

Maison 4:3
présente / presents

une production de / a production of
Vélocité



Les eaux calmes

Calmer Waters

Un film de / A film by
Annie Leclair

DOSSIER DE PRESSE / PRESS KIT

maison4tiers.com/leseauxcalmes

[f](https://www.facebook.com/Maison4tiers.com) [i](https://www.instagram.com/Maison4tiers.com) Maison4tiers.com

Fiche technique / Technical information

Titre / Title	Les eaux calmes / Calmer Waters
Durée / Running Time	48 min. 47 sec.
Année de production / Year of Production	2024
Ratio	16:9
Projection	DCP 2K et / or HD
Genre	Documentaire / Documentary
Pays / Country	Canada
Mix sonore / Sound Mix	5.1

Équipe créative / Creative Team

Scénario et réalisation / Script and Directing	Annie Leclair
Production	Valérie Bissonnette Annie Leclair
Maison de production / Production Company	Vélocité
Direction de la photographie / Director of Photography	Katerine Giguère
Photographie additionnelle / Additional Photography	Marie Dietlin François Vincelette Annie Leclair
Prise de son / Sound Recording	Sylvain Vary Mélanie Gauthier
Son additionnel / Additional Sound	Marie Dietlin Martyne Morin Annie Leclair
Opérateur de drone / Drone Operator	Guillaume Richer-Lalonde
Animation	Keyu Chen
Montage / Editing	Annie Leclair
Narration	Soleine Démétré
Musique originale / Original Music	Luc St-Pierre
Conception sonore et mix / Sound Design and Mix	Daniel Toussaint Félix Sturk Lussier
Coloriste et monteur en ligne / On Line Editor and Colorist	Serge Verreault
Titres et infographie / Titles and Infographics	Alain Ostiguy
Affiche / Film Poster	Pierre-Marc Duguay

Avec / With

**Soleine Démétré
Stéphane Poudrier
Léonie et / and Samuëlle, leurs filles / their daughters**
Et la participation de leur famille / And the participation of their family



Sous-titre / Tagline

Libre dans mon corps de maintenant

Then and now, in this body

Accroche / Logline

Une immersion rare au coeur de la vie d'une femme et d'une mère quadriplégique.

A rare and immersive experience into the life of a quadriplegic woman and mother.



Synopsis

Les eaux calmes nous transporte dans la vie de Soleine, 13 années après qu'un plongeur maladroit lui sectionne la moelle épinière et paralyse son corps. Grâce au pouvoir d'une décennie en images, nous sommes témoins de sa fascinante remontée à la surface, alors qu'elle fonde une famille avec son amoureux et devient la première femme quadriplégique à accoucher au CHU Sainte-Justine. Leurs deux filles naissent et grandissent sous le regard complice de la cinéaste. La soif de vivre de Soleine est une histoire profondément humaine qui nous relie, nous bouleverse et nous élève. Les stéréotypes entourant le handicap se fracassent alors un à un, laissant place au plus précieux : le pouvoir d'aimer, la puissance d'enfanter et le bonheur d'être. Or, à l'aube de ses 40 ans, Soleine n'a toujours pas fait le deuil de ses jambes. Revivre son plus cher souvenir d'enfance, un voyage de pêche en famille, la mène à replonger à l'eau.

*Thirteen years after a tragic diving accident left Soleine paralyzed from the neck down, **Les eaux calmes (Calmer Waters)** documents her brave decision to become the first quadriplegic woman in Quebec to give birth. Through thought-provoking narration and intimate footage shot over the course of a decade, Soleine's desire to embrace motherhood is what ultimately leads to self-forgiveness and her place in this world. But as she approaches 40, Soleine still hasn't mourned the loss of her legs. Determined to relive her fondest childhood memory, a fishing trip with her family, Soleine is ready to let go of the past and once again dive into water.*



Note de la réalisatrice

Plusieurs motivations m'ont poussée à m'engager dans l'aventure de longue haleine de ce film. À commencer par ma rencontre inoubliable avec Soleine Démétré en 2010, alors qu'elle était enceinte de sa première fille, Léonie. Devenir parent est probablement l'un des rôles les plus révélateurs. Beau et confrontant, il nous rappelle que la relation parent-enfant est à la base de qui nous deviendrons tous. De voir Soleine accomplir ce rôle, malgré sa tétraplégie, m'a *bulldozée*. Ma première réaction a été d'avoir peur, peur que cela soit juste impossible et que de défier cette réalité pouvait mettre la vie du bébé en danger. La deuxième, plus personnelle, a été de m'apercevoir que j'entretiens des pensées limitantes face à ma propre vie; comme la peur de plonger dans le vide, par exemple. Magnétisée par l'état d'esprit de Soleine où tout semble envisageable, je me suis laissée guider dans son monde imprévisible et bourré de défis au quotidien. De s'être donné le choix courageux de vivre la maternité, Soleine m'a fait comprendre que tout est une simple question de perception et de détermination.

