

Rapport Annuel

Cinq années
de connexions.

MOT DE L'ÉQUIPE

Constater le chemin parcouru

On a parcouru nos premières cinq années de vie. Cinq années à travailler sur nous, à nous définir, à nous questionner. À tester certaines approches et à en laisser d'autres de côté. Cinq années nous semblent être un jalon important. Pas nécessairement parce qu'il s'agit d'un chiffre rond qui s'additionne facilement; mais plutôt parce qu'à travers cette période, on s'est posé les questions pour définir notre camp de base, notre identité. On s'est outillé, on s'est pratiqué et surtout, on est allé à la rencontre des milieux qui nous définissent : le sport, les affaires, les militaires et les arts de la scène. Cette rencontre s'est manifestée dès le tout début (Allô Chris, François, Cass!) pour co-construire une organisation qui redéfinit l'expérience de transition.

Mais les réflexions ont rapidement dépassé la sphère de ces trois compagnons. Elles sont venues de partout : des membres et des partenaires. L'objectif était de faire évoluer Quatre-Chemins vers l'organisme interconnectée qu'elle est aujourd'hui. En ayant toujours en tête cet esprit de partage des univers. Seul, on va vite; ensemble, on va loin, comme on dit!

Même si cette co-construction peut sembler complexe, surtout provenant de milieux en apparence si éloignés, elle est la base même de qui on est. C'est notre terrain de jeu pour trouver des réponses au défi qu'est la transition dans une société rythmée par la performance.

C'est cette interconnectivité qui est la force de Quatre-Chemins.

C'est cette collaboration qui nous a permis de solidifier nos assises, de nous développer.

C'est elle qui nous permet, aujourd'hui, d'affirmer clairement qui nous sommes. Quatre milieux, quatre services et un seul organisme à la croisée de tout cela : Quatre-Chemins.

Nos bases sont solides. Nos outils sont définis. Notre réseau s'agrandit. On se sent prêt à élargir nos horizons dans les prochaines années afin d'outiller de plus en plus de personnes à reconnecter avec elles-mêmes dans le but d'entretenir une relation saine avec la performance et leur transition.

- L'équipe de Quatre-Chemins



Table des matières

Quatre-Chemins en bref	5
Notre transition	8
Nos services	9
Notre approche	11
Retour sur 2024-2025	13
Notre impact	20
Notre vision pour la suite	23
Nos partenariats et finances	32
Notre équipe	42
Notre gouvernance	43
Remerciements	44

« Quatre-Chemins c'est un lieu de rencontre avec les autres et avec soi. C'est un écosystème de connexions qu'ensemble, avec les membres, les partenaires et l'équipe, nous nourrissons afin de faire en sorte que plus de personnes vivent en adéquation avec leur nature profonde. C'est un projet de vie. »

- Cass



**“C’est un
écosystème de
connexions...”**



OBNL

Depuis octobre 2020



affaires



sports



militaire



arts +



4 milieux clés



5 années d'existence

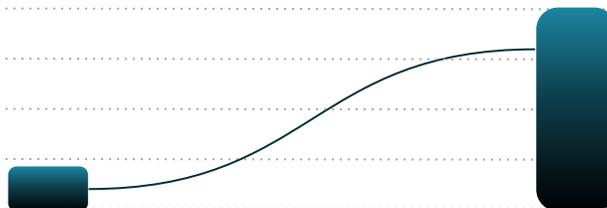


603 participant-e-s en chemin



3 équipiers

15 équipiers



Une équipe **flexible, agile et passionnée.**



2 villes desservies

Québec

Montréal

4 services uniques et réfléchis



Parcours

Camp de base

Bivouac

Soirée grandes Transitions

5 partenariats alignés à notre vision



NOTRE IDENTITÉ

C'est quoi, passer par Quatre-Chemins

Notre vision du monde :

Nous aspirons à une société où chaque personne vit en adéquation avec sa nature profonde; une société où nous avons appris à se (re)définir au-delà de nos accomplissements.

Parce qu'en solo, le changement peut être difficile à vivre, on nourrit les liens d'une communauté dynamique pour accompagner celles et ceux qui ont envie que le prochain cycle de leur vie soit synonyme de cohérence et de paix.



La mission qui nous anime

C'est de transformer l'expérience de transition de personnes issues de milieux où la performance occupe une place importante tels que le sport, les forces armées, les entreprises et les arts de la scène.

On l'accomplit lorsque nos membres se sentent outillés pour prendre en charge leur bien-être, honorer leurs expériences passées et se sentent prêts à amorcer un nouveau cycle.

Bien plus, on accomplit notre mission lorsque nos membres se sentent capables de soutenir celles et ceux qui en ont le plus besoin dans leur entourage.

« Quatre-Chemins c'est là où je me retrouve pas à pas, au travers des différentes histoires partagées, c'est aussi là où j'essaie de faire autrement que d'habitude. »

– François-Xavier



**“Faire autrement
que d’habitude...”**



NOTRE TRANSITION

Les cinq dernières années nous ont permis de mettre en place des bases solides, construites grâce à une collaboration indéniable de tous nos milieux.

2020

Création de l'organisme et consolidation du partenariat avec la **Fondation Aléo** côté sport.

2022

La Maison des Champions devient officiellement **Quatre-Chemins**.

2024

Début de la collaboration avec **Le Sentier**, organisme de soutien psychosocial aux vétérán-e-s.

2021

Début du partenariat triennal avec **Desjardins** et lancement de la collaboration avec la **Fondation québécoise des Vétérans**.

01 | 2021

Premier Parcours de Quatre-Chemins, co-construit avec agilité malgré la pandémie, porté par une équipe interne de 3 personnes.

2023

Début d'une nouvelle collaboration avec **Plan de Match**, soutien aux athlètes du Comité olympique canadien.

2025

Expansion et transitions : équipe portée à **15 personnes**, Parcours offerts **au-delà de Montréal**, gouvernance renforcée et affirmation claire de l'identité : **Quatre-Chemins, Quatre milieux, Quatre services**.

