

19 SEPTEMBRE 2026

L'EXPÉRIENCE
VOIX &
VISION

MONT SAINTE-ANNE

Lorène Lenglar

Ce n'est pas une conférence business, c'est un passage identitaire.

BIENVENUE DANS TA JOURNÉE

Tu ne viens pas apprendre. Tu viens te retrouver, te repositionner et t'incarner.

Pendant une journée entière, hors du cadre, entourée de 40 femmes ambitieuses et lucides, tu vas ancrer ta confiance et repartir avec une vision claire, assumée, non négociable.

Ce document te donne tout : le déroulé, les intervenantes, les kiosques, ce qui est inclus, et les petites surprises prévues pour toi.

Garde-le près de toi. Surtout : viens telle que tu es.

L'ESSENTIEL

- **Date** : samedi 19 septembre 2026, accueil dès 8 h 30, première conférence à 9 h 30.
- **Lieu** : Cheval & Campagne, une grange aménagée entourée de chevaux et de forêt, au cœur de la Côte-de-Beaupré.
- **Adresse** : 31, rue des Grand-Prés, Saint-Ferréol-les-Neiges, QC, G0A 3R0.
- **Stationnement** gratuit sur place.
- **Ambiance** : nature, intime, 40 femmes seulement. Prévois une tenue confortable et chaude pour les moments en forêt.
- **Pas de dress code**; viens comme tu es, confortable.

Une seule invitation : ose une touche de rouge. Le rouge, c'est ma couleur, et c'est celle des femmes impossibles à ignorer : celles qui prennent leur place et qui osent enfin être vues. Alors osons-le toutes.

CE QUI EST INCLUS DANS TON BILLET

- Une journée complète d’immersion stratégique : conférences puissantes, ateliers activants, prises de conscience et un temps mastermind.
- Des connexions humaines vraies. Tu repars avec l’énergie du collectif.
- Le repas du midi et les pauses : tout est prévu, tu te déposes et tu profites.
- Le 5 à 7 en soirée, présenté par Réseautage Synergie (consommations en supplément).

Allergie ou intolérance ? Informe-moi à l’avance. Le repas ne peut pas être modifié en entier, alors tu peux aussi choisir d’apporter ton lunch — en toute liberté.

LE PROGRAMME DE LA JOURNÉE

Heure	Au programme
8 h 30 – 9 h 15	Accueil, réseautage & kiosques
9 h 30 – 10 h 00	Conférence #1
10 h 05 – 10 h 25	Atelier #1
10 h 30 – 10 h 50	Conférence #2
10 h 55 – 11 h 10	Pause
11 h 15 – 12 h 00	Groupe A sylvothérapie / Groupe B mastermind
12 h 00 – 12 h 45	Dîner & kiosques
12 h 45 – 13 h 20	Groupe B sylvothérapie / Groupe A mastermind
13 h 25 – 13 h 55	Panel AUDACE : 3 femmes, 3 parcours, 3 visions
14 h 05 – 14 h 25	Yoga sur chaise
14 h 30 – 14 h 50	Atelier #2
14 h 55 – 15 h 25	Conférence #3
15 h 25 – 15 h 35	Pause
15 h 35 – 15 h 55	Atelier #3
16 h 00 – 16 h 20	Atelier #4
16 h 25 – 16 h 55	Fermeture
17 h 00 – 19 h 00	5 à 7 présenté par Réseautage Synergie (consommations en supplément, facultatif)

Les groupes A = VOIX et B = VISION alternent entre la sylvothérapie (en forêt, proposée par la Bio Ferme des Caps) et le temps mastermind. Ton groupe te sera indiqué sur place.



TES INTERVENANTES

LORÈNE LENGART

Hôte de la journée

Coach identitaire et storytelling pour les femmes CEO. Son travail, ce n'est pas le marketing : c'est la femme derrière le message. Parce qu'une entreprise ne dépasse jamais l'identité de celle qui la construit. Elle a imaginé cette journée pour ça; un espace où tu arrêtes de te retenir, où tu te choisis, où tu deviens inoubliable par qui tu es. Cette journée t'appartient et elle tient le fil rouge.