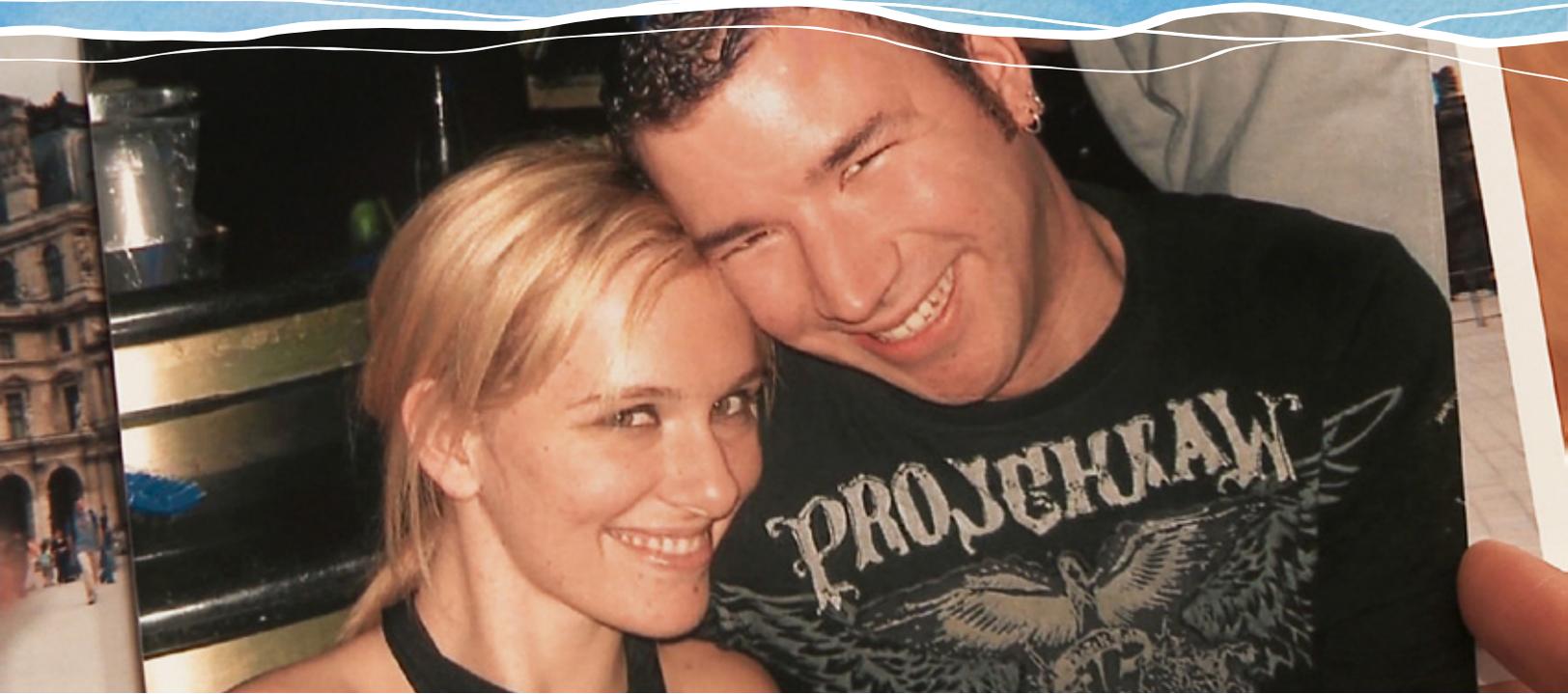
Le titre **Les eaux calmes** s'est imposé lorsque j'ai pris conscience de la valeur inestimable du temps dans mon processus de création, mais surtout dans la transformation de Soleine, vers son accomplissement en tant que femme, mère et citoyenne à part entière. Mon intention, derrière toutes ces années à filmer l'authenticité du temps qui coule autour de Soleine, est de vous rendre plus familier et familière avec la réalité d'être et de vivre dans un corps comme le sien. J'ai l'espoir, le désir, dirais-je, que vous puissiez vous connecter, tout comme moi, avec la lumière entourant l'expérience humaine et incandescente de Soleine et sa famille.