09 | 2025

Début d'un **projet doctoral** de la chercheuse Florence Lessard, en collaboration avec l'Université du Québec à Montréal, dans le cadre d'un doctorat en psychologie clinique, section psychologie du travail et des organisations.

2020-2023

Croissance organique de Quatre-Chemins grâce au bouche-à-oreille et aux liens tissés avec des organismes partageant notre mission.

2022-2023

Partenariat avec le **Centre St-Pierre** et inauguration de la **salle Quatre-Chemins**, pour mieux accueillir nos membres et contribuer à l'écosystème du Centre.

NOS SERVICES

12 mois



LE PARCOURS

Accompagner un groupe sur 12 mois pour se (re)découvrir, mieux se comprendre et franchir les prochaines étapes de sa vie.

4 groupes / année
8-12 participant-e-s
10 rencontres
3-4 cordées



2 jours



CAMP DE BASE SAISONNIER

Séjour immersif pour déconnecter du quotidien, s'apaiser et prendre un pas de recul dans un cadre naturel et au rythme des saisons.

2 camps / année
12-20 participant-e-s
1 séjour en nature



2 heures



BIVOUAC

S'offrir un espace-temps plus court et à un rythme différent pour contraster avec son quotidien et ainsi jouer avec les questions qui émergent.

6 bivouacs / année
8-12 participant-e-s
2-3 heures



1 soirée



SOIRÉE GRANDES TRANSITIONS

Explorer le changement et les transitions ensemble à travers le témoignage de personnes ayant vécu de grandes transitions.

2 soirée / année
~100 participant-e-s
1 panel de conférence





« Quatre-Chemins c'est un endroit pour
prendre le temps, écouter les autres et s'
écouter. »

– Jean-Pierre

“Écouter les
autres et s’
écouter...”



NOTRE APPROCHE

Perspectives

LA RENCONTRE DES MILIEUX

On a la croyance fondamentale qu'on gagne à échanger nos perspectives avec des personnes issues de milieux différents du nôtre.

Affaires
Sports
Militaire
Arts de la scène

Rythme

LES CHANGEMENTS DE RYTHMES

(Re)définir ce qu'on souhaite réellement pour son prochain cycle de vie peut prendre du temps. Pour y arriver, on ne suit pas nécessairement un long fleuve tranquille.

Durée
Récurrence
Saisonnalité

Autonomie

NAVIGUER DANS DIFFÉRENTS ÉCOSYSTÈMES

Dans une perspective d'interdépendance et d'équilibre, on encourage les participant-e-s à prendre part à d'autres activités et communautés. On a l'intime conviction de fournir des solutions variées, mais la transition peut passer par un infini d'avenues, alors pourquoi se priver?

Ensemble

UNE COMMUNAUTÉ DYNAMIQUE

La transition peut mener à l'isolement, à l'idée que c'est un «problème à régler seul». C'est pourquoi on s'invite à explorer notre lien à l'environnement, aux autres et à soi. Notre interconnexion se veut une force sous-estimée.



« Quatre-chemins, c'est un endroit *safe* et ouvert où je me sens libre de partager tout ou rien! C'est le parfait endroit pour prendre le temps de prendre le temps»

- Marie-Lou

“Je me sens
libre de
partager...”





Retour sur 2024-2025

Des apprentissages qui ont
marqué notre année.

LES SERVICES ET PROGRAMMES POURSUIVENT LEUR ÉVOLUTION

Bivouacs : une pause trimestrielle

Le Bivouac est devenu un rendez-vous trimestriel! Cela a permis d'accueillir 25 personnes le temps d'une soirée et de prendre le temps d'explorer un des thèmes proposés. L'écoute et la reconnaissance de son corps et de ses réflexes ont servi de guides pour ouvrir et étendre les réflexions des participant-e-s. Il devient plus clair que cet espace permet de :

- Soutenir les membres de Quatre-Chemins en leur proposant un contexte favorisant la poursuite de leur exploration d'eux-mêmes. C'est un lieu où ils peuvent se pratiquer à utiliser les outils découverts lors d'un parcours, sans jugement et à leur rythme.
- Favoriser l'exploration d'un thème avec un rythme contrastant pour toute personne qui le désire et lui permettre d'y réfléchir sans trop de pression.
- D'inviter un.e ami.e à partager ce moment.

Parcours : un départ à Québec

Trois groupes de Parcours ont terminé entre juillet 2024 et juin 2025, tandis que quatre autres groupes ont débuté. Il s'agit de la première année où on soutient un rythme de quatre groupes en même temps. Ça roule!

Le plus grand changement est le début d'un groupe à Québec. Le début de l'essaimage de Quatre-Chemins et plus particulièrement vers Québec a permis de se poser plusieurs questions, notamment sur les éléments essentiels de l'espace des rencontres, des processus d'accueil et de l'équipe de facilitation. Ainsi, on a aménagé un espace dans les locaux du Sentier à Québec. L'équipe de facilitation a grandi afin de soutenir l'évolution de la demande. C'est une belle transition qui nous rend fiers.



LES SERVICES ET PROGRAMMES POURSUIVENT LEUR ÉVOLUTION

Camps de base : opportunité de contribution pour les membres

Du côté des Camps de base, on a maintenu le même rythme. Il devient visible qu'il est pertinent d'offrir les camps de base dans un lieu qui se situe entre Montréal et Québec. On a donc testé un nouvel endroit : L'Espace du Carmel! Bonne nouvelle, il a été apprécié par tous. Cet espace a contribué à offrir beaucoup de flexibilité et également a permis de mettre en place un contexte de bénévolat pour soutenir la logistique des repas. Les camps de base sont aussi un lieu idéal pour explorer l'offre de contribution pour des membres. Nous avons eu deux membres qui se sont occupés de la gestion des repas et de la cuisine tout en profitant du contexte du Camp. Nous allons continuer d'explorer les différentes opportunités de contribuer à Quatre-Chemins au cours de la prochaine année.