Facebook : <https://www.facebook.com/lorene.lengart>

JO-ANIE ROBERT

Atelier

Mentor en pouvoir du cycle menstruel et leadership féminin, Jo-Anie aide les entrepreneures à cesser de se battre contre leurs variations d'énergie pour en faire un véritable levier stratégique et décisionnel. Elle est aussi la fondatrice de Réseautage Synergie, le groupe de réseautage pour femmes à Québec.

Facebook : <https://www.facebook.com/joanie.robert.12>

CÉCILIA COLOMBIER

Conférence — Être ou ne pas être

Femme multicasquettes, trois enfants, deux continents, copywriter, animatrice d'un blogue et d'un podcast. En quête de vérité depuis toujours, son message est limpide : ose être qui tu es. Elle partagera l'importance de l'alignement et de l'authenticité pour les femmes qui veulent impacter le monde à leur façon.

Facebook : <https://www.facebook.com/profile.php?id=61586809799711>

JESSIE ROY

Atelier — Yoga sur chaise

Fondatrice de Chien de Bois, une auberge canine, et ancienne sage-femme, Jessie a appris qu'on doit d'abord prendre soin de soi pour prendre soin des autres. Passionnée de mouvement et de mieux-être, elle animera un atelier de yoga sur chaise pensé comme une vraie respiration dans la journée.

Facebook : <https://www.facebook.com/chien.de.bois.2025>

MARION VALLERAND

Atelier

Coach d'affaires et lifestyle spécialisée en communication et gestion de projets. Bachelière en communication sociale (UQTR), à la maîtrise et titulaire d'un ASP en lancement d'entreprise, Marion allie son côté cartésien à son côté créatif et marginal. Son coaching hors norme s'adresse aux entrepreneures ambitieuses qui veulent réaliser leur vie plutôt que simplement la réussir.

Facebook : <https://www.facebook.com/marion.vallerand>

JULIE DES ROSIERS

Atelier

Multipreneure passionnée de l'être humain, Julie est copropriétaire de la Bio Ferme des Caps, cofondatrice de l'école d'autonomie affective, conseillère doTERRA et coach en santé globale selon l'approche des 5 facteurs de la santé. Sa ligne directrice : inspirer et soutenir pour aider chacun à mieux vivre. Elle animera un atelier sur l'autonomie affective; la sylvothérapie de la journée est d'ailleurs proposée par la Bio Ferme des Caps.

Facebook : <https://www.facebook.com/julie.rosiers>

PATRICIA BARIL

Atelier

Autrice du livre « Femmes & Argent » et animatrice d'ateliers sur la relation à l'argent au féminin. Après plus de 20 ans en santé mentale et une retraite prise à 46 ans, elle propose une approche concrète et apaisante qui explore les liens entre le stress, le système nerveux, les habitudes financières et le sentiment de sécurité intérieure.

Facebook : <https://www.facebook.com/patricia.baril>



LE PANEL AUDACE

Trois femmes, trois parcours, trois visions : une conversation sur l'audace, animée par Lorène.

VÉRONIQUE CÔTÉ

Photographe, vidéaste, formatrice et consultante. Femme de cœur qui a appris que se respecter et s'aimer était non négociable, elle accompagne les femmes entrepreneures à naviguer sur les réseaux sociaux tout en préservant leur paix d'esprit.

Facebook : <https://www.facebook.com/veronique.cotev>

DIANE DUCHESNEAU

À 77 ans, elle est au début d'un nouveau chapitre. Après plusieurs expériences en vente directe, elle est revenue chez Mary Kay, une entreprise à ses valeurs. Pour elle, l'audace, ce n'est pas l'absence de peur : c'est avancer malgré les doutes, un petit pas à la fois. La preuve vivante qu'il n'y a pas d'âge pour recommencer.

Facebook : <https://www.facebook.com/diane.duchesneau.37>

ÉLODIE LAFLAMME

Mentore en stratégies de ventes en ligne, médias sociaux et travail identitaire pour les femmes courageuses. Elle aide les entrepreneures à bâtir une entreprise rentable et alignée, à créer du contenu qui convertit et à vendre toute l'année dans le fun. Reconnue pour son énergie et son approche BRAVE, Élo inspire les femmes à prendre leur place et à voir plus grand.