Note from the filmmaker

The long and winding road that led to the door of this film began with an unforgettable encounter with the fearless Soleine Démétré in 2010. She was then expecting Léonie, her first child. Becoming a parent is one of those life-changing events that strip away any trace of artifice and show you who you really are, deep down. The parent-child relationship is the foundation of who we will all become. Seeing how Soleine was with her own children, despite the physical obstacles, astonished me. My first reaction was one of fear. Fear that taking care of a child would be dangerous for both of them. That she was somehow breaking an unwritten law. The second emotion I felt was deeper and more personal, and made me confront some of my own limitations: how terrified I was of facing the unknown, for example. But Soleine's magnetic personality and make-it-happen mindset was infectious. I followed her into a world where there were setbacks and struggles every single day, but where, somehow, nothing seemed out of her reach. By making the courageous choice to have a child and enjoy motherhood to the fullest, Soleine taught me that, ultimately, you are who you believe you are and who you are determined to be.

*The French title **Les eaux calmes**, literally "The Calm Waters", came to me as I waded through the undercurrents of my own creative process alongside Soleine's journey as a woman, mother and member of her community. Behind all of the years spent filming Soleine was a desire to let audiences into her world of unapologetic authenticity, to experience what it is to live and be in a body like hers. It is my fondest wish that the light that shines so brightly within her comes across on the screen and works its way into people's hearts.*



L'expérience des collaborateurs
sur le film

About the collaborator's
experience on the film





Katerine Giguère

Directrice photo / Cinematographer



Les eaux calmes m'a inspiré de suivre le flow, d'être présente au temps, dans un rythme différent. Ce film qui se dessine devant soi par la persévérance de Soleine, cette femme solaire et déterminée, m'a ramené dans une humanité intime; à notre rapport à la force primaire de donner naissance et de se choisir. La réalisation d'Annie m'a offert le privilège de saisir leur lumière dans une proximité peu commune. À chaque fois que j'y ai posé mon regard, ma caméra, ma fascination pour le cinéma du réel — d'aller à la rencontre de l'autre sans filtre ni jugement —, m'a encore plus ancrée dans cette expression artistique qu'est le documentaire d'auteur.

Les eaux calmes (Calmer Waters) inspired me to go with the flow. To be present in a time and space where the rhythm of life is different. The perseverance of Soleine, a shining and determined human being, brought me back to this intimate relationship and primary force of giving birth and choosing yourself to go forward. Annie's approach in directing this film gave me the privilege to capture the light of Soleine and her family in a rare intimate way. Every time I laid my eyes, my camera on Soleine's life, my fascination for the "cinéma du réel" — to meet someone without any filter or judgement —, grounded me even more in the artistic expression of making author-driven documentaries.



Luc St-Pierre

Compositeur / Music Composer

On dit avec raison que la musique dans un film peut parfois être un personnage en soi, mais quand ce personnage fait la rencontre d'un ou dans ce cas-ci d'un autre personnage ayant la force et la résilience de Soleine, l'humilité est reine et la musique doit tout juste accompagner le récit et le commenter; du moins c'est le choix que j'ai fait. Il est vrai que pour certaines scènes, je me suis surpris à vouloir manipuler l'auditoire mais la charge émotionnelle du récit l'emportant sur l'intellect, c'est l'histoire de Soleine qui s'est mise à dicter la musique et non l'inverse.

We often say that music in a film can sometimes become a character on its own. But, when this character meets another one with the strength and resilience of Soleine, humility is queen and the music most just accompany and comment the story; at least that's the choice I made. It is true that for certain scenes I did surprised myself trying to manipulate the audience, but the emotional charge of the narrative winning on the intellect, it's Soleine's story that dictated the music and not the opposite.