Nouvel ajout : Soirée grandes Transitions

Le plus grand changement du côté des services est la création des soirées grandes Transitions. [Le 28 janvier c'est près de 100 personnes](#) issues des milieux du sport, des forces armées canadiennes, des affaires et des arts de la scène qui se sont réunies pour ouvrir une conversation franche sur les transitions de premier plan qui jalonnent une vie. Le succès de cet événement nous a démontré l'importance et l'intérêt de créer des espaces plus « grands publics » afin de semer des graines. Un des faits saillants de l'événement fut la rencontre des milieux dans la création de l'événement. Un merci particulier à Patricia Demers et son équipe de La Fondation Aléo et Chloé Deraiche et son équipe du Sentier qui ont directement contribué à l'organisation de l'événement.



ensemble.

« Jamais auparavant je n'avais entrevu la possibilité que ma transition hors des Forces armées canadiennes pourrait ressembler à la transition d'une personne « civile » vers un autre rôle dans sa vie. »

– Hélène



**“Hors des
forces... avec
des civils”**



UNE ÉQUIPE QUI GRANDIT

Une escapade créative porteuse

On voit plus clairement :

Les moments qui contribuent à nous (re) connecter. Et cela est passé par une escapade créative bien ficelée. En mai, on a passé deux jours presque toute l'équipe ensemble! On était 13 lors de cette escapade créative (« retraite stratégique »), pour ceux qui aiment le langage plus corporatif) pour d'abord et avant tout passer du bon temps ensemble!



Une première rencontre

C'était la première fois que certains membres de l'équipe faisaient connaissance !!

De cette escapade, sont ressortis de grandes trails de développement pour la prochaine année :

- les communications,
- l'essaimage,
- le développement philanthropique,
- le développement de l'offre.

Pendant que de nouveaux partenariats sont en développement, on a également choisi de déposer une demande pour devenir un organisme de bienfaisance enregistré. Elle a été déposée en mai.

NOTRE MISSION AU-DELÀ DES SERVICES OFFERTS

Les journées Quatre-Chemins

On tient à soutenir des espaces de rencontres, en dehors des services qu'on offre, que ce soit par notre présence dans différents événements ou bien par nos propres activités.

En effet, chaque premier mardi du mois, on ouvre notre local du Centre St-Pierre pour les journées de la communauté Quatre-Chemins. Les membres peuvent venir faire un tour, passer la journée ou faire comme bon leur semble! Les contributeurs les plus impliqués (l'équipe interne) y est pour la journée. En juin, on a également tenu notre BBQ familial.

Une année bien remplie

Pour continuer à nourrir nos partenariats et à soutenir notre désir d'interconnectivité, dans la dernière année, on a participé à différents événements organisés par nos partenaires :

- la journée SCAN de l'Unité de Transition de la base militaire de Valcartier,
- le Salon des Vétérans,
- le Forum Respect,
- la journée de clôture du programme Leadership McCall MacBain de la Fondation Aléo,
- la journée Plan de Match,
- le panel de transition à la base militaire de St-Jean-sur-Richelieu.

Ce sont ces échanges informels qui nous permettent de rester connectés avec les besoins réels des milieux qu'on dessert.





« Quatre-Chemins, c'est un rendez-vous avec le mouvement, un peu comme si tout devient plus flou et plus clair pendant quelques heures. Et puis comme ça, je peux jouer avec ce que je "sais" et prendre mes passagers par la main. »

- Cloé

“Tout devient plus flou et plus clair...”





Notre Impact

De 2020 à aujourd'hui

DEPUIS 2020

603 personnes sont passées par Quatre-chemins en 5 ans! Ce sont 603 personnes qui sont venues s'aventurer dans l'exploration de leur identité avec nous. On sent de plus en plus une ouverture à parler de transition et à décélérer pour mieux se retrouver.

MILIEUX

● Affaires

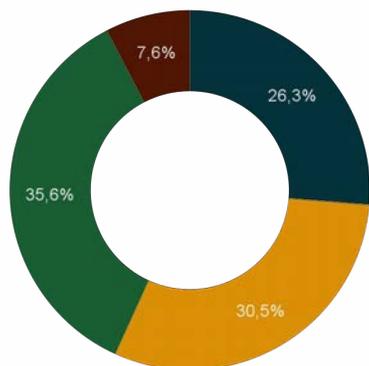
● Sports

● Militaire

● Arts et Autres

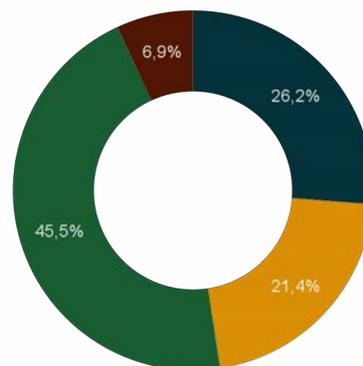
Participations – Parcours 2020-2025

118 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires



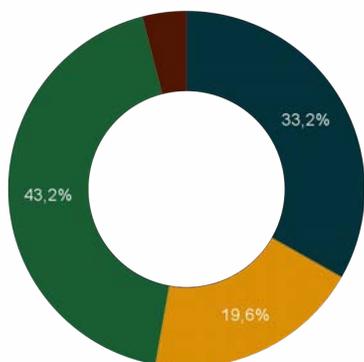
Participations – Camps de base 2020-2025

145 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires



Participations – Bivouacs 2020-2025

166 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires



2024- 2025

Les initiatives de la dernière année nous ont permis de découvrir 104 personnes de plus qu'en 2023-2024!

La variété des services offerts et la nouvelle structure de l'accueil a permis d'accueillir de nouvelles personnes tout en conservant une représentation équitable des milieux. Ça augure bien.

