

INFOLETTRE AUTOMNE 2025

L'art au service du prendre soin de soi,
du « nous » et de la nature !



Les nouvelles

Cher.es membres, aspirant.es membres et autres âmes curieuses de nous connaître. Il y a longtemps qu'on vous a donné de nos nouvelles, mais on n'en a pas chômés pour autant. Tout plein de beaux projets sont en cours donc restez à l'affût !

En bref :

- Nous avons maintenant un nom de domaine et un site web www.laspiranthe.org.
- Notre entente avec le CHSLD Heather a été renouvelée et bonifiée en 2025-2026.
- Un projet intergénérationnel *Raconte-toi mon histoire* est en chantier avec la collaboration du Centre Heather et l'École des chutes de Rawdon.
- La formule des cercles de chant se raffine avec des *Cercles de chant intuitif sous la pleine lune* et les *Cercles dans ta cour*. Nous avons maintenant deux *Cercles de chant* « harmoniques » à St-Gabriel en plus de celui de Joliette.
- La Spiranthe a participé à trois événements publics : *La Fête des semences de Lanaudière*, *Centre-ville de Joliette en fête* et *Fête O'Parc* de Joliette 2025.
- Une journée festive en nature a été organisée incluant la première assemblée annuelle des membres.
- Les 5 sièges au Conseil d'administration ont été comblés, des membres se sont proposés pour siéger sur des comités et donner un coup de main lors de l'AGA.
- On a établi des règles de partage des bénéfices des activités entre les facilitateurs et La Spiranthe. Nous sommes à peaufiner l'offre de service aux organisations.
- On a subi des revers avec une demande de financement refusée à la MRC de la Matawinie et le manque de candidat.e pour le projet d'Emploi été Canada.
- La prise en charge des communications se fait lentement. On s'habitue tranquillement aux outils technologiques et au travail à distance.



Quoique bien avancés, il nous reste encore beaucoup de travail à faire avant d'être sur notre air d'aller. Mais ça s'en vient !

De nouvelles personnes se sont ajoutées à l'équipe de bénévoles. De beaux projets sont en développement, nous avons de nouveaux collaborateurs, sommes de plus en plus visibles et reconnus. On sent l'intérêt et l'engouement pour notre mission et pour les projets. .



CALENDRIER DES ACTIVITÉS 2025

septembre

Dimanche
07 septembre
19h à 21

Cercle de chant intuitif
sous la pleine lune à Rawdon -
ANNULÉ / REPORT PRINT. 2026

Les jeudis à partir
du 25 septembre
10h30 à 12h
Cercle de chant "harmonique"
de St-Gabriel
groupe de jour
179, rue Maskinongé

Samedi 27 Septembre
Atelier de danse à 11h
+ kiosque de 10h à 17h
au Parc Lajoie / Joliette

Octobre

• • Les dimanches à partir • •
du 5 octobre
15h30 à 17h
Cercle de chant "harmonique"
de Joliette à L'Arsenal
585, rue Archambault

Les mercredis à partir
du 1er octobre
18h30 à 20h
Cercle de chant "harmonique"
de St-Gabriel
groupe de soir
179, rue Maskinongé

Vendredi 31 octobre
18h à minuit
Fête familiale d'Halloween
avec Comité du Parc Lajoie
585, rue Archambault, Joliette

Novembre

Samedi le 22 novembre . 17h à 21h30
Événement Faire danser Lanaudière
Hallowëll ! All Well !
"Potluck", masques et maquillages, jeux de rôles, danse
Centre Communautaire de Sainte-Béatrix, salle C
821, rue Avenue du Parc

Samedi le 29 novembre . 14h30 à 16h30
Art'rospection- Moi et mon havre de paix
Salle L'Arsenal de Joliette
585 rue Archambault

Décembre

Dimanche
le 7 décembre
14h à 17h
Des sens et des mots
Un rituel de
célébration de soi !
À l'Arsenal de Joliette
585 rue Archambault

