



# sommet *de la résilience*

EN VIRTUEL | Du 4 au 7 février 2021

« ON NE CHANGE PAS LES CHOSES  
EN COMBATTANT LA RÉALITÉ EXISTANTE.  
POUR CHANGER QUELQUE CHOSE,  
CONSTRUIS UN NOUVEAU MODÈLE  
QUI RENDRA L'ANCIEN OBSOLÈTE. »

- Richard Buckminster Fuller





## Mot de l'équipe

Bienvenue au Sommet de la Résilience de Solution ERA!

Notre équipe et nos invité.e.s extraordinaires vous ont concocté un événement ÉPIQUE pour célébrer la fin de ce nouveau confinement, échanger autour du thème de la résilience et partager des outils concrets d'autonomie pour lancer 2021 en force.

Mais par-dessus tout, nous avons un profond désir de nous réunir. Nous, vous, les communautés de chacun.e de nos intervenant.e.s, leaders du changement et tricoteux de tissu social, les entrepreneur.e.s comme les artistes, pour penser ensemble le monde demain.

C'est pour nous un grand honneur de recevoir ces expert.e.s formidables à notre antenne, et de vous compter parmi notre audience.

**C'est avec beaucoup de gratitude que nous vous souhaitons UN EXCELLENT SOMMET!**

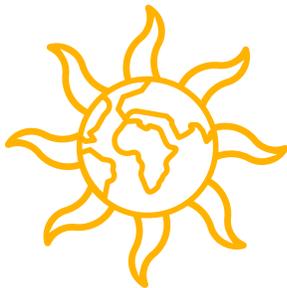
# Horaire du Sommet

	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE	RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE	RÉSILIENCE PSYCHOLOGIQUE ET ÉMOTIONELLE
9h-10h		<b>DES POULES CHEZ SOI, BIEN PLUS QUE DES ŒUFS FRAIS!</b> Martin Boisvert - <i>Néo-Terra</i>	<b>LES RELATIONS COMME VECTEUR DE RÉSILIENCE</b> Juan Carlos Londono & Lisa Gravel - <i>Lupuna</i>	<b>LA RÉSILIENCE : DE L'INDIVIDU À LA FAMILLE</b> Michel Delage, neuropsychiatre
10h30-11h30		<b>GAGNER SA VIE SUR UN HECTARE... ET CHANGER LE MONDE!</b> Jean-Martin Fortier - <i>Le Jardinier-Maraîcher</i>	<b>LES ÉCOVILLAGES, UN MODE DE VIE À DÉCOUVRIR</b> Nébesna Fortin - <i>La Cité Écologique (Ham-Nord)</i>	<b>ET SI ON TRANSFORMAIT LES DÉFIS EN OPPORTUNITÉ?</b> Joanie Lacroix - <i>Pastel Fluo</i>
11h30-12h				<b>L'AVENTURE POST MORTEM : L'ART COMME ACTION SOCIALE</b> Pier-Luc Legault - <i>Collectif INSIDE</i>
12h-13h		<b>LA PERMACULTURE À VOTRE SERVICE</b> Wen Rolland - <i>Design Écologique</i>	<b>LE PROJET OASIS : AU-DELÀ DE L'HABITATION ÉCOLOGIQUE</b> Francis Gendron - <i>Solution ERA</i>	<b>LA RÉSILIENCE AU FÉMININ</b> Olivia Elting & Erica Lebrun - <i>Mme L'Ovary</i>
13h30-14h30		<b>LE POTENTIEL UNIQUE DE LA CULTURE DES CHAMPIGNONS</b> Vincent Leblanc - <i>Violon et Champignon</i>	<b>HOLACRACY ET MANAGEMENT RÉSILIENT</b> Valérie Néron - <i>NousRire</i>	<b>LA PRÉSENCE EMPATHIQUE COMME SOURCE DE RÉSILIENCE</b> Jean-Philippe Bouchard - <i>Spiralis</i>
15h-16h		<b>LES PLANTES MÉDICINALES, UNE ABONDANTE RESSOURCE À PORTÉE DE MAIN</b> Caroline Gagnon - <i>FloraMedicina</i>	<b>10 FAÇONS DE FAIRE DE VOTRE ENTREPRISE UNE FORCE POUR LE BIEN!</b> Jean-Luc Henry - <i>Révolution Fermentation</i>	<b>STRUCTURES ESSENTIELLES POUR CRÉER DES ÉQUIPES ET DES COMMUNAUTÉS RÉSILIENTES</b> Solomon Krueger - <i>Authentic Relating GO</i> (entrevue avec Francis Gendron)
16h-16h30			<b>RENDRE SON ENTREPRISE CARBONEUTRE</b> Andréanne Laurin - <i>Épicerie LOCO</i>	<b>L'HEURE DU CONTE</b> Françoise Crête
16h30-17h30		<b>SAVOIR-FAIRE ANCESTRAL : SURVIE EN FORÊT ET SURVIVALISME AU QUÉBEC</b> Mathieu Hébert - <i>Les Primitifs</i>	<b>DE L'ÉCONOMIE FINANCIÈRE VERS L'ÉCONOMIE D'IMPACT</b> Paul Allard - <i>Impak Finance</i>	<b>SORTIR DE SA ZONE DE CONFORT ET ÊTRE SUR SON X</b> Daniel Blouin - <i>Sorties de Zone</i>
17h30-18h				<b>RÉSILIENCE PSYCHOLOGIQUE ET ÉMOTIONELLE</b> Revue du jour
18h-19h		<b>ENQUÊTES CITOYENNES ET ÉNERGIES RÉSILIENTES</b> Christine Beaulieu - <i>J'aime Hydro</i> (entrevue avec Francis Gendron)	<b>LES SPIRALES DYNAMIQUES OU L'ÉVOLUTION DE LA CONSCIENCE HUMAINE</b> Francis Gendron - <i>Solution ERA</i>	<b>CLÔTURE DU SOMMET ET PROCHAINES ÉTAPES</b> Votre hôte Francis Gendron - <i>Solution ERA</i>
19h15-19h30	<b>LANCEMENT DU SOMMET : CRÉER UNE VIE ET UNE SOCIÉTÉ ÉTHIQUES, RÉSILIENTES ET ABONDANTES</b> Votre hôte Francis Gendron - <i>Solution ERA</i>	<b>L'HEURE DU CONTE</b> Françoise Crête	<b>L'HEURE DU CONTE</b> Françoise Crête	<b>L'ART ET LA RÉSILIENCE - RÉINVENTER SA VIE</b> Mathieu Lippé
19h30-20h		<b>RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE</b> Revue du jour	<b>RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE</b> Revue du jour	
20h		<b>PARTY ET CÉLÉBRATION!</b> Invité spécial - DJ Naked	<b>PARTY ET CÉLÉBRATION!</b> Invité spécial - DJ Neerav	

