

Qu'est-ce qui vous a amené à entreprendre ce challenge ?

C'est toute une histoire ! Ma conférence dure une heure et en général les gens comprennent à la fin pourquoi j'ai fait ça. D'abord, j'ai toujours rêvé d'être la 1ère à faire quelque chose. J'ai d'abord découvert la voile puis j'ai vu qu'il était possible de traverser un océan à la rame, ensuite je suis tombée amoureuse de mon bateau !

Qu'est-ce qui vous apportait du réconfort durant cette épreuve ?

Je célébrais plein de petites choses dès que je pouvais. Chaque chose de bien qu'il m'arrivait, je le transformais en une fête. Je passais beaucoup de temps à rire.

Votre ressenti en quittant la rive ?

Soulagée mais épuisée par toute la préparation car je ne m'étais pas entraînée depuis 5 mois. Pourtant j'étais aussi soulagée de voir les terres s'éloigner.

Votre sentiment à l'arrivée ?

L'incompréhension. Je me suis sentie dépassée par les événements, je n'avais même pas eu le temps de réaliser mon accomplissement.

Votre plus grande difficulté pendant la traversée ?

Descendre dans l'eau pour nettoyer mon bateau... J'ai toujours eu peur de l'eau.

Dans quelle mesure ce voyage a changé votre vie ?

J'ai changé de travail ! En réalité, c'est surtout le succès qui a changé dans ma vie. Avant ma traversée, c'est moi qui devais demander aux autres pour avoir de la visibilité, des commandites... Maintenant, on vient me trouver et je dois apprendre à dire non tout en continuant de travailler très fort.

Comment l'avez-vous surmontée ?

Un jour, j'ai rencontré une enfant malade qui m'a dit que je devais affronter mes peurs. C'est ce que j'ai fait. Pour arriver à plonger, je me suis faite aider d'une psychologue pour surmonter ma peur grâce à la visualisation. Cette technique m'a même permis de rendre les requins sympathiques dans mon esprit ! Aussi, je m'accordais 10 minutes pour avoir peur avant d'entrer dans l'eau, pas plus.

Et celle des autres ?

C'est sûr que la vie de mon équipe a changé comme la mienne. Puis, je reçois aussi beaucoup de mots de personnes qui me disent que j'ai changé leur vie. Il faudrait leur demander mais je crois que cette expérience est inspirante pour les gens.

Un conseil pour les planificateurs à la recherche de commanditaires ?

Toujours se demander ce qu'on peut apporter aux commanditaires, se mettre à leur place. Par exemple, je savais qu'il y avait un lien évident entre les bienfaits des produits de mon partenaire Bio-K Plus et l'aventure que je m'apprétais à vivre.

Un projet dans un avenir proche ?

Mettre toute cette aventure sur papier !

Par Laura Bony

FORUM DES FONCEURS

avec Mylène Paquette

À 11 h 09 heure de France (05h09 au Canada) le 12 novembre 2013, après 129 jours en mer, 10 chavirages et des vagues de plus de dix mètres, Mylène Paquette devenait la première nord-américaine à traverser l'océan Atlantique Nord, à la rame en solitaire - de Halifax à Lorient. C'est ce que vous pourrez lire sur www.mylenepaquette.com. Pour ma part, je souhaiterais introduire Mylène Paquette comme une personnalité bien singulière et comme une narratrice honnête et captivante. Mylène maîtrise l'art de faire revivre sa prouesse tout en humour et en émotion, avec toute l'authenticité qui lui est propre, sans rien enlever à l'exploit sportif et humain qu'elle a réalisé.

Crédits photo : Patrick Mével Photographe