20 décembre
Réunion festive
pour les membres
seulement

Vie associative

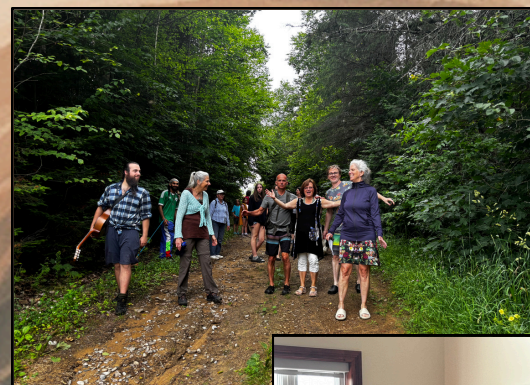


La première assemblée annuelle des membres de La Spiranthe s'est tenue le 5 juillet à Sainte-Béatrix, sur un magnifique site, en pleine nature, ce qui nous a permis d'expérimenter différentes activités créatives et de faire vivre la mission aux membres qui étaient présents. On a fait de l'improvisation vocale, dansé, chanté, expérimenté un micro-parcours *Danse ta nature* permettant de ressentir et d'exprimer notre lien à la nature environnante, nous nous sommes baignés dans la rivière, avons fait du désherbage pour se relier à la terre et remercier nos hôtes. Une activité interactive et en mouvement a ouvert l'Assemblée. 25 membres étaient présents, contribuant aux échanges. Mélise Gelin-Harnois, organisatrice communautaire (CISSS de Lanaudière) a guidé les discussions qui ont suivies. Les commentaires ont été très positifs.

On a aimé : le désherbage collectif; mettre l'épaule à la roue, donner au suivant, la souplesse, la douceur et la bienveillance qui émanait, le vivre ensemble expérimenté, les interactions, les jeux qui favorisent le sentiment d'appartenance et d'humanité.

Certains ont dit : "Nous avons incarné notre mission", "Je me suis sentie à la maison", "Je me sens nourrie". "J'ai vibré", "à la fois cérébral, relationnel et de cœur"

Un soixantenaire a même dit que c'était sa meilleure assemblée à vie !



**Nous tenons à remercier nos hôtes
Ariane Picher, membre de
La Spiranthe et son conjoint
Simon Miron pour l'accueil et
l'accès à un lieu magnifique.**



*Merci à
Stéphanie Thibault
pour les photos*

LES RECOMMANDATIONS DE L'ASSEMBLÉE

- 1) Rendre le calendrier accessible sur le site web ☒
- 2) Faire un plan de communication
- 3) Intégrer formulaire bénévolat sur site web ☒
- 4) Organiser des activités d'autofinancement dont une journée portes ouvertes afin de payer la permanence entièrement bénévole.

Le Conseil d'administration



Les **5 sièges du Conseil d'administration** (CA) ont été comblés lors de l'AGA. **Stéphanie Thibault** a récemment démissionné pour des raisons personnelles. On la remercie pour le temps offert. Un poste est libre (mandat de 2 ans). Avis aux intéressés !

Les administrateurs sont :

- **Annie Jacques**, secrétaire (1 an restant)
- **Xavier Gillet**, trésorier (2 ans)
- **Ève Montpetit**, administratrice (1 an restant)
- **Marie-Josée Vaillancourt**, présidente (1 an restant)



Le **CA** s'est réuni à **3 reprises** depuis l'Assemblée générale. Des comités ont été formés. Le Comité accueil et vie associative s'est réuni à **3 reprises**.

Les comités

Comité Accueil et vie associative :

- **Marie Bellehumeur**
- **Louise Hérard** (s'est retirée du comité)
- **Éliane Masse**
- **Marie-Josée Vaillancourt**

Nouveau comité. 3 rencontres ont eu lieu déjà.

Nous tenons à remercier **Louise Hérard** pour sa participation au Comité Accueil et vie associative. Elle et Stéphanie vont continuer de s'impliquer au sein de La Spirante.

Louise est responsable de l'accueil au *Cercle de chant de Joliette* et nous prépare de belles activités pour l'automne tandis que Stéphanie s'est montrée disponible pour prendre des photos et vidéos lors de nos événements.

Elle animera l'atelier d'Art'rospection : Mon havre à moi le 29 novembre prochain.