# Conférences

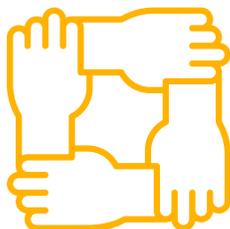
VENDREDI

Résilience physique  
et écologique



SAMEDI

Résilience communautaire  
et entrepreneuriale



DIMANCHE

Résilience psychologique  
et émotionnelle



JEUDI 4 FÉVRIER | 19H À 20H

## Lancement du Sommet : créer une vie et une société éthiques, résilientes et abondantes

Bienvenue au tout premier Sommet de la résilience de Solution ERA, animé par votre hôte Francis Gendron!

Au cours de l'événement, le sujet de la résilience sera abordé sous tous ses angles! Que ce soit du point de vue individuel, systémique, matériel ou planétaire...

Lors de cette première soirée, Francis présentera la vision qui l'anime depuis plusieurs années sur la façon de construire le monde autrement.

Cette vision inspirante s'actualise un peu plus chaque jour avec Solution ERA, mais surtout grâce à sa communauté florissante qui matérialise des projets épiques, de plus en plus inspirants, pour s'approcher d'un mode de vie éthique, résilient et abondant!



FRANCIS GENDRON  
Solution ERA

Fondateur de Solution ERA et premier diplômé de la *Earthship Academy* de Michael Reynolds, Francis Gendron est un promoteur des solutions pour un futur éthique et durable. Conférencier et éducateur de plein air, Francis est aussi philosophe dans son sens original :

c'est-à-dire un amoureux de la sagesse et du vrai bonheur.

 Solutionera

VENDREDI 5 FÉVRIER | 9H À 10H



**MARTIN BOISVERT**  
Néo-Terra

Désirant œuvrer à aider les gens à se reconnecter à la nature, Martin Boisvert offre depuis maintenant 5 ans des conférences et des formations sur la garde de poules chez soi, dans une perspective de permaculture.