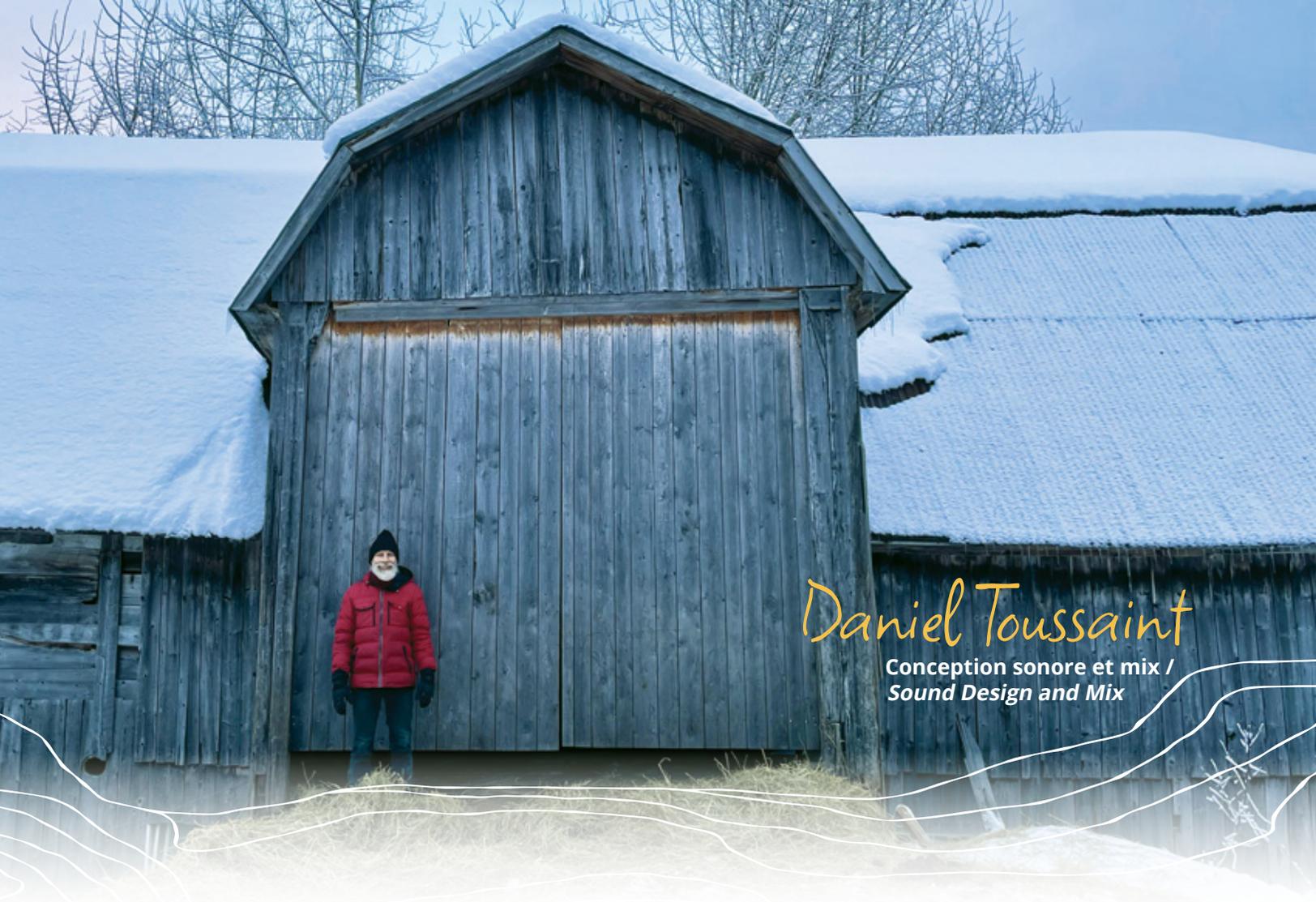


Keyu Chen
Réalisatrice en animation /
Animation Director



Quand Annie m'a demandé de faire vivre le premier dessin de Soleine, réalisé après son accident, j'ai tout de suite pensé à l'animation traditionnelle. J'ai alors visualisé la tempête imaginaire que Soleine décrit dans le film, qui ne peut sans doute pas représenter tous les moments les plus sombres qu'elle a vécu. Que d'efforts elle a dû déployer pour passer au travers de tout ça ! Et malgré tout, il y a un gros soleil étincelant dans son dessin. J'espère que mon animation a su rester fidèle à la délicatesse de l'aquarelle de Soleine.