Comité programmation et sensibilisation par les arts

- **Stéphanie Thibault** (s'est retirée du comité)
- **Marie-Josée Vaillancourt**

Une rencontre a eu lieu afin d'établir les contours de la programmation d'automne.

Comité promotion et communication

- **Annie Jacques**
- **Stéphanie Thibault** (s'est retirée du comité)
- **Marie-Josée Vaillancourt**

Si vous êtes intéressé.e à joindre l'un des comités, n'hésitez pas à vous manifester en nous écrivant à : info@laspirante.org

Une rencontre a eu lieu afin d'établir les contours de la programmation d'automne. Nous remercions **Geneviève Dupont** qui a réalisé quelques publications sur notre page Facebook.



Les activités et événements

Des changements au Centre Heather

Notre alliée des débuts, **Brigitte Aubin**, technicienne en loisirs, a quitté le Centre Heather pour un autre CHSLD. Nous lui souhaitons d'être heureuse dans ses nouvelles fonctions. En tout, entre le 1er avril 2025 et le 31 mars 2026, La Spirante offrira 48 heures d'activités. Deux rencontres ont déjà eu lieu avec sa remplaçante **Pascale Fix** qui est très soutenante.

Les cercles de chant

Les *cercles de chant harmoniques* animés par **Ève Montpetit** ont repris cet automne à St-Gabriel et à Joliette. **Nous recherchons un lieu à Rawdon.**

Ghyslaine Beaufort – facilitatrice arts plastiques
avec le soutien de Geneviève Dupont



Ariane Picher et Marie-Josée Vaillancourt –
facilitatrices de danse
avec le soutien d'Édith Blouin et d'Éliane Masse



David Leblanc – facilitateur
de chant et percussions
avec le soutien de Marie-
Josée Vaillancourt

Ginette Racine – facilitatrice
d'art dramatique avec le
soutien d'Ève Montpetit



Faire danser Lanaudière

Le 15 mars dernier, l'Équipe projet FDL (Annie Jacques, Pascal Larivière, Ariane Picher et Marie-Josée Vaillancourt) a organisé un laboratoire créatif. 18 personnes ont pris part à l'activité. Celle-ci incluait une introduction inspirée de l'éducation somatique, des danses interactives, des explorations vocales et sonores orchestrées par notre dj et musicien Pascal. Les commentaires ont été très positifs.

Notre prochain événement Hallowëll ! All Well !

Inspiré des fêtes de l'Halloween et de Noël où on s'amusera à incarner en mouvement les personnages qui nous habitent

Détails et
inscriptions



CHANTER automne 2025
Explore la puissance de ta voix en groupe
dans un cercle de CHANT 90 minutes

Dans un environnement bienveillant, joins-toi à un petit groupe qui aime chanter !
À travers des exercices guidés, on apprend à mieux maîtriser notre voix.

VIENS QUAND TU VEUX !

2 villes 3 options

JOLIETTE
L'Arsenal
585 rue Archambault
Débute le 5 octobre
Dimanche 15h30

ST-GABRIEL
Communauté en Arts Vivants
179 rue Maskinongé
Débute le 24 septembre
Mercredi 18h30
Jeudi 10h30

Inscris-toi au prochain cercle

* Possible de payer comptant ou interac sur place

Deviens membre de La Spirante et économise !

QR code

\$15 Économe
\$20 standard
\$25 Solidaire
non-membre \$25

Propulsé par La Spirante

POUR UN ART QUI TRANSFORME
info@laspirante.org

Guidé par Ève Montpetit
Durant ses 20 ans de carrière internationale, sa voix a rejoint 8 millions de personnes. Elle a, entre autres, chanté le rôle de « Éponine » dans Les Misérables, Alegria à Saltimbanco du Cirque du Soleil en tournée américaine, européenne et asiatique. Elle est fière de s'associer avec La Spirante pour promouvoir l'Art qui transforme.

Les autres cercles

La demande pour les *Cercles dans ta Cour autour du feu* n'ont pas obtenu le résultat escompté. Nous verrons l'an prochain la pertinence de les relancer.



Tous les détails sur notre page FB

La Spirante t'invite à la
2e édition de
Faire danser Lanaudière
le 22 NOVEMBRE
Hallowëll !
All Well !