Plus de 1500 personnes ont aujourd'hui suivi cette formation en classe ou en ligne : un pas de plus vers leurs rêves d'aviculture et d'autonomie!

RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE

## Des poules chez soi, bien plus que des oeufs frais!

Au-delà des œufs, la poule a tellement à offrir! Recyclage des résidus alimentaires, fertilité, désherbage, déparasitage, éducation des petits et des grands, création de liens sociaux, etc.

C'est en explorant ces thèmes que Martin démontre que même si vous êtes végane.s ou végétarien.ne.s, les poules sont chouettes!... et qu'il est très simple de s'en occuper.



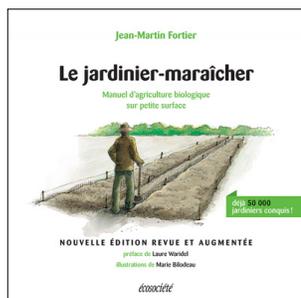
VENDREDI 5 FÉVRIER | 10H30 À 11H30

RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE

## Gagner sa vie sur un hectare... et changer le monde!

Est-ce réaliste de croire qu'on peut gagner sa vie avec l'agriculture écologique sur petite surface?

Découvrez les éléments-clés, les pratiques et les principes de design qui rendent les microfermes bio-intensives florissantes et explorez les défis et opportunités de ce modèle agricole adopté par la nouvelle génération d'agriculteurs.



**JEAN-MARTIN FORTIER**  
Le Jardinier-Maraîcher

Jean-Martin Fortier est un fermier de famille, enseignant et auteur primé du best-seller *Le jardinier-maraîcher*. Il est également la tête d'affiche de la série « *Les fermiers* » qui expose les méthodes en place à la Ferme des Quatre-Temps.

Reconnu à travers le monde comme une autorité sur la production maraîchère bio-intensive, il a inspiré des centaines de milliers de lecteurs et auditeurs avec son modèle d'agriculture à échelle humaine, écologique et rentable.

VENDREDI 5 FÉVRIER | 12H À 13H



**WEN ROLLAND**  
Design Écologique

Fort d'une formation de l'Institut de Technologie Agroalimentaire de Saint-Hyacinthe en tant que technicien en horticulture maraîchère et fruitière, Wen Rolland conçoit des agro-écosystèmes productifs et écologiques selon une approche permaculturelle depuis maintenant 15 ans.

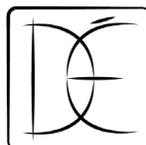
Il est formateur et consultant/designer, nourrissant ainsi sa passion pour la permaculture en climat froid et la conception de systèmes écologiques à toutes les échelles. Il est aussi le créateur du terme « Forêt nourricière » qui décrit le concept de *Edible Forest Garden*.

RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE

**La permaculture à votre service**

Plongez au cœur de la permaculture avec cette introduction aux outils les plus utiles pour analyser et concevoir nos environnements de façon résiliente et productive.

Nos climats froids sont un merveilleux terrain d'expérimentation pour la conception de systèmes écologiques à toutes les échelles. La permaculture, c'est l'approche unificatrice par excellence!



VENDREDI 5 FÉVRIER | 13H30 À 14H30

RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE

**Le potentiel unique de la culture des champignons**

Découvrez les multiples facettes de la culture des champignons en milieu forestier, agricole et contrôlé, ainsi que ses avantages pour la société et les écosystèmes.

Lors de cette conférence, Vincent Leblanc vous présentera entre autres le compagnonnage des champignons saprophytes en maraîchage, la culture en agroforesterie, le rôle des mycorhizes en milieu agricole et forestier et une surprenante alternative environnementale à la coupe forestière.



**VINCENT LEBLANC**  
Violon et Champignon

Membre de l'Ordre des agronomes du Québec, Vincent Leblanc est fondateur de Violon et Champignon, une entreprise mettant en vedette les systèmes novateurs qu'il a conçu, expérimenté et mis en œuvre au fil des années : serre aquaponique, système de

chauffage au compost, culture de plantes de sous-bois et polyculture avec champignons.

Il se spécialise aujourd'hui dans la mise en production créative et innovante de champignons.