MILIEUX

● Affaires

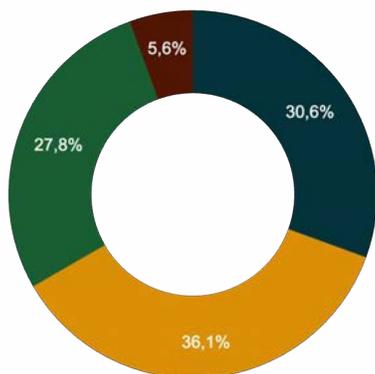
● Sports

● Militaire

● Arts et Autres

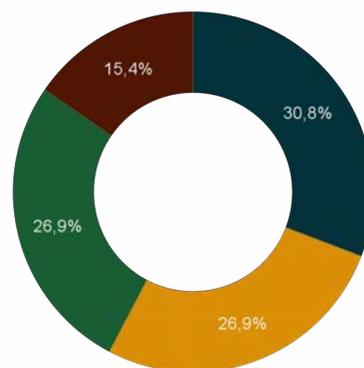
Participations – Parcours 12-13-14-15

36 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires



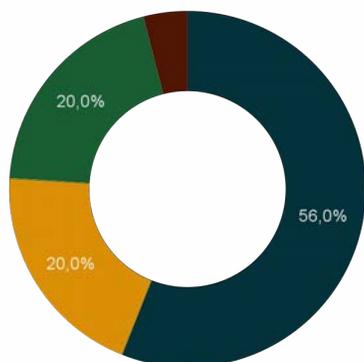
Participations – Camps de base

26 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires



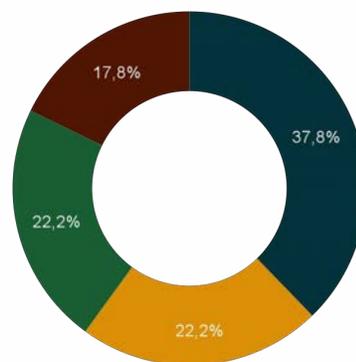
Participations – Bivouacs

25 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires



Participations – Soirée grandes Transitions

90 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires





Notre vision pour la suite

Nous aussi on se pose de
grandes questions

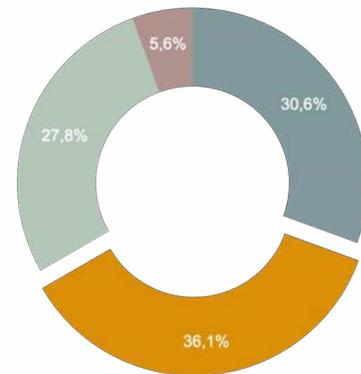
Sport : un achalandage lié au cycle olympique

12 des 13 personnes provenant du milieu du sport étaient des athlètes d'été. Les parcours du mois de janvier, avril et mai 2025 ont accueilli 5 athlètes ayant participé aux Jeux olympiques de Paris 2024. Puisque les sports olympiques basés à Montréal sont principalement des sports d'été, on a remarqué que le cycle olympique avait une influence sur la provenance des athlètes.

On a constaté qu'une période de « retour à la normal » est nécessaire avant que les athlètes participants aux Jeux sentent le besoin de se tourner vers Quatre-Chemins. Ce qui est tout à fait normal. Les Jeux sont tout de même des accélérateurs de questionnements.

Participations – Parcours 12-13-14-15

36 participant-e-s, par milieux d'attachements identitaires



MILIEUX

● Affaires ● Sports ● Militaire ● Arts et Autres



Ce que ça signifie pour la suite

On se prépare, avec nos partenaires, pour le printemps et l'automne 2026 afin d'accueillir les athlètes qui se sentiront à la croisée des chemins après les Jeux de Milano-Cortina.

Sport : un écosystème local à considérer

Autre constat :

Le processus vers le Parcours est de plus en plus fluide! Par contre, on constate que l'écosystème sportif à Québec est différent de celui de Montréal. Notre apprentissage principal, suite au début du Parcours à Québec, est que les athlètes actifs.atives dont le lieu d'entraînement est à Québec sont rarement physiquement au Québec, comparativement aux athlètes basé.e.s à Montréal qui sont en fin de cycle.

Ce que ça signifie pour la suite

On est en mouvement! On souhaite tisser des liens avec des institutions universitaires de la région, ce qui permettrait d'accueillir des athlètes qui habitent dans cette région à l'année. De plus, un-e étudiant-e-athlète universitaire a un parcours athlétique prédéfini en raison des années d'éligibilité.



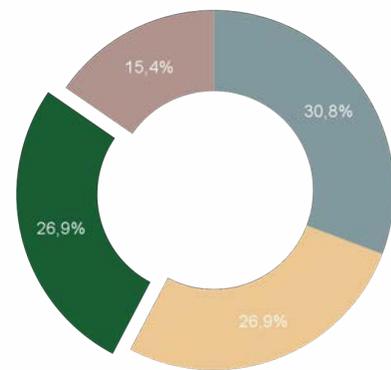
Militaire : nourrir les liens avec les unités de transition

Depuis le début de l'organisme, les bénéficiaires militaires étaient le groupe le plus représenté! Cette tendance a connu une diminution en 2024-2025. D'une part, cela a contribué à un plus grand équilibre dans la représentation des milieux. D'autre part, cela indiquait qu'on arrivait peut-être à un essoufflement du bouche-à-oreille dans ce milieu.

C'est pourquoi, on a focalisé notre énergie du printemps sur renforcer nos liens avec les Unités de Transitions. On a également participé, en collaboration avec Le Sentier, à un panel de transition sur la Base militaire de St-Jean-Sur-Richelieu le 12 juin dernier.

Participations – Camp de base

26 participant·e·s, par milieux d'attachements identitaires



MILIEUX

● Affaires

● Sports

● Militaire

● Arts et Autres



Ce que ça signifie pour la suite

On se tourne vers les unités de transitions situées dans la grande région de Montréal pour nourrir et tisser des liens structurants tout en maintenant les liens avec la Base de Valcartier.

« Quatre-Chemins c'est une multitude de personnes que je n'aurais pas nécessairement eu la chance de croiser sur ma route, mais qui m'ont apporté plus de perspectives sur moi et sur la vie que je n'aurais pu le croire avant de commencer mon aventure avec eux.»

– Fred

“Plus de perspectives sur moi et sur la vie...”