When Annie asked me to bring to life Soleine's first drawing after the accident, I immediately thought of traditional animation. I visualized the imaginary storm describe by Soleine in the film. A storm that certainly can't represent all the dark moments she lived through. So much profound efforts! But despite all of that, she decided to draw a big shinny sun in her drawing. I hope my animation has remained faithful to the delicacy of Soleine's watercolor.



Daniel Toussaint
Conception sonore et mix /
Sound Design and Mix



Dans ce film on apprend, par l'expérience de Soleine, l'une des grandes forces de la vie, qui depuis le début de son apparition sur terre, ne cesse de nous émerveiller. Cela se décrit en un mot : ADAPTATION, qui est la capacité de s'ajuster à toutes sortes de situations, de besoins et de contextes. La croissance de Soleine est comme l'eau, qui trouve toujours un passage pour poursuivre son courant et dans une fluidité qui lui permet d'être ce qu'elle désire.

In this film, we learn through the experience of Soleine, one of the great forces of life, which since the beginning of its appearance on earth, has never ceased to amaze us. This strength can be described in one word: ADAPTATION, which is the ability to adapt to all kinds of situations, needs and contexts. The growth of Soleine is like water. She always finds a passage to continue her flow and in a fluidity that allows her to be what she desires.



Mimi Chakarova

Cinéaste et fondatrice de Still | Rise Films /
Filmmaker and Founder of Still | Rise Films

Les eaux calmes est un film exceptionnel. D'une grande beauté visuelle et d'un rythme parfait, l'histoire de Soleine montre la complexité et la résilience de l'esprit humain. C'est un film qui vous laisse changé. Et pour le mieux.

Les eaux calmes is an exceptional film. With exquisite visual beauty and perfect pacing, Soleine's story shows the complexity and resilience of the human spirit. It's a film that leaves a person changed. And for the better.



Valérie Bissonnette

Productrice / Producer

Soleine Démétré, un regard inspirant, calme et confiant vers celui d'une cinéaste, Annie Leclair; une artiste aux multiples talents et d'une profonde empathie, comme le démontre **Les eaux calmes**. Une œuvre qui a bercé mon cœur tout au long de sa production et qui chavirera le vôtre sous peu.

*Soleine Démétré, an inspiring, calm and confident gaze towards Annie Leclair; a multi-talented artist of deep empathy, as demonstrated in **Les eaux calmes**, a film that rocked my heart throughout its production and will capture yours shortly.*



Stéphanie Couillard

Productrice au développement / Development Producer

Les eaux calmes est le résultat de plusieurs rencontres significatives, avec au centre, celle de Soleine et d'Annie. Une rencontre transcendante pour l'une et l'autre, qui a permis à chacune de se projeter dans un futur différent. Une rencontre qui a mis en lumière les grandes qualités qu'elles partagent : la persévérance, entre autres. Annie a couvé ce projet, l'a nourri, adapté, transformé, veillé, investi de toute sa créativité et sa sensibilité et l'a — surtout — protégé. Un hymne au courage de Soleine et un trophée pour celui d'Annie - la sortie de ce film est un cadeau pour tout ceux (et beaucoup celles) qui y ont touché, de près ou de très loin.

Calmer Waters is the result of several significant encounters, with Soleine and Annie at the center. A transcendent encounter for both, which allowed them to project themselves into a different future. A meeting which highlighted the great qualities they share: perseverance, among others. Annie incubated this project, nourished it, adapted it, transformed it, looked after it, invested it with all her creativity and sensitivity and — above all — protected it. A hymn to Soleine's courage and a trophy for Annie — the release of this film is a gift for all those who have touched it, directly or indirectly.



Biographies

Les eaux calmes | Calmer Waters





Annie Leclair

Scénariste, réalisatrice et monteure / Writer, Director and Editor

Monteure et cinéaste québécoise saluée, Annie Leclair connaît un remarquable succès à l'international avec son premier court métrage *Enracinée*, récompensé entre autres au Diversity in Cannes durant le 74^e Festival de Cannes, au 39^e Festival international du Film sur l'Art de Montréal et aux Social Impact Media Awards de Los Angeles. Nourrie par ses 18 ans d'expérience comme monteure à la télévision et au cinéma, Annie est une raconteuse d'histoires vraies reconnue pour sa sensibilité et sa musicalité. En 2024, Annie est nommée aux Canadian Cinema Editors Awards pour le montage du long métrage documentaire *Greyland* (2022). Récipiendaire de la bourse du programme américain Still I Rise Films, récompensant les talents féminins en documentaire, Annie complète son 2^e film, **Les eaux calmes** (2024), un projet cinématographique au long cours qu'elle a mené avec profonde conviction.