**Violon & Champignon**

VENDREDI 5 FÉVRIER | 15H À 16H



**CAROLINE GAGNON**  
**FloraMedicina**

Caroline cumule 30 années d'expérience en tant qu'herboriste-thérapeute. Elle milite également pour le rayonnement de l'herboristerie au Québec, comme à l'international.

Sa pratique repose sur l'héritage européen, auquel se sont greffés

plusieurs éléments de la pharmacopée autochtone de l'Amérique du Nord, de la médecine traditionnelle chinoise et de l'ayurvéda, ainsi que les plus récentes découvertes scientifiques, permettant des processus de guérison profonds et transformateurs.

Caroline Gagnon est cofondatrice de FloraMedicina, une école d'herboristerie ouverte depuis plus de 20 ans.

RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE

**Les plantes médicinales,  
une abondante ressource  
à portée de main**

Face aux défis du quotidien, on n'est jamais démunie, lorsqu'on connaît les plantes qui nous entourent!

Les plantes médicinales sont partout, que l'on vive en ville ou à la campagne, et savoir les identifier et les utiliser nous rend non seulement plus autonome, mais nous remet en relation avec la nature et l'environnement d'une manière synergique, à notre échelle.

Dans cette présentation, Caroline Gagnon vous apprend à reconnaître et utiliser efficacement et sécuritairement quelques plantes incontournables, qui font sans doute déjà partie de votre environnement immédiat!



VENDREDI 5 FÉVRIER | 16H30 À 17H30

RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE

**Savoir-faire ancestral : survie en forêt et survivalisme au Québec**

Dans un monde de résultats, de stress et de consommation, on oublie trop souvent que le savoir-faire ancestral est ce qui nous a permis de survivre en tant qu'espèce dans les climats les plus hostiles.

Mathieu nous offre de revenir à une relation plus pure avec la nature à travers la survie en forêt et un enseignement basé sur les connaissances, les traditions, une conscience nouvelle et une curiosité contagieuse.



**MATHIEU HÉBERT**  
**Les Primitifs**

Cofondateur des Primitifs, une école de survie en vedette de l'émission « *Les derniers humains* » sur Historia, Mathieu Hébert enseigne la survie depuis plus de 12 ans.

Consultant en survie et pistage pour la Défense nationale,

ainsi que pour la police et instructeur de survie pour les pilotes de SelectAviation, diplômé de la *Cybertracker Conservation International* et de la *Tracker School*, il offre entre autres des formations accréditées par la CRHA via Humaxe.



VENDREDI 5 FÉVRIER | 18H À 19H



**CHRISTINE BEAULIEU**  
**J'aime Hydro**

Diplômée de l'École de théâtre du Cégep de Saint-Hyacinthe en 2003, Christine Beaulieu a tenu divers rôles dans des séries populaires québécoises, au cinéma et sur les planches.

En 2016, « *J'aime Hydro* », une enquête citoyenne palpitante sur la société d'État Hydro-Québec

et sa première œuvre en tant que dramaturge, est présentée au Festival TransAmériques. Son succès est extraordinaire. « *J'aime Hydro* » enquête sur la relation d'amour-haine des Québécois avec l'argent, la politique et le territoire.

RÉSILIENCE PHYSIQUE ET ÉCOLOGIQUE

**Enquêtes citoyennes et énergies résilientes**

Dans le contexte bien particulier de la pandémie, les opinions personnelles — et largement polarisées — fusent de partout. Christine Beaulieu nous rappelle qu'être citoyen, c'est évidemment se questionner, mais qu'il existe des stratégies pour dégager une information de qualité, nuancée et véridique.

Son enquête à elle, devenue la pièce « *J'aime Hydro* », a fait de cette artiste multidisciplinaire une spécialiste des énergies résilientes au Québec. Au-delà de sa démarche, elle nous partagera aussi les grandes lignes de ses conclusions entourant ce sujet.

SAMEDI 6 FÉVRIER | 9H À 10H

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

**Les relations comme vecteur de résilience**

Lisa et Juan Carlos vont démystifier pour nous le potentiel restaurateur et réparateur des relations et des raisons pour lesquelles il est tellement important aujourd'hui de développer notre littératie relationnelle.

Ils partageront des clés précieuses pour donner vie à des dynamiques collectives riches et porteuses de sens, que ce soit entre amis, en famille ou dans son milieu de travail.