Affaires : Les activités courtes; c'est plus naturel

MILIEUX

● Affaires

● Sports

● Militaire

● Arts et Autres

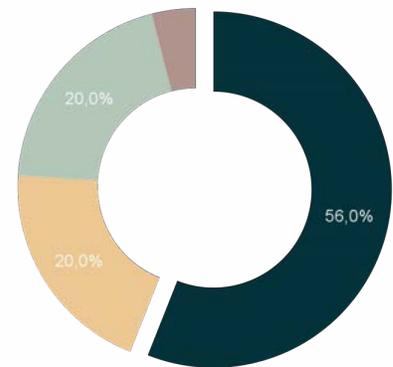
On a constaté que les bivouacs et la soirée grandes Transitions avaient accueilli un plus grand nombre de personnes provenant du milieu des affaires. On croit qu'une des raisons possibles est que la formule courte et en fin de journée est un format connu et sécurisant dans le milieu des affaires.

Ce que ça signifie pour la suite

Dans la prochaine année, on désire aller à la rencontre de partenaires potentiels en co-crédant des Bivouacs et panel de grandes Transitions pour ouvrir la conversation autour de notre rapport à la performance, au bien-être et notre attachement identitaire aux résultats; et ce, directement chez eux. Quatre-Chemins sera en visite.

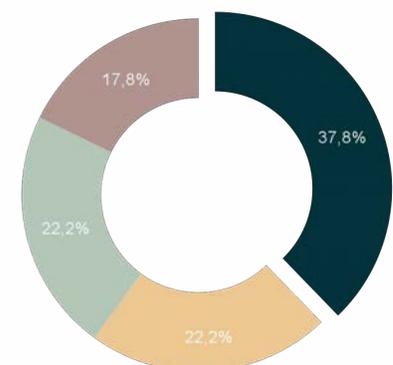
Participations – Bivouacs

25 participant·e-s, par milieux d'attachements identitaires



Participations – Soirée grandes Transitions

90 participant·e-s, par milieux d'attachements identitaires



UNE EXPLORATION PAR MILIEU D'APPARTENANCE

Arts : développer de nouveaux liens

Le milieu des arts de la scène s'est ajouté de manière tout naturel au cours des deux dernières années. Notamment, par l'arrivée de Jinny dans l'équipe de facilitation. Jinny a oeuvré dans le milieu du cirque pendant plusieurs années. Lorsque les opportunités se sont présentées, d'autres artistes de cirque se joignent aux différentes activités de Quatre-Chemins. La perspective artistique, davantage ancrée dans le corps, amène une couleur génératrice de nouveaux questionnements.

Ce que ça signifie pour la suite

On sent que l'accueil des participant-e-s des trois milieux d'appartenance d'origines (affaires, sports, militaire) est fluide, on est donc prêt-e-s à se mettre en mouvement afin de tisser des liens avec des organismes qui oeuvrent dans l'accompagnement des artistes de la scène. Plus encore, on souhaite compléter la gouvernance de Quatre-Chemins avec une personne qui a oeuvré dans l'écosystème des arts et des affaires.





« Quatre-Chemins c'est sentir que
chacun est suffisant, tel qu'il est juste là.
Partant de ça, de nouvelles possibilités
peuvent émerger.»

– Jinny

**“Chacun est
suffisant, tel quel...”**



UN PROJET DE RECHERCHE PORTEUR

Comprendre davantage

On avait envie de poursuivre notre aventure en explorant plus formellement l'impact de nos services sur le parcours de transition des participant-e-s qui passent par chez nous. Dans une perspective continue de collaboration et de connectivité, on s'est lié à l'expertise de Florence Lessard, étudiante de première année au doctorat en psychologie de l'UQAM.

Ce projet portera sur l'accompagnement et l'adaptation psychologiques lors des transitions professionnelles majeures, dans le cadre de son doctorat en psychologie clinique, section psychologie du travail et des organisations. Elle s'intéresse aux facteurs personnels qui influencent la réussite d'un changement de carrière, ainsi qu'aux stratégies d'intervention permettant de soutenir la résilience et le bien-être des individus concernés. Cette aventure débutera à l'automne 2025 et aura une durée approximative de trois ans et demi!

BIEN PLUS QU'UN NOUVEL EMPLOI

Des données qualitatives

Ce projet est à ses débuts, mais avec l'accompagnement de Florence et de son équipe, on a déjà des données qualitatives porteuses qui peuvent être regroupées sous quatre grands thèmes. Ces données ont été colligées avant les parcours étudiés et mettent en évidence les besoins et les défis des gens qui viennent vers nous. Ces résultats confirment que la transition de carrière dépasse la simple recherche d'un nouvel emploi. Elle implique une reconstruction identitaire, un réalignement des objectifs de vie et le développement de compétences nouvelles.

Groupe de recherche : Le projet est mené au sein d'un groupe de recherche sous la supervision de la Dr. Geneviève Taylor et le laboratoire 3M : Motivation, Motifs et Mindfulness. Geneviève est Professeure agrégée au Département d'éducation et pédagogie, au sein de la Faculté des sciences de l'éducation à l'UQAM et professeure externe du département de psychologie.

La chercheuse principale est Florence Lessard, étudiante de première année au doctorat en psychologie.



BESOINS IDENTIFIÉS

1

ORIENTATION & CLARTÉ PROFESSIONNELLE

De nombreux participant.e.s expriment le besoin d'identifier leurs compétences transférables et de clarifier leur projet professionnel, afin de mieux orienter leurs démarches de transition.

2

TRANSITION IDENTITAIRE

Le passage d'un environnement spécialisé, qu'il soit sportif, militaire ou professionnel, vers un nouveau secteur d'activités s'accompagne d'une redéfinition identitaire. Ce processus, souvent associé à un sentiment de perte, requiert un soutien adapté.

3

RENFORCEMENT DE LA CONFIANCE ET MOTIVATION

Plusieurs témoignages soulignent l'importance de retrouver confiance en ses capacités, de se sentir utiles et performants dans un nouveau contexte, et de maintenir une motivation durable tout au long de la transition.

4

ACQUISITION D'OUTILS PRATIQUES ET SOUTIEN PERSONNALISÉ

Les participants expriment des attentes claires en matière d'outils concrets (rédaction de CV, préparation aux entretiens, réseautage, exploration de carrières) et valorisent un accompagnement individualisé favorisant leur intégration.