*Award-winning French Canadian filmmaker and editor, Annie Leclair has enjoyed remarkable international success with her directorial debut film, *Enracinée* (Grounded, 2020), which won awards at the Diversity in Cannes during the 74th Cannes Film Festival, at the 39th Festival international du Film sur l'Art de Montréal and at the Social Impact Media Awards in Los Angeles, among others. A self-taught documentary film editor for TV and Cinema for the last 18 years, Annie is a true storyteller known for her sensitive approach and musicality. In 2024, Annie was nominated at the Canadian Cinema Editors Awards for Best Editing on the feature documentary film *Greyland* (2022). A recipient of the American Still I Rise Films Fellowship Program, rewarding female documentary talents, Annie has directed her second documentary film, **Les eaux calmes** (Calmer Waters, 2024), a long-term cinematographic project that she carried out with deep conviction.*

A portrait of a woman with long blonde hair, looking slightly to the right with a gentle smile. The background is a blurred indoor setting, possibly a classroom or office, with colorful charts on the wall. White wavy lines are overlaid on the bottom right of the image.

Soleine Démétré

Protagoniste / Protagonist

Soleine a 43 ans. Elle est tétraplégique depuis l'âge de 15 ans, à la suite d'un plongeon imprudent qui lui sectionne la moelle épinière. Belle, maternelle, rassembleuse et fière, elle n'aime pas qu'on lui rappelle ses limitations, malgré qu'elle a la santé très fragile et vit avec des douleurs chroniques. Plus jeune, Soleine adorait l'école et rêvait de devenir médecin. Un rêve qui se noie dans une piscine de banlieue à l'été de 1998. Après l'accident, elle vivra une longue et douloureuse réhabilitation. Un parcours olympien pendant lequel, prisonnière de son corps, elle souffre, s'isole et abandonne l'école. Mais Soleine s'accroche, entourée de sa famille. À 24 ans, elle décide d'habiter seule, après avoir goûté au voyage. Puis, elle rêve secrètement à une famille. L'espoir d'une 2^e vie prend naissance.

En 2009, Soleine fait la rencontre de Stéphane sur les réseaux sociaux. Rapidement, ils deviennent inséparables. Mariés depuis 9 ans, ils habitent une vieille maison du Vieux-Terrebonne entièrement adaptée pour Soleine. Ensemble, ils forment le « *team* parfait » et les projets s'enchaînent, tandis que chaque minute de bonheur compte. Pour Soleine, Stéphane est son prolongement physique, celui en qui elle voue toute sa confiance, son homme idéal. Pour Stéphane, Soleine est son phare, sa motivation, la femme de sa vie. Et par le plus inespéré des miracles, ils ont eu deux filles. Léonie 14 ans et Samuëlle 12 ans qui ont passé leurs années préscolaires à la maison, seules avec maman, tandis que papa partait travailler. C'est à la maison que Soleine a pu développer sa confiance et son talent d'éducatrice hors norme. Être mère est certainement pour Soleine le plus grand et beau rôle de sa vie; là où elle a véritablement trouvé sa place.

Soleine is 43 years old. When she was 15, an ill-fated dive into a swimming pool left her paralyzed from the neck down. Today, she is a capable, proud and beautiful woman and mother who has a gift for connecting with other people. She doesn't like to be told what she can and can't do, preferring instead to carve her own path, amid chronic pain and the fragile state of her health. As a girl, she loved going to school and dreamed about becoming a doctor — a dream that became out of reach in the summer of 1998. The rehabilitation after her accident was long, protracted and painful. She felt like a prisoner in her own body. Alone and suffering, she felt like she had no choice but to drop out of school. Giving up on life, however, was not an option. She was supported by her family in this grueling journey. By age 24, she had started travelling again and was ready to live independently, all the while harboring a secret desire to start a family of her own. A new lease on life was hers for the taking.