**lupuna**



**LISA GRAVEL ET JUAN CARLOS LONDONO**  
**Lupuna**

Lisa et Juan Carlos se considèrent, entre autres, comme des explorateurs de potentiel humain. Il y a près de dix ans, ils ont fondé Lupuna, une firme de conseil dédiée à l'évolution de la société œuvrant dans le domaine de la collaboration et de l'intelligence collective.

Reconnus pour leur approche inspirante et riche de sens, ils accompagnent toutes sortes d'organisations dans la mise en place de dynamiques collectives saines, vivantes et engageantes.

SAMEDI 6 FÉVRIER | 10H30 À 11H30



**NEBESNA FORTIN**  
Cité Écologique de Ham-Nord

Nébesna Fortin est née à l'écovillage la Cité Écologique, un milieu ancré dans un mode de vie éco-communautaire qui l'a vu grandir. Adulte, elle décide de s'impliquer dans le développement de l'écovillage; elle occupe le poste d'agente de développement durable de la Cité Écologique depuis 2011.

En 2013, elle devient la représentante canadienne du réseau *NextGEN*, et complète son parcours en suivant le cours *Ecovillage Design Education* à Findhorn, en Écosse. Depuis, elle offre cette formation ici au Canada.

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

**Les écovillages, un mode de vie à découvrir**

Qu'est-ce qu'un écovillage? Comment se déroule la vie quotidienne dans un tel contexte? Et comment s'inspirer de ce modèle de développement afin de vivre au mieux nos expériences communautaires?

C'est pour répondre à ces questions que Nébesna nous partage son expérience en tant qu'habitante – depuis sa naissance – d'un écovillage et ses réflexions en tant qu'agente de développement durable de la Cité Écologique.



SAMEDI 6 FÉVRIER | 12H À 13H

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

**Le projet Oasis : au-delà de l'habitation écologique**

Après presque 10 ans d'existence, Solution ERA est devenue un catalyseur de solutions sur une foule de sujets, notamment l'habitation écologique, l'art de vivre ainsi que l'entrepreneuriat éthique.

Et s'il existait un projet concret qui rassemblait tout ce savoir? Francis Gendron vous présente l'Oasis, un projet novateur qui est le fruit de toutes ces années d'expérience et la cristallisation d'un rêve.



**FRANCIS GENDRON**  
Solution ERA

Fondateur de Solution ERA et premier diplômé de la *Earthship Academy* de Michael Reynolds, Francis Gendron est un promoteur des solutions pour un futur éthique et durable. Conférencier et éducateur de plein air, Francis est aussi philosophe dans son sens original :

c'est-à-dire un amoureux de la sagesse et du vrai bonheur.



SAMEDI 6 FÉVRIER | 13H30 À 14H30



**VALÉRIE NÉRON**  
**NousRire**

Valérie Néron est cofondatrice de NousRire et leader des cercles NousRire et Potentiel humain. Elle a guidé la transition et la mise en place d'Holacracy au sein de l'organisation.

Coach PNL (programmation neurolinguistique), formatrice et accompagnatrice d'humains

dans le déploiement de leur plein potentiel, elle est passionnée par l'humain en cheminement et les méthodologies d'intelligence collective.

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE  
**Holacracy et management résilient**

Saviez-vous qu'il existe des façons innovantes et dynamisantes de gérer une entreprise sans mettre en péril sa santé financière (bien au contraire)?

Revivez avec nous la mise en place d'un mode de gouvernance axé sur l'humain et son initiative au sein de l'organisation NousRire. À travers leur expérience, leurs motivations initiales et leurs objectifs d'entreprise, découvrez le paradigme organisationnel « Teal », les concepts-clés d'Holacracy et tous les avantages de ces styles de management résilients, ainsi que les bénéfices qu'ils en tirent au quotidien.



SAMEDI 6 FÉVRIER | 15H À 16H

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE  
**10 façons de faire de votre entreprise une force pour le bien!**

Lorsqu'on se lance en affaires ou dans un gros projet d'organisation, il est facile de se laisser submerger. Avoir un impact positif et coller à sa vision et ses valeurs est parfois plus difficile que prévu, et peut vite se retrouver bien loin derrière la rentabilité, les responsabilités administratives et la logistique.