« Quatre-Chemins c'est pouvoir me
pratiquer à nommer ce qui se passe pour
moi et sentir que ça contribue à tisser des
liens authentiques.»

– François



**“Tisser des liens
authentiques...”**





Nos partenariats et finances

Des collaborations qui
perdurent dans le temps

NOS PARTENAIRES

Sports

LA FONDATION ALÉO



«La Fondation Aléo et Quatre-Chemins collaborent ensemble depuis la création de cette dernière. Les deux organisations partageaient et partagent toujours le souci de soutenir les athlètes de haut niveau dans leur transition de carrière. La collaboration s'est intensifiée au fil des années, particulièrement lors de la dernière année où Aléo a collaboré à la tenue du premier événement de plus grande envergure de Quatre-Chemins, regroupant des gens de tous les milieux et de tous les horizons. La directrice générale, ancienne boursière de la Fondation Aléo, a même effectué une collecte de fonds dans le cadre du Marathon de Montréal où elle a couru un demi-marathon et récolté la somme de 3000 \$ qui viendra directement soutenir deux athlètes dans leur parcours chez Quatre-Chemins. Elle agit également à titre de leader dans la grande communauté des boursiers Aléo.»

– Patricia Demers,
directrice générale

Sports

PLAN DE MATCH



GAME PLAN
PLAN DE MATCH
Powered by | Partenaire par
Deloitte.

“Our collaboration with Quatre Chemin has been invaluable in supporting Game Plan athletes through their transition from sport – ensuring they have access to the right resources and helping them build the community and confidence needed to navigate life beyond competition.”

Traduction libre : «*Notre collaboration avec Quatre-chemins a été inestimable pour soutenir les athlètes de Plan de Match dans leur transition après le sport en leur garantissant l'accès aux bonnes ressources et en les aidant à bâtir la communauté et la confiance nécessaires pour naviguer la vie après la compétition.*»

– Shannon Galea,
gestionnaire de programmes Plan de Match

NOS PARTENAIRES

Militaire



LE SENTIER

«Travailler ensemble nous permet de transformer concrètement les transitions des membres de la communauté vétérane que nous accompagnons. Avec Quatre-Chemins, nos interventions sortent des silos et gagnent en puissance. Réunir des perspectives variées, cheminer côte à côte dans les transitions et soutenir les vétérans et vétéranes directement sur le terrain : c'est là que se trouve toute la différence. Quatre-Chemins est devenue un partenaire terrain incontournable, tant pour le référencement des vétérans et vétéranes que pour la défense de leurs droits. C'est un réel plaisir de réfléchir à voix haute avec l'équipe de Quatre-Chemins et de développer différents projets avec cette belle organisation.»

– Chloé Deraiche,
directrice générale

Militaire



LA FONDATION QUÉBÉCOISE DES VÉTÉRANS

« À la Fondation québécoise des vétérans, nous avons une profonde admiration pour l'approche avant-gardiste et inspirante de Quatre-Chemins. En rapprochant des vétérans de tous horizons, des athlètes et des gens d'affaires, Quatre-Chemins crée des liens porteurs qui rendent la transition vers la vie civile plus humaine, solide et enrichissante. »

– June McCabe,
directrice générale

NOS PARTENAIRES

Affaires

DESJARDINS



« Les partages des invités étaient inspirants et démontrent vraiment comment l'approche de Quatre-Chemins place l'humain au cœur de l'expérience de transition, qui va au-delà de la transition d'une carrière. »

– Isabelle Longchamps
vice-présidente Talents

extrait tiré du communiqué de Presse du 28 janvier 2025



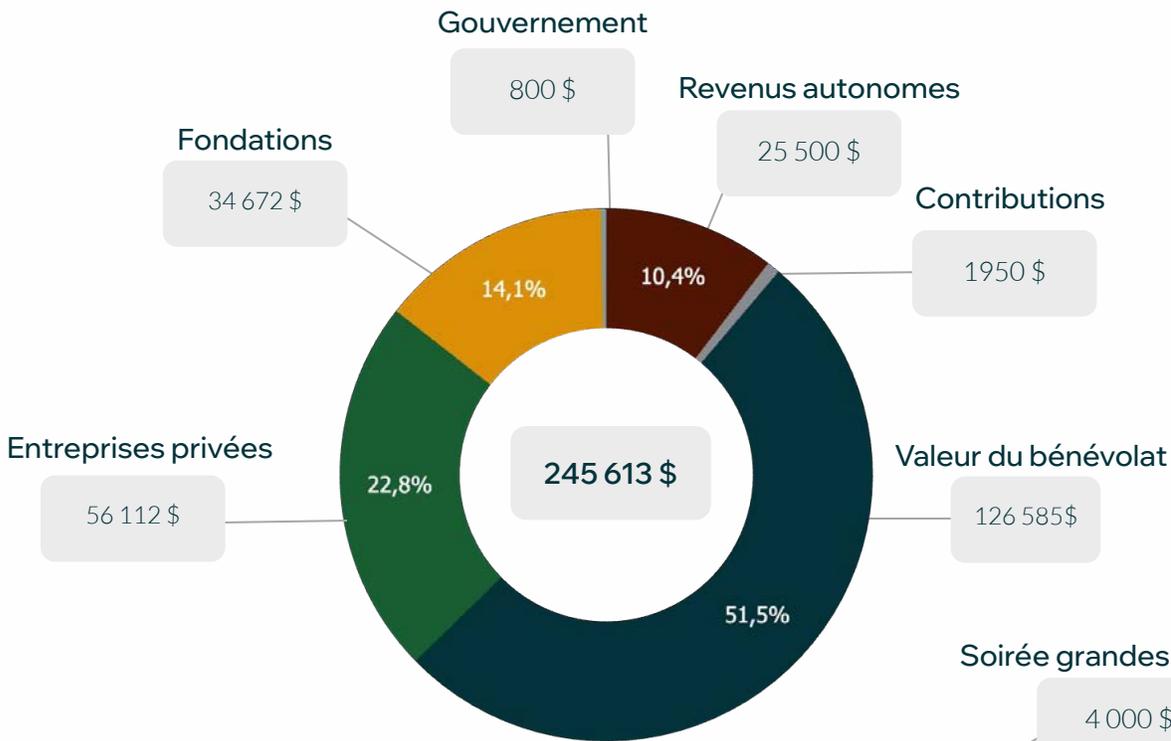
“Y’a un feu...”