In 2009, Soleine met Stéphane online. It wasn't long before they fell in love. Fast forward to the present day: they've been married for nine years and live in an old house in the historic part of Terrebonne, northeast of Montreal. Soleine has redesigned the interior of their home to suit her needs. Together, Soleine and Stéphane are an amazing team, a truly dynamic duo. From minute to minute, day to day, project to project, they are content in their togetherness. Stéphane is Soleine's confidence, an extension of her physical self, the man of her dreams. And for Stéphane, Soleine is his north star, the reason he lives every day to the fullest, the woman who makes his life complete. They have two miracle babies — 14-year-old Léonie and 12-year-old Samuëlle. Before they started school, both girls would spend the days with Soleine while Stéphane went to work. It is here at home, in this role, that Soleine developed into a confident and passionate educator. For Soleine, motherhood is the highlight of her life; where she found her place in this world.



VÉLOCITÉ

Maison de production / *Production Company*

Établie dans la Capitale-Nationale, le Groupe Vélocité est une maison de production (fictions et documentaires) qui se distingue par la qualité de son catalogue aux valeurs humanitaires, chères à sa fondatrice, la productrice Valérie Bissonnette. C'est en combinant ses forces à celles de partenaires aux expertises complémentaires que Vélocité porte à l'écran des oeuvres mémorables, acclamées de la critique et du public. Parmi celles-ci on retrouve *Les Pee-wee 3D : L'hiver qui a changé ma vie* (Christal Films) et *Mad dog & The Butcher — Les derniers vilains* (Breakout), récipiendaire de trois Prix Gémeaux.

L'alliance avec Les productions Claire Lamarche fut porteuse pour Vélocité puisque fondée sur une amitié durable qui a pris naissance à l'université Concordia alors que sa présidente y rencontre Stéphanie Couillard, aujourd'hui scénariste, réalisatrice et productrice au contenu. Toutes deux diplômées cum laude en 1992 du département de communications, elles produisent ensemble plus de 20 heures de séries documentaires. Parmi elles, les séries *TDAH mon amour*, *Génération d'anxieux* et *Écoles à l'examen* récoltent de nombreuses nominations et deux Prix Gémeaux.

Established in the Capitale-Nationale region, Groupe Vélocité is a production company (fiction and documentaries) distinguished by the quality of its catalog and the humanitarian values dear to its founder, producer Valérie Bissonnette. By joining forces with partners of complementary expertise, Vélocité has brought to the screen memorable works, critically and publicly acclaimed such as Les Pee-Wee 3D: L'hiver qui a changé ma vie (Christal Films) and Mad Dog & The Butcher — Les derniers vilains (Breakout), winner of three Prix Gémeaux.

The alliance with Les productions Claire Lamarche has been significant for Vélocité. Based on a solid friendship between its president and Stéphanie Couillard, now acting as a scriptwriter, director and content producer. Both graduates cum laude from Concordia University's Communications Department in 1992, they produced over 20 hours of documentaries together. Among these productions, the series TDAH mon amour, Génération d'anxieux and Écoles à l'examen garnered numerous nominations and two Prix Gémeaux.

Contacts

Relations de presse /
Public Relations

IXION COMMUNICATIONS

Judith Dubeau
+1 514 495-8176 • judith.dubeau@ixioncommunications.com

Maison de production /
Production Company

Vélocité

Valérie Bissonnette
+1 418 622-4002 • vbissonnette@icloud.com

Scénariste, réalisatrice
et monteure /
Writer, Director and Editor

Annie Leclair

+1 514 445-3728 • annie8leclair@gmail.com

Distribution au Canada /
Canada Distribution

MAISON 4:3

5333, avenue Casgrain, bureau 510, Montréal (Québec) H2T 1X3
info@maison4tiers.com • maison4tiers.com



VELOCITÉ

CMF
COUM
ACIC

Québec
Centre d'impression
cinéma et télévision
SCÉC

Canada

SODEC
Québec

TELEFILM
CANADA

Office des personnes
handicapées
Québec

RADIO-CANADA

AMT
télé

STILL
RISE

SIMA
STUDIO

MAISON
4
3

maison4tiers.com/leseauxcalmes

[f](https://www.facebook.com/Maison4tiers.com) [i](https://www.instagram.com/Maison4tiers.com) Maison4tiers.com