Pourtant, notre travail peut avoir un immense impact positif sur notre milieu, notre communauté, et la planète... Que vous soyez salarié.e, travailleur.se autonome, ou créateur.trice d'entreprise, vous pouvez influencer la vie de milliers de personnes! Ne laissez pas passer cette opportunité de faire le bien.



**JEAN-LUC HENRY**  
**Révolution Fermentation**

Jean-Luc Henry est un entrepreneur et éducateur spécialisé dans le domaine des solutions écologiques. Depuis près de 20 ans, il s'intéresse aux domaines de la production alimentaire (permaculture et agriculture à petite échelle), de l'autonomie locale et de la

consommation alimentaire durable (alimentation crue/végé/vegan/locale et fermentations).

Il a créé et cofondé des projets et entreprises tels qu'Ekopedia, le Mouvement des Artisans du Changement, Mycélium, et dirige aujourd'hui l'entreprise Révolution Fermentation.

SAMEDI 6 FÉVRIER | 16H À 16H30



**ANDRÉANNE LAURIN**  
Épicerie LOCO

Certifiée d'un b. en communication marketing ainsi que d'une maîtrise en sciences de l'environnement, Andréanne Laurin est cofondatrice et directrice générale des épicerie écologique et zéro déchet LOCO, la première chaîne du genre au Québec, qui compte aujourd'hui 4 succursales à Montréal.

LOCO combine plusieurs objectifs autour de l'écologie, du zéro déchet, de l'économie locale, du gaspillage alimentaire et de l'alimentation saine. Depuis août 2019, en collaboration avec Compensation CO<sub>2</sub> Québec, LOCO est certifiée carboneutre.

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

## Rendre son entreprise carboneutre

Comment atteindre la carboneutralité dans un environnement aussi complexe que celui d'une entreprise de biens et services? Qu'est-ce que cela implique comme ressources?

Andréanne Laurin, dont l'entreprise Épicerie LOCO est carboneutre depuis maintenant 2 ans, nous livre les étapes pour atteindre cet objectif qui peut sembler innatteignable, et nous permet de mieux comprendre les normes qui l'encadrent.



SAMEDI 6 FÉVRIER | 16H30 À 17H30

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

## De l'économie financière vers l'économie d'impact

Afin que l'humanité perdure, nous devons transitionner de l'économie financière à l'économie d'impact.

Une des clés de cette transition : l'obligation de publication de toutes les entreprises - parallèlement à la publication de leurs états financiers - de leur bilan d'impact sur les bases d'une méthodologie universelle, transparente et comparable.



**PAUL ALLARD**  
Impak Finance

Comptant plus de 20 ans d'expérience en gestion, en commercialisation et en financement de sociétés novatrices dans les secteurs des médias et des technologies, Paul Allard a été le principal promoteur de 4 introductions en bourse sur le TSX Venture, a à son actif plus

de 15 transactions (fusions & acquisitions), et cumule près de 40M\$ de financement en carrière.

Diplômé en génie civil et en musique (violoncelle), MBA en finance, il est également cofondateur et président de la fintech Impak Finance inc., l'agence de notation d'impact indépendante.

SAMEDI 6 FÉVRIER | 18H À 19H



**FRANCIS GENDRON**  
Solution ERA

Fondateur de Solution ERA et premier diplômé de la *Earthship Academy* de Michael Reynolds, Francis Gendron est un promoteur des solutions pour un futur éthique et durable. Conférencier et éducateur de plein air, Francis est aussi philosophe dans son sens original :

c'est-à-dire un amoureux de la sagesse et du vrai bonheur.

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

## Les spirales dynamiques ou l'évolution de la conscience humaine

Et si l'humanité avait une forme de « conscience collective » ?  
Et si nous nous apprêtions à passer d'un paradigme à un autre?

Entrez dans la danse des spirales dynamiques, cette façon colorée et accessible, sans être simpliste, de comprendre en profondeur les différents stades d'évolution de l'humanité.



DIMANCHE 7 FÉVRIER | 9H À 10H

RÉSILIENCE PSYCHOLOGIQUE ET ÉMOTIONNELLE

## La résilience : de l'individu à la famille

Michel Delage nous présente la résilience dans un contexte bien particulier : celui de l'environnement familial.

Au cœur de cette présentation qui nous entraîne dans les dynamiques intriquées de l'attachement : la définition source de la résilience dans sa dimension post traumatique et la notion de tuteur de résilience, cas réels et exemples cliniques à l'appui.