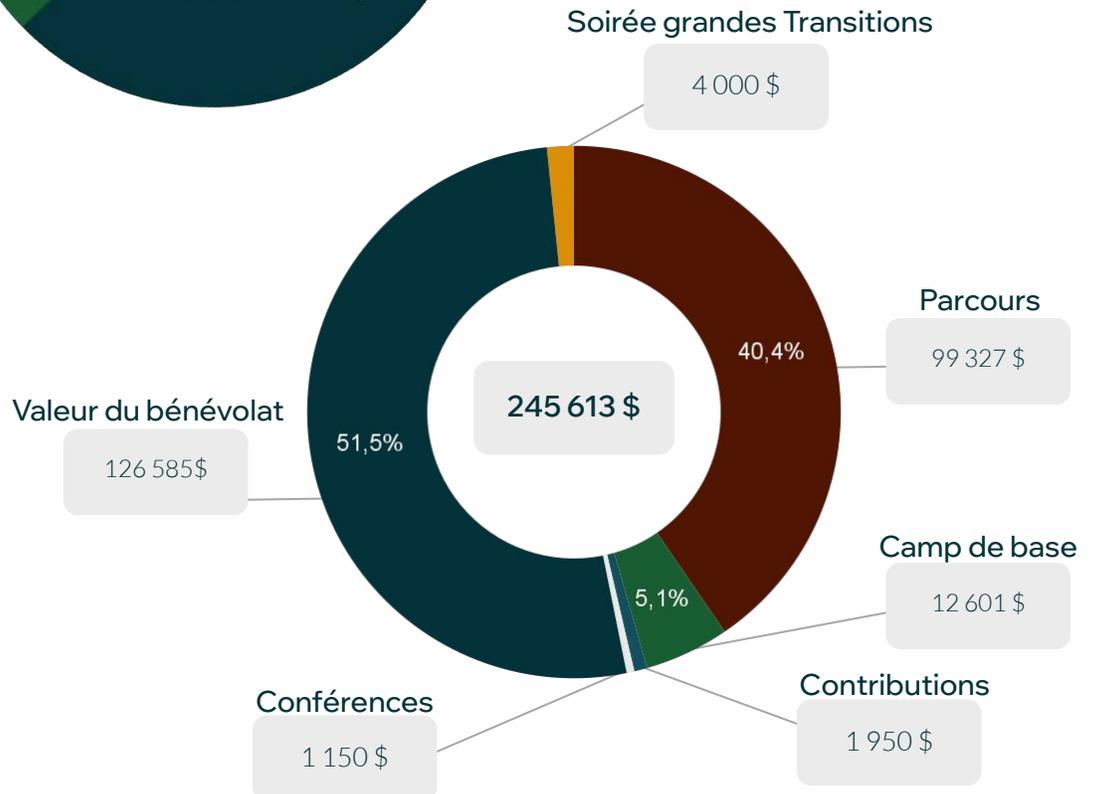
ÉF 24-2025

Quatre-Chemins est arrivée à une croisée des chemins, une nouvelle transition s'impose. La dernière année en fût une d'investissement et d'essaiage.

Revenus



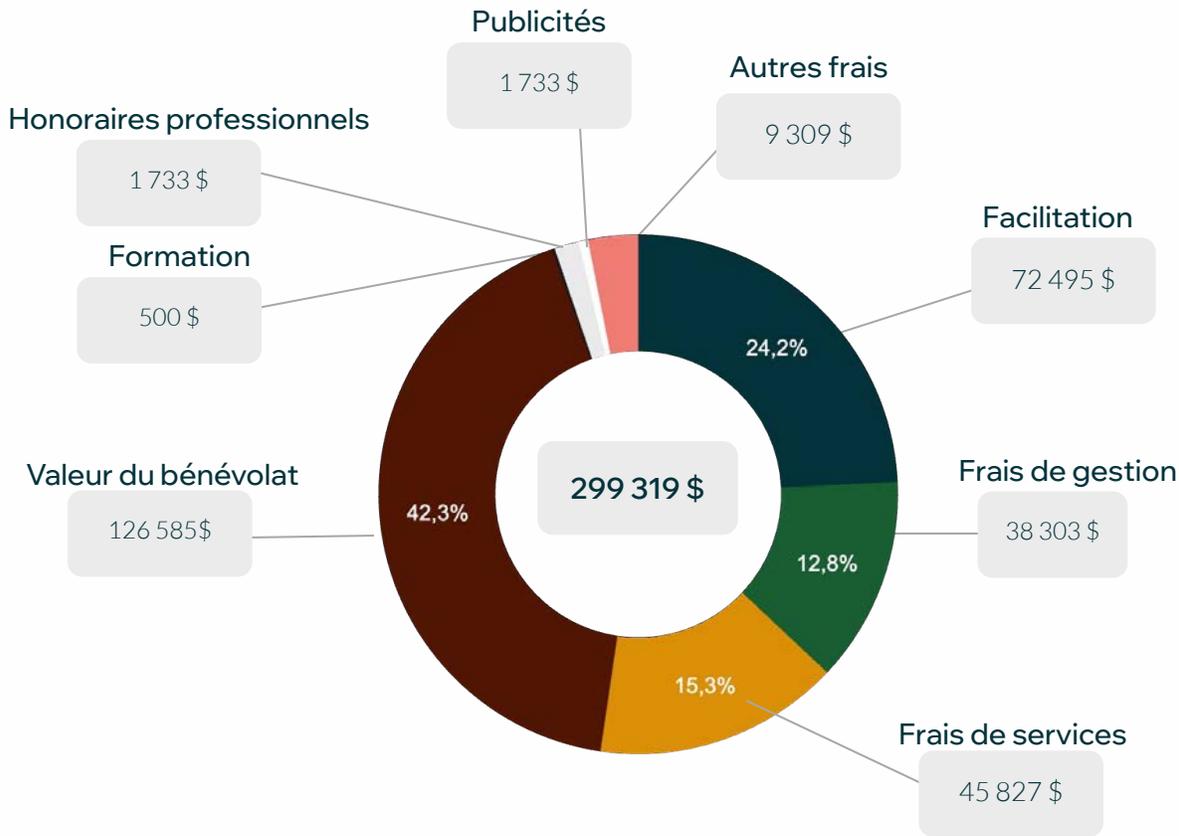
42 316\$
Actif net à la fin de l'exercice au 30 juin 2025