Autres activités

À LA DÉCOUVERTE DES BEAUTÉS DU CENTRE-VILLE DE JOLIETTE

Nouvelle activité à La Spiranthe.

Avec ton **cell** ou ta **caméra**, joins-toi à nous pour une sortie pédestre apaisante dans les parcs et sentiers de la rivière, autour du centre-ville de Joliette. Émerveillement, joie et sensibilité au programme pour profiter des cadeaux de la lumière automnale.

**Le 25 Octobre 2025
De 14h à 15h30**

**ACTIVITÉ
GRATUITE**

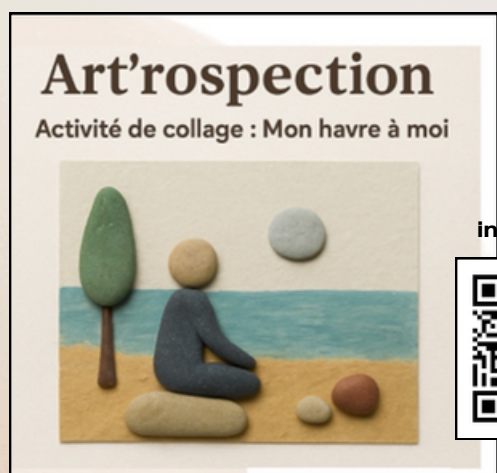
Michel Bilodeau, photographe amateur, nous servira de guide. Ce n'est pas un cours de photographie. Pas de prérequis nécessaire.

Rendez-vous à l'Hôtel de Ville de Joliette, 614, boulevard Manseau.
SVP vous inscrire : info@laspiranthe.org

En cas de pluie elle sera reportée.



Photo de Louise Hérard lors d'une promenade avec M. Bilodeau



Infos et
inscriptions



Activité introspective en arts visuels nous invitant à nous représenter, à travers un collage de pierres lisses, dans un lieu réel ou imaginaire qui procure un sentiment de calme, de sécurité ou d'inspiration. L'objet réalisé pourra être rapporté à la maison. Le matériel sera fourni.

Animée par :
Stéphanie Thibault,
éduc. spécialisée et
praticienne en art
thérapie.

**Samedi 29 novembre
14 h 30 à 16 h 30
Salle l'Arsenal de Joliette
585, rue Archambault**

Pour petits et grands.

ATELIER CRÉATIF DES SENS ET DES MOTS Un rituel de célébration de soi

Animé par **Marie Watiez**
Facilitatrice en Art de l'autolouange

**Membre : 20 \$ ou 25 \$
Non-Membre : 25 \$**

Dimanche 7 décembre maximum de
14 h à 17 h 12 personnes,
Salle l'Arsenal de Joliette priorité aux
585, rue Archambault membres

Cette activité offre un espace de partage pour explorer sa créativité, écrire ce qui jaillit en soi, proclamer sa parole afin d'honorer sa grandeur et celle des autres.

C'est une invitation à écouter la poésie de sa voix intime, à oser l'exprimer et la dire en "Je" avec emphase et authenticité en reliance au groupe. C'est un appel à clamer sa joie d'exister et à affirmer sa place dans le monde, en profonde connexion avec le Vivant.

L'art de l'autolouange est un processus. Il nourrit l'estime de soi et la dignité de chaque personne au sein d'une communauté.

Tarification des activités et modalités de paiement *



Le Conseil d'administration a établi une norme de **tarification préférentielle pour les membres. Par atelier** et selon leur situation économique, **les membres** pourront choisir l'un de ces **3 tarifs** :

- **15 \$ (économe)**
- **20\$ (standard)**
- **25\$ (solidaire)**



Il n'y a qu'un **seul tarif** pour les **non-membres soit 25\$** par atelier.



Le tarif de certaines activités pourra être plus élevé si des frais le justifient (transport, matériel, ressource spécialisée). Toutefois, les membres vont toujours bénéficier de tarifs préférentiels.