**MICHEL DELAGE**  
Neuropsychiatre

Ancien chef de service de psychiatrie des hôpitaux des armées, ancien professeur de psychiatrie du service de santé des armées et responsable pédagogique d'un D U d'éthologie (directeur Boris Cyrulnik) orienté vers un travail de thérapie systémique, Michel Delage est

l'auteur de nombreux travaux sur le thème de la résilience et sur la théorie de l'attachement.

**DIMANCHE 7 FÉVRIER | 10H30 À 11H30**



**JOANIE LACROIX**  
Pastel Fluo

Mère de quatre enfants, « MamAnge » de deux d'entre eux, c'est suite au décès de son fils Thomas que Joanie Lacroix trouve la force de se lancer dans l'aventure Pastel Fluo, une plateforme de contenu axée sur des initiatives innovantes, plus respectueuses de l'humain et de la planète.

Productrice à la télé depuis plus de 10 ans, elle se sert des épreuves qu'elle a dû traverser comme tremplin pour contribuer à sa façon au monde de demain : en nous inspirant à vivre ensemble, en conscience.

RÉSILIENCE PSYCHOLOGIQUE ET ÉMOTIONNELLE

## Et si on transformait les défis en opportunité?

Cette conférence dans laquelle Joanie partage son vécu douloureux et son ascension inspirante est un retour à l'essentiel alliant profondeur, sagesse et authenticité. C'est une ode à la Vie et à l'Être humain, dans toute sa force, sa vulnérabilité et sa beauté.

Passionnante à écouter, elle nous inspire de mille et une façons à voir nos épreuves de vie autrement et à en découvrir les cadeaux cachés.



**DIMANCHE 7 FÉVRIER | 11H30 À 12H**

RÉSILIENCE PSYCHOLOGIQUE ET ÉMOTIONNELLE

## L'aventure Post mortem : l'art comme action sociale

En 2017, Pier-Luc a entamé la création du spectacle Post mortem afin d'aborder ce qu'on qualifie maintenant du « mal du siècle » : le surmenage.

En utilisant une approche immersive où les spectateurs sont au centre de l'action, en faisant usage d'outils technologiques d'avant-garde et en centrant l'expérience autour d'un sujet sensible, il a rapidement compris que cette approche pouvait avoir un impact puissant pour déstigmatiser la santé mentale, briser les tabous et ouvrir les discussions.

Retour sur l'aventure Post mortem.



**PIER-LUC LEGAULT**  
Collectif INSIDE

Pier-Luc Leagault se distingue par sa double formation en interprétation théâtrale et en technique en audiovisuel. Au fil des ans, il a travaillé comme metteur en scène, comédien, réalisateur, sonorisateur, caméraman, monteur vidéo, éclairagiste et directeur de tournée.

Ses intérêts pour les arts multimédia et l'interprétation teignent ses créations, dont Post mortem, une œuvre immersive qui lui a mérité une bourse de création du Conseil des arts du Canada.

Il est fondateur d'INSIDE, une entreprise qui vise à stimuler la communauté et inspirer l'action en jumelant art et savoir.

DIMANCHE 7 FÉVRIER | 12H À 13H



**OLIVIA ELTING  
ET ERICA LEBRUN**  
Mme L'Ovary

Mme L'Ovary est une entreprise québécoise fondée par Érica et Olivia, deux jeunes entrepreneures déterminées à apporter une solution positive dans la vie des femmes (et de la planète!). Elles se dédient à la création d'une nouvelle solution de protection

hygiénique lavable, réutilisable, confortable et élégante.

Armées du simple marteau de leur cœur, elles organisent des événements mensuels « Table Rouge » pour marteler le tabou des menstruations, échanger autour du féminin et participer à la création d'un monde nouveau.

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

## La résilience au féminin

Saviez-vous qu'il était possible d'être résilient.e « au féminin » sans être une femme pour autant? Que ce soit au niveau de notre corps, en milieu social ou professionnel, l'expérience féminine est fondamentalement différente pour tous.

C'est à travers cette richesse de diversité que les fondatrices de Mme l'Ovary vous feront voir l'autre côté de la médaille!



DIMANCHE 7 FÉVRIER | 13H30 À 14H30

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

## La présence empathique comme source de résilience

La présence empathique est le socle qui nous permet d'être en contact bienveillant avec soi-même et les autres. C'est à partir de cette présence que l'on peut rencontrer et transformer nos monstres intérieurs – culpabilité, honte, rage, dégoût, anxiété – de manière saine et efficace.