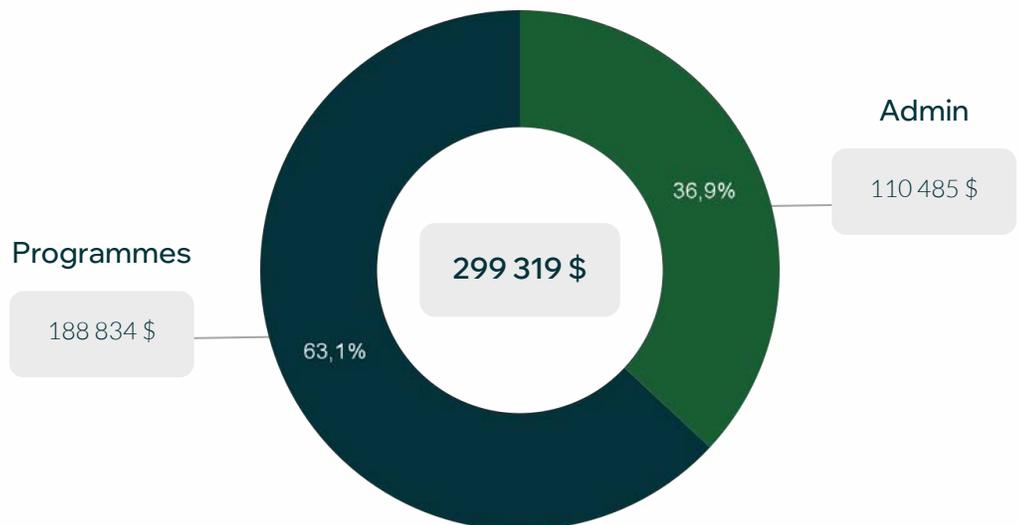
ÉF 24-2025

Quatre-Chemins est arrivée à une croisée des chemins, une nouvelle transition s'impose. La dernière année en fût une d'investissement et d'essaiage.

Dépenses



42 316 \$
Actif net à la fin de l'exercice au 30 juin 2025



On est à la croisée des chemins

Le rythme de la demande est plus rapide que l'arrivée des fonds :

Quatre-Chemins est arrivée à une croisée des chemins, une nouvelle transition s'impose. La belle évolution de la dernière année a amené un beau développement du côté des services : on a démarré un Parcours à Québec, l'accueil des bénéficiaires dans les Parcours est fluide, on arrive à offrir et bien mener 4 Parcours par année. La notoriété de Quatre-Chemins est de plus en plus tangible. La Soirée grandes Transitions a généré beaucoup d'intérêt et d'enthousiasme



La relation avant tout

Le fait qu'on puisse compter sur des contributeurs·trices aussi impliqué·e·s que le démontre notre rapport annuel nous permet de prendre le temps de développer des partenariats importants qui sont d'abord et avant tout basés sur une relation de confiance à long terme. Sur papier, nos finances peuvent sembler moins pérennes. Par contre, plusieurs nouveaux partenariats à long terme ont débuté dans l'année 2024-2025 et laissent présager un avenir financier encore plus solide qui ne se verra sur papier que plus tard.

Au 30 juin, les ententes n'étaient pas signées, mais les relations étaient solides. La patience, la confiance et la persévérance feront partie de conditions gagnantes à acquérir pour réussir cette nouvelle transition.



Notre équipe 2025-2026

Une équipe prête pour la
prochaine randonnée.

NOTRE ÉQUIPE

Quatre-Chemins, c'est la somme de tous les humains qui y transitent, mais ce serait impossible de faire cette expédition sans des personnes qui y contribuent plus directement.



Cassandra Poudrier
direction générale
dév. philanthropique
facilitation



Christian Maranda, CD
facilitation



Cloé Fortin
psychologue du travail
facilitation



Elena Grilli-Cadieux
psychologue clinique
facilitation



François Beauregard
dév. philanthropique
facilitation et coaching



François-Xavier Guerrand
1^{er} cordée Bivouacs
facilitation et coaching



Geneviève Caron
facilitation



Hélène Le Scelleur, CD
1^{er} cordée Camp Base
facilitation
accueil militaire



Jinny Jacinto
facilitation
pratienne compassionate
inquiry



Louise Nadeau
gestion de projets



Marie-Lou Morin
accueil sport



Meg Hewings
facilitation



Pierre Gladu
paire-aidance



Samuel Freeman
facilitation



Florence Lessard
analyse d'impact

NOTRE CA

Dans la dernière année, on a fait évoluer notre gouvernance. Christian Maranda, CD, a terminé son mandat tandis qu'on a accueilli Guy Noury, CD, vétéran et avocat militaire comme administrateur.



François Beauregard
Président-secrétaire



Jean-Pierre Parra
Trésorier



Guy Noury, MSM, CD, LLM
Administrateur



Bruno Plourde, CD
Administrateur



Frédérique Lalonde
Administratrice



Cassandra Poudrier
Administratrice

Août 2025

Arrivée de Bruno Plourde, CD

2025-2026

Ajout d'un-e administrateur-trice
provenant du milieu des arts
de la scène

« Nous sommes unanime à honorer l'engagement indéfectible de Chris et sa contribution singulière à la création de Quatre-Chemins, sa gouvernance et la mise sur pieds des services. Lâche, pas. Relax. Comme tu dirais, Onward! »

- La gang de Quatre-Chemins



“It’s all good.”
- C.



Rapport Annuel

Toute reproduction de ce rapport annuel, en tout ou en partie, est autorisée et souhaitée. **Ensemble,** transformons notre expérience de la transition.