

## ***Horaire des conférences***

---

### ***16 novembre***

11 h 00 - 12 h 00	<b>Guylaine Tremblay</b> Parfaitement imparfaite
12 h 15 - 13 h 15	<b>Marie-Josée Taillefer</b> L'audition, une priorité
13 h 45 - 14 h 45	<b>Chantal Lacroix</b> Maintenant ou jamais
15 h 30 - 16 h 30	<b>Marina Orsini</b> Entrevue dirigée avec période de questions

---

### ***17 novembre***

11 h 00 - 12 h 00	<b>Denis Bouchard</b> Le bonheur c'est comme le sucre à la crème, si on en veut on s'en fait
13 h 00 - 14 h 30	<b>Laurence Jalbert</b> Encore et encore de l'espoir
15 h 00 - 16 h 15	<b>Louise Portal &amp; Jacques Hébert</b> L'érotisme et le vieil âge

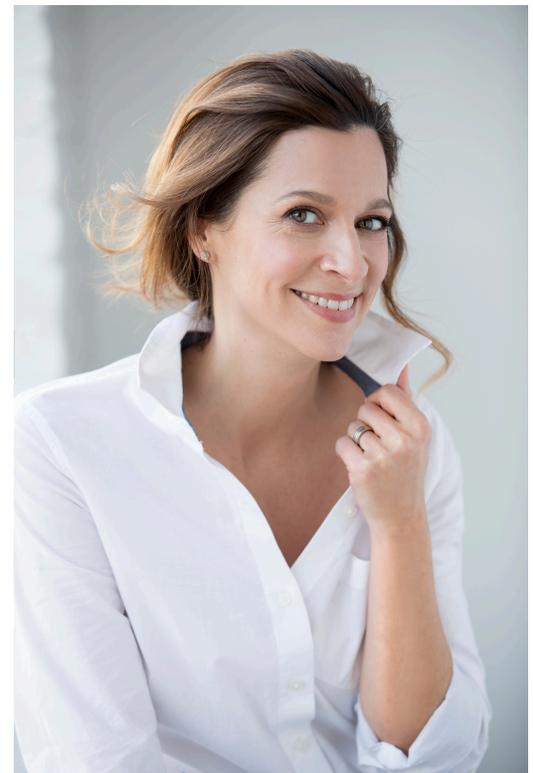
---

## *Notre porte-parole et animatrice*

### **Marie-Soleil Michon**

Marie-Soleil Michon œuvre dans les médias depuis près de 30 ans. Animatrice chevronnée, pétillante, curieuse et polyvalente, elle possède une vaste culture générale et des intérêts variés. Intervieweuse hors pair, elle a une connaissance impressionnante des personnalités publiques québécoises, qu'elles soient du milieu culturel, politique, sportif ou des affaires. Sa grande capacité d'écoute, son sens de la répartie unique et son humour font d'elle l'une des meilleures de sa génération.

Depuis 2014, Marie-Soleil pilote le magazine *Ça vaut le coût* à Télé-Québec, récipiendaire du Prix de l'Office de la Protection du consommateur 2016, qui lui a valu d'être nommée aux Gémeaux. On peut aussi l'entendre à l'émission *Véronique et les Fantastiques* sur les ondes du réseau Rouge.



16 novembre 13 h 30 - 16 h 30



17 novembre 11 h 00 - 14 h 00

---



16 novembre 11 h 00 - 12 h 00

## **Guylaine Tremblay**

« Parfaitement imparfaite »

« Dans ma conférence « parfaitement imparfaite », je parlerai dans un premier temps, bien sûr de mon parcours de vie, en mettant l'accent sur la richesse de l'imperfection qui fait que nous sommes toutes et tous uniques ! Dans un deuxième temps, je répondrai à toutes vos questions, car il est essentiel pour moi que nous échangions ensemble. » - *Guylaine Tremblay*



16 novembre 12 h 15 - 13 h 15

## **Marie-Josée Taillefer**

L'audition, une priorité

Marie-Josée Taillefer parcourt la province avec sa conférence « L'audition, une priorité », dont l'objectif est de sensibiliser les gens aux conséquences d'une perte auditive. Elle partage son expérience personnelle et offre des conseils et des stratégies pour sensibiliser l'ensemble de la population aux effets d'une déficience auditive.

**Chantal Lacroix**  
Maintenant ou jamais



16 novembre 13 h 45 - 14 h 45

Chantal Lacroix relate la quête personnelle qu'elle a entreprise à l'âge de 53 ans. Parce qu'elle s'était perdue de vue au fil du temps, elle a ressenti l'irrépressible besoin de se reconnecter à elle-même et a décidé de se choisir.

La conférence suscite des prises de conscience. En racontant son expérience, Chantal vous invite à réfléchir à la suite de votre vie, à trouver la force de changer ce qui doit l'être et peut-être même, à orienter différemment la suite des choses.

S'il vous arrive de vouloir améliorer ou changer une sphère de votre vie, mais que vous n'arrivez pas à faire les premiers pas ; si vous avez le goût de procéder à un changement, mais que la peur d'agir vous ronge de l'intérieur ; si vous passez votre vie à aider tout le monde, à votre détriment, et que vous n'arrivez jamais à vous choisir ; si vous avez le sentiment qu'il vous manque quelque chose pour être heureux.euse et que vous êtes habité.e par une espèce de vide intérieur que vous ne savez expliquer. Cette conférence est pour vous!