MODALITÉS DE PAIEMENT

- 1) en ligne** avec votre carte de crédit ou de débit via les codes QR qui mènent à la plateforme d'inscription Zeffy.
- 2) via un virement interac à info@laspiranthe.org**
- 3) sur place en argent comptant**



Les projets

Fête O'Parc 2025 : Nous avons déposé un projet intergénérationnel dans le cadre du Programme Fête O'Parc de Joliette. La demande a été refusée. Bel adon, les récipiendaires de la subvention nous ont invité à participer à la Fête O'Parc (voir **Liens avec la communauté**).

Projet **Raconte-toi mon histoire ! :** Une demande de financement à la *Fondation du Groupe Santé Arbec* a été déposée. Le projet RTMH vise l'écriture, par des jeunes de secondaire 5, de textes inspirés du vécu d'aînés du Centre Heather de Rawdon avec lesquels ils seront jumelés. Par ce projet, nous espérons que des liens pourront se développer et perdurer au-delà du projet. Nous avons eu vent que la subvention nous serait accordée en partie mais le projet n'a encore pu débuter, nos deux partenaires étant en situation de surcharge de travail.



Louise Hérad à l'accueil le matin. Marie Bellehumeur a pris la relève en après-midi.

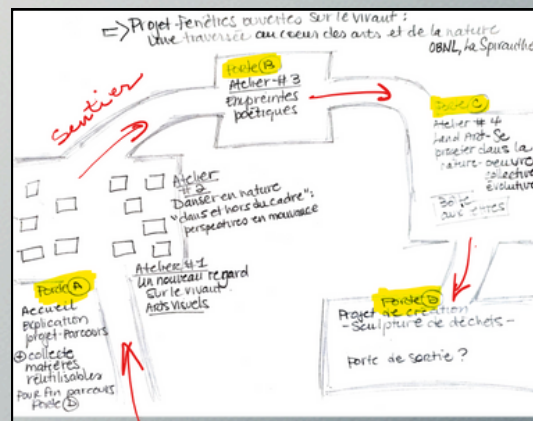
Emploi été Canada : formation d'une relève pour l'animation et le déploiement de *Danse ta nature* : La demande a été acceptée en partie : 1 poste de guide animateur, 9 semaines plutôt que 2 animateurs pour 16 semaines. L'objectif : former une relève pour les parcours dansés en nature *Danse ta nature*. Deux sites étaient projetés : Centre Yewaska de Sainte-Mélanie et le Sentier de l'Île Vessot à Joliette. On a eu la réponse tardivement. On a trouvé une personne qui s'est évaporée après une première rencontre. Marie-Josée n'a pu prendre la relève tel que souhaité en raison de sa charge de travail avec *La Spiranthé*. Le projet est reporté.

Programme de financement de la MRC de la Matawinie : *Culture en nature* : Au milieu de l'été, nous avons appris l'existence du programme *Culture en nature* pratiquement fait sur mesure pour *La Spiranthé*. Cette initiative met en valeur le patrimoine naturel, favorise la créativité, la conscience écologique et le sentiment d'appartenance au territoire.

Malgré les très courts délais, on s'est mobilisé pour produire le projet « *Fenêtres sur le vivant : une traversée au cœur des arts et de la nature* ». Celui-ci propose une démarche artistique, sensorielle et collaborative visant à créer du lien entre les citoyens et la nature par le biais des arts visuels, de la danse, de l'écriture poétique, du Land Art et de la sculpture. Nous envisagions réaliser le projet au Parc Régional des Chutes Monte-à-Peine-et-des-Dalles dans le secteur de Sainte-Béatrix. Nous avons reçu un bel appui de la Municipalité mais un accueil plutôt froid du côté de la direction du Parc.

Notre projet n'a pas été choisi mais nous avons reçu de très bons commentaires de la MRC : "Un projet créatif". Au final, les délais de réalisation étant très courts, nous avons été presque soulagés de la réponse négative. La bonne nouvelle, c'est que le projet est construit et prêt à être réalisé.

Un **grand MERCI** aux membres qui se sont mobilisés pour élaborer le projet : **Ghyslaine Beaufort, Pascal Larivière, Annie Jacques, Marie-Josée Vaillancourt et Annie Desrosiers**. Nous tenons aussi à remercier **David Leblanc et François Chevalier** qui nous ont apporté quelques suggestions.



