lee (Secrétaire), Mélanie Dandurand (Trésorière), Patrick Brassard (Administrateur), Carole-Nathalie Roy (Administratrice) et Francis Drolet (Administrateur)



FAITES UN PRÉCIEUX DON VIA :

<https://bit.ly/precieuxdon>