**Marina Orsini**

Une rencontre avec Marina Orsini, animée par Marie-Soleil Michon

Rejoignez Marina pour un moment unique. Elle nous fera revivre les moments marquants de sa carrière et de sa vie personnelle. Avec Marie-Soleil à la barre, cette rencontre promet d'être riche en anecdotes inédites et en émotions.

Vous pourrez même poser vos questions à Marina.

Ne manquez pas cette chance de partager un moment intime et authentique avec l'une des figures les plus appréciées du monde artistique québécois.



16 novembre 15 h 30 - 16 h 30



17 novembre 11 h 00 - 12 h 00

## Denis Bouchard

« Le bonheur c'est comme le sucre à la crème, si on en veut on s'en fait »

Encore faut-il prendre le temps de se faire du sucre à la crème!  
Cette conférence porte sur le lâcher prise, sur redevenir le centre de sa vie, sur réapprendre à respirer. L'hygiène de vie bien sûr, mais aussi rester jeune, sourire à la vie, s'impliquer et redonner aux autres.

Toujours apprendre. Yvon Deschamps apprend l'espagnol. Mon ami Guy Nadon apprend des passages de Racine par cœur pour garder sa mémoire vive.

Cesser d'apprendre c'est commencer à mourir.

Rester alerte. Défier ses routines, redéfinir son monde et surtout ne jamais se lever quand on se réveille. L'éloge du rien pantoute.

Après avoir parcouru au-delà d'une centaine de pays, avoir gagné plus de 25 prix au Québec et ailleurs, après une carrière parsemée de rôles magnifiques, Denis Bouchard pose ses pénates et se raconte avec humour et moult anecdotes.

À long terme dit-il, il me reste moins de temps mais à court terme j'ai tout mon temps.





17 novembre 13 h 00 - 14 h 30



## **Laurence Jalbert**

Encore et encore de l'espoir

Depuis plus de 30 ans, à travers ses chansons, Laurence Jalbert donne une voix à celles et ceux qui n'en ont pas, magnifiant les expériences qui marquent leurs vies en leur donnant un sens, en les faisant rêver.

À plusieurs occasions dans sa carrière et dans son « état » de femme, Laurence Jalbert aurait pu baisser les bras. Mais au contraire, en véritable modèle de résilience, elle a combattu l'adversité avec une force vive, souvent surprenante. Oui, on savait qu'elle a traversé mille combats de la vie en gardant toujours de l'espoir. Mais on ne savait pas tout. En 2021, l'autrice-compositrice-interprète s'est ouverte à propos de la violence conjugale dont elle a été victime pendant plus de 10 ans. Dans un texte intitulé « Des cuillères dans le congélateur », Laurence a décidé ce jour-là de libérer la parole, de parler de sa souffrance mais surtout, de parler de l'importance du geste qu'elle a posé lorsqu'elle a finalement décidé de demander de l'aide. « Moi, Lise Laurence Jalbert, j'ai vécu et j'ai subi de la violence psychologique d'une intensité inouïe, de la violence verbale, des menaces, des cris, de la peur, j'ai pleuré chaque foutu jour de ma vie, pendant 10 ans ».

C'est à la suite de cette libération de la parole que Laurence a décidé de mener de front sa carrière musicale tout en s'adressant à vous d'une autre façon : via les conférences. À travers ce moment de partage, Laurence parle de son cheminement, de la libération de la parole, et surtout de l'ESPOIR. Venez vivre un moment rare, précieux et lumineux avec l'unique Laurence Jalbert, qui est accompagnée par son ami et complice, le guitariste Yves Savard. « J'ai décidé de consacrer une partie du reste de ma vie à donner de l'espoir à toutes ces femmes qui sont victimes « encore et encore » de violence conjugale »

---



17 novembre 15 h 00 - 16 h 15

**Louise Portal & Jacques Hébert**

*Elle & Lui*

L'érotisme et le vieil âge



Il y a quelques années, Louise Portal et son mari Jacques Hébert sont invités à donner une conférence en duo quelque part en Gaspésie. C'est là qu'ils ont eu l'idée de créer un moment unique, soit une conférence à deux voix qui, depuis le tout début, remplit les salles et reçoit d'excellents commentaires et critiques.

D'une durée de 75 minutes, la conférence propose le parcours de deux êtres que la vie a invités à prendre des chemins forts différents. Puis, le destin, en quelque sorte, orchestré d'évènements et de coïncidences les conduira à se rencontrer.

Ensemble, depuis trente et un ans, Louise et Jacques sont désormais partenaires dans la vie privée, comme dans leur quotidien professionnel. Ces histoires, racontées tantôt par l'un, tantôt par l'autre, sont ponctuées de grands moments de tendresse, d'émotions, de beaucoup d'humour, de lectures d'extraits de leurs livres et de chansons a capella interprétées par Louise.

On rit, on est ému, on chante. Chaque fois, le public en ressort emballé et ravi.

---