

# RÉSUMÉ PÉDAGOGIQUE

Un outil pratique  
pour éclairer les étudiants





En 2013, Mylène a relevé l'impossible ; traverser l'Atlantique à la rame, en solitaire. Son aventure, imprégnée de persévérance et de détermination, est un exemple parfait d'où peut mener la poursuite de nos rêves et le dépassement de soi.

## FAITS SAILLANTS

### PREMIÈRE FEMME DES AMÉRIQUES

à avoir traversé l'Atlantique Nord à la rame, en solitaire.

#### DÉPART

**HALIFAX, CANADA**

6 juillet 2013



#### ARRIVÉE

**LORIENT, FRANCE**

12 novembre 2013

**129**

**JOURS SEULE SUR L'OCÉAN ATLANTIQUE**

**5 329 KM PARCOURS**

**900 000 À 1 250 000 COUPS DE RAME**

**10 CHAVIRAGES**

**5 ANNÉES DE PRÉPARATION**

**3**

**EXPÉDITIONS PRÉPARATOIRES SUR L'EAU**

**5 PRIX REMPORTÉS**

dont la Croix du service méritoire du Gouverneur général du Canada et une médaille de l'Assemblée nationale du Québec

**49**

**JOURS D'ÉCRITURE**

pour son récit « Dépasser l'horizon »

**850**

**CONFÉRENCES**

**400**

**ENTREVUES MÉDIAS**

**2** documentaires télévisés

**2** concerts

**1** pièce de théâtre

**12 LETTRES À RETENIR : PERSÉVÉRANCE**

**HERMEL**

**nom du bateau de Mylène**

en hommage à son mentor

et grand ami : Hermel Lavoie.



## MYLÈNE PAQUETTE

Un coup de rame  
à la fois dans les  
petits et grands  
exploits

## LIGNE DU TEMPS

- 2001** Mylène débute comme préposée aux bénéficiaires du CHU Sainte-Justine.
- 2006** Mylène met le pied sur un voilier pour la première fois, et s'initie à la voile.
- 2007** Mylène découvre la rame océanique sur Internet, elle en devient fascinée.
- 2007** Mylène s'inspire de sa rencontre avec une petite patiente de l'hôpital, Cynthia, et choisit d'aller vers ses peurs plutôt que de les fuir. Elle décide de se lancer dans le rêve qu'elle caresse depuis longtemps : traverser l'Atlantique à la rame en solitaire.
- 2008** Mylène annonce son projet à ses proches.
- 2009** Mylène se trouve une équipe pour traverser l'océan à la rame en équipage. Mylène suit une formation en navigation ainsi que de survie et de mesures d'urgences en mer.
- 2010** Traversée Atlantique en équipage du Maroc à la Barbade — 58 jours.
- 2011** Expédition d'entraînement sur le Fleuve Saint-Laurent entre Montréal et les Îles-de-la-Madeleine — 76 jours.
- 2011** Mylène rencontre son ami Hermel Lavoie qui devient son mentor.
- 2011** Mylène quitte son emploi de préposée aux bénéficiaires du CHU Sainte-Justine.
- 2012** Traversée de l'Atlantique Nord en voilier et en équipage entre la France et le Canada en passant par le Groenland à titre d'équipière.
- 2013** Traversée de l'Atlantique Nord du Canada à la France en solitaire.
- 2014** Mylène publie son livre « Dépasser l'horizon »
- 2014** L'Orchestre Symphonique de Montréal lance « La traversée symphonique » avec 107 musiciens sur scène et des comédiens qui interprètent Hermel, Michel et Mylène.
- 2018** La pièce de théâtre « La promesse de la mer » voit le jour et est interprétée par Tammy Verge et produite par Culture Shawinigan.
- 2023** 10<sup>e</sup> anniversaire de sa traversée.

*Pour en  
savoir +*

**MYLENE  
PAQUETTE  
.COM**