Un visuel du parcours avec les portes

Liens avec la communauté

Cercle de chant intuitif sous la pleine lune chez *La Sorcière du Village*

Après une première expérience de Cercle de chant intuitif sous la pleine lune en juin dernier, le partenariat avec **Esthère Dubois**, La Sorcière du village de Rawdon, a été renouvelé. Celle-ci, nous offre un espace de réalisation en plein air, à même sa cour! Une séance a pu être offerte en septembre. Celle d'octobre a dû être annulée en raison du mauvais temps. **Deux activités sont projetées lors des pleines lunes d'avril et mai 2026.**



Notre offre de services aux organismes

Afin de rejoindre les clientèles plus vulnérables, La Spirante fait appel aux organismes qui les rejoignent. Dans cette optique, la présidente a rencontré quelques directions d'organismes dont **La Hutte, le CJE d'Autray-Joliette et Aux couleurs de la vie**. Des représentants d'organismes et intervenants croisés au fil du temps qui ont démontré un intérêt pour nos activités seront également rencontrés dès que nous aurons précisé notre offre de services. Des travaux sont en cours et nous en sommes à déterminer les tarifs que nous demanderons aux organisations.

Liens avec les instances des 4 MRC que nous couvrons

Des démarches ont été réalisées afin d'obtenir un accès gratuit ou à faible coût à des locaux dans les différentes MRC et municipalités du territoire que nous desservons. Nous avons quelques résultats encourageants dont la salle du Centre communautaire de **Sainte-Béatrix** pour notre événement *Hallowëll ! All Well !* et quelques gratuités dans **St-Charles Borromée**.

Quant aux autres MRC et municipalités, nos demandes seront traitées après les élections municipales. Nous sommes toutefois confiants qu'en 2026, des portes vont s'ouvrir qui nous permettront de mieux rejoindre la population des 4 MRC que nous devons couvrir.

Liens avec un Comité de citoyens de Joliette

La présidente a participé à 2 rencontres du *Comité citoyen du Parc Lajoie* à Joliette. Grâce à ce contact, nous avons pu offrir un atelier de danse et tenir un kiosque lors de la Fête O'Parc de Joliette 2025. De même, nous collaborons à la fête familiale de l'Halloween qui aura lieu au Parc Lajoie et à l'Arsenal le 31 mars prochain.



Mot de la fin

Nous effectuons un gros travail de structuration de l'organisme tout en développant des projets créatifs et ce, depuis notre fondation en 2024. Nous en sommes à optimiser nos pratiques administratives et comptables. Nous remercions d'ailleurs Ginette Racine qui a produit les états financiers annuels 2024-2025 avec l'ex-trésorière Ève Montpetit. Merci à Xavier Gillet, notre nouveau trésorier, qui a pris la relève et est en train d'organiser notre système comptable.

Par ailleurs, bien que la réponse sur le terrain soit très positive, nous disposons de peu de ressources. Pour que notre croissance perdure, il nous faut plus de gens impliqués. Or, le contexte actuel est exigeant pour plusieurs et il nous faut respecter les limites de chacun. Il faut savoir aussi que notre membership n'a pas beaucoup bougé depuis l'AGA et avec les derniers développement, nous pensons qu'il serait temps de recruter de nouveaux membres.

Nous sommes à la croisée des chemins.

On a besoin de renfort pour des tâches administratives, au niveau des communications et des finances (coup de main au niveau des demandes de financement), au Comité Accueil et vie associative et au Comité Promotion.

Si vous avez un intérêt pour le poste vacant au Conseil d'administration, merci de nous en faire part.

Conformément à notre souhait de fonctionner avec les rythmes de la nature (biodynamie), nous devrions ralentir la cadence dans les prochains mois.

À l'exception du *Hallowëll ! All Well !* festif et ludique et du rendez-vous convivial des membres d'avant Noël, nous allons opter pour des activités plus contemplatives, introspectives et intimistes telles l'activité de photographie en extérieur à Joliette, *Art'rospection : Mon havre de paix* et *Des sens et des mots : rituel de célébration de soi !*

Nous vous invitons à suivre notre page Facebook pour les actualités. Nous faisons de notre mieux pour mettre à jour le site web.

Gratitude pour nos bénévoles