Facebook : <https://www.facebook.com/elodie.laflamme>



LES KIOSQUES SUR PLACE

*Prends le temps de circuler, de découvrir et de repartir avec de belles trouvailles.
Retrouve chaque exposante sur Facebook.*

Réseautage Synergie

L'espace pour réseauter au féminin, le groupe de réseautage de Québec fondé par Jo-Anie Robert.

Facebook :

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61559277471444>

Bio Ferme des Caps

Ferme biologique de la Côte-de-Beaupré (depuis 2001), avec Dominique Bouchard.

Facebook :

<https://www.facebook.com/labioferme>

doTERRA

Huiles essentielles pures, bien-être et santé au naturel, avec Julie Des Rosiers.

Facebook :

<https://www.facebook.com/profile.php?id=61580904452323>

Concept Gaill'Art

Ébénisterie, créations artisanales sur mesure, par Anne-Marie Bérubé.

Facebook :

<https://www.facebook.com/conceptgaillart>

Les Sauvageonnes

Tisanes boréales, herbes aux multiples bienfaits et confitures maison, par Valérie Tremblay.

Facebook :

<https://www.facebook.com/lesauvageonnes>

Marginaux

Coaching d'affaires spécialisé en communication et en mise en action, par Marion Vallerand.

Facebook :

<https://www.facebook.com/search/top?q=marginaux>

CALORÂ

Massage à domicile, par Audrey Boissy-Lavoie.

Facebook :

<https://www.facebook.com/audrey.boissylavoie>

Cheval de Feu

Centre de Mieux-Être Assisté par les Chevaux, par Marie-Pier Bouchard.

Facebook :

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100057550295314>

Les Divines photos

Des photos qui invitent à la réflexion, par Julie Beauregard.

Facebook :

<https://www.facebook.com/julie.beauregard.852881>

Cynthia l'Inspiratrice

Tarologue passionnée par la divination, elle aide les âmes qui portent un projet de cœur à reconnecter à leur intuition et à leurs rêves.

Réserve ta consultation privée de tarot — 15 min, payante. Seulement 8 places !

Sinon, tirage d'une carte offert à toutes sur place.

Facebook :

<https://www.facebook.com/cynthia.bolduc.guay>

TES PETITES SURPRISES

À ton arrivée, un sac-cadeau AUDACIEUSE t'attend, pensé comme le prolongement de ton passage, avec des attentions de nos partenaires rien que pour toi.

Parce qu'une image vaut mille mots : dès que tu arrives, une photographe capte ta photo souvenir. Tu repars avec ta photo de femme qui se choisit.

CE QUE TU APPORTES

- Des chaussures confortables, on bouge un peu, et il y a la forêt.
- Une tenue chaude pour les moments à l'extérieur.
- Ta bouteille d'eau.
- **Une touche de rouge.**
- Ton cœur grand ouvert et ton audace.

DES CADEAUX À GAGNER

Tout au long de la journée, cours la chance de gagner de superbes cadeaux offerts par nos partenaires. Le grand tirage a lieu pendant le 5 à 7, alors reste avec nous jusqu'au bout : il faut être présente pour gagner !

- **Une expérience Matin Douceur en duo chez Cheval de Feu** — massothérapie en pleine nature, présence du troupeau, temps d'intégration... l'expérience complète, vécue à deux. Valeur de 350 \$.
- **Une photo 5 × 7** de la collection Divines Fondations (Les Divines photos).
- **1 h de massage à domicile** (région de Québec), offert par CALORÂ — valeur de 140 \$.
- **Un baume « pattes et truffe »** — valeur de 30 \$, offert par Chien de Bois auberge canine.
- **Le guide imprimé et boudiné « Décider autrement dans son entreprise »** — valeur de plus de 50 \$, par Jo-Anie Robert.

... et d'autres surprises !

ON SE VOIT LE 19 SEPTEMBRE

Ne reste pas à l'extérieur de cette salle. Le monde n'a pas besoin d'une copie de plus, il a besoin de toi, visible dans ta vérité.

Le 19, on ose le rouge, la couleur de celles qui ne se retiennent plus.

Une question, un imprévu ? Écris-moi à **lorene@lorenelenglart.com**.

Si ce n'est pas déjà fait, **rejoins le canal Telegram** pour toutes les infos et les derniers rappels avant le jour J : <https://t.me/+AxwT56OZW0M1MDQx>

Lorène Lenglart

Coach identitaire & storytelling