

SCÈNE ATELIER

VENDEDI

11 h 00

Vieillir en bonne santé et prévenir la maladie d'Alzheimer

Houda Lamqaddam
Clinique Mémoire

11 h 45

Comprendre le besoin derrière nos achats : consommer de façon plus consciente

Sabrina Lambert
Ivoire cosmétiques

12 h 30

Magie du magnésium : le minéral essentiel pour les femmes à tout âge

Andree Anne Milette
ITL Health

13 h 15

Les Algues Marines et leurs bienfaits dans les produits capillaires

Elodie Chotard
Razié Cosmétique

14 h 00

Se choisir davantage dans un quotidien chargé

Emily Lapointe
Eros et compagnie

14 h 45

Découverte du Vietnam

Ibrahima Dabo
Hanh Travel

15 h 30

Périménopause et alimentation - Astuces concrètes pour le quotidien

Vanessa Daigle Nutritionniste
VD nutrition

16 h 15

Prendre soin de sa santé mentale

Emilie Dion
Psycho Presto

17 h 00

Ce que la nutrition peut vraiment changer au quotidien

Mariela Mircheva
PomGrenad

17 h 45

Acheter en 2026 sans se faire avoir

Équipe Prospéro
Multi-Prêts

SAMEDI

11 h 00

Séance guidée de respiration et de méditation

Marjolaine Leblanc
Le Monastère des Augustines

11 h 45

La puissance de la sensualité incarnée : célébrer la femme que l'on est devenue

Cait Lemieux
Portraits Rise Boudoir

12 h 30

Révélez votre éclat: Les ingrédients naturels qui transforment la peau

Peggy Béland
Frozen Cosmetics

13 h 15

Entre intuition, clairvoyance et médiumnité : 10 vérités à savoir !

Carole Morin
Institut I AM Mindset Inc. Carole Morin

14 h 00

Chevelure éclatante et bien-être capillaire : Les secrets d'une routine réussie

Fogham Nzie Oussena Balkissou
BALD'OR Beauté & Cosmétique

14 h 45

L'Art du Shapewear Haute Couture

Vanessa Montes
MAGAINÉ.CA

15 h 30

Oser rouler : Comment le vélo de montagne transforme la confiance des femmes

Dominique Alarie
Les poules qui roulent

16 h 15

Prendre soin de soi autrement : quand la science rencontre la constance

Josée Jeffrey
Nuskin - Vieillir en beauté et en santé

17 h 00

L'art de la jeunesse durable: médecine régénératrice et esthétique de pointe

Veronika Oganezova
Clinique Corps Idéal

DIMANCHE

11 h 00

Prendre une pause pour soi : ralentir, respirer et retrouver l'équilibre

Ness Elbaz
Wellness Privé Centre de Bien-Être

11 h 45

Épargne-retraite au féminin

Isabelle Renaud et Marie-Ève Perras
Fonds de solidarité FTQ

12 h 30

Masterclass Maquillage Éclat Naturel

Emily Rivkin
Emily Rivkin Beauty

13 h 15

Reconnexion : fitness doux, yoga, pilates et mobilité

Catherine M, Natacha M, Sabrina R
PomGrenad

14 h 00

Approches naturelles pour les problèmes de sommeil et de stress

Eric Simard
Idunn Technologies inc.

14 h 45

Soin de beauté Coréen

Brigitte Marier
Riman



Les horaires et les sujets peuvent être modifiés