Dans ce mini-atelier, Jean-Philippe vous propose d'explorer cette question sous tous ses angles.



**JEAN-PHILIPPE BOUCHARD**  
Spiralis

Titulaire d'une Maîtrise en développement organisationnel de l'Université Concordia, Jean-Philippe Bouchard est consultant en développement organisationnel et président de Spiralis, une firme spécialisée dans la formation en communication consciente, formateur principal

chez *Convivium*, formateur certifié du *Center for Nonviolent Communication* et coach professionnel certifié par l'*International Coach Federation*.

Depuis plus de 20 ans, son approche pédagogique favorise le travail en profondeur et encourage l'apprentissage par l'action.

**DIMANCHE 7 FÉVRIER | 15H À 16H**



**SOLOMON KRUEGER**  
**Authentic Relating Go**

Bachelier en Relations Humaines et titulaire d'une maîtrise en *Human Systems Intervention*, consultant organisationnel en éducation et en santé publique, ainsi que coach individuel, Solomon Krueger croit en une approche incarnée et holistique du changement.

Il est aussi fondateur de *Flowland* et d'*Authentic Relating Go*, une plateforme virtuelle qui offre des événements en direct, afin de soutenir une communauté mondiale consciente, ainsi que l'initiateur de nombreuses expériences de connexion profonde à Montréal.

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

**Structures essentielles pour créer des équipes et des communautés résilientes**

Découvrez ce qui est vivant et vrai dans notre expérience humaine commune : que ce soit dans une équipe, une communauté ou une société.

Ainsi, une intention claire, une définition du contexte, des valeurs intégrées, une saine communication, la sécurité psychologique, le soutien, le partage et l'équilibre des énergies sont autant de mécanismes qui nous permettent de faire émerger la résilience. objectif qui peut sembler innatteignable, et nous permet de mieux comprendre les normes qui l'encadrent.



**DIMANCHE 7 FÉVRIER | 16H30 À 17H30**

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

**Sortir de sa zone de confort et être sur son X**

Vous avez besoin d'opérer un changement dans votre vie personnelle ou professionnelle? Vous ressentez le besoin de marcher tout simplement vers un nouveau rêve qui vous allume VRAIMENT?

Dans cette conférence qui connaît un succès impressionnant dans toute la francophonie, l'auteur et conférencier international Daniel Blouin aide les gens à réussir leur transition en partageant ses nombreuses anecdotes et expériences, ainsi que les leçons apprises au cours de sa vie tumultueuse.



**DANIEL BLOUIN**  
**Sorties de zone**

Producteur de disques, chroniqueur, propriétaire et fondateur de plusieurs entreprises et organisations prospères dans une variété de domaines, auteur et conférencier international, Daniel Blouin est sans conteste un entrepreneur accompli.

Son livre best-seller « *Sorties de Zone* » (et ses suites), s'adresse à tous ceux qui désirent embrasser le changement pour grandir au lieu d'y résister et de souffrir inutilement.

« Les résultats extraordinaires ne surviennent qu'en dehors de nos zones de confort. »



**MATHIEU LIPPÉ**  
Chanteur, conteur, poète

Chanteur, conteur et poète, Mathieu Lippé a à son actif trois albums de chansons, (dont Les Amants de l'Aube en 2017) et a écrit des chansons pour de nombreux artistes, tels que Fred Pellerin, Ima et Brigitte Boisjoli.

Il combine sa passion pour l'art et le développement de l'être en offrant des conférences, des ateliers et des retraites à travers le projet « *ÊTRE ICI : Inspiration-Création-Initiative* », et offre également un corpus de cours d'écriture créative en ligne.

RÉSILIENCE COMMUNAUTAIRE ET ENTREPREUNARIALE

**L'art et la résilience - Réinventer sa vie**

Avec humour et profondeur, dans une conférence-spectacle dynamique qui alterne entre poésie, conte, chanson et philosophie, Mathieu partage sa vision de l'innovation et de l'Art comme outil de résilience.

Il aborde ici la question de l'innovation, de la résilience, du changement et de l'évolution. En s'appuyant sur ses réflexions de créateur, d'artiste et d'entrepreneur, il traite ici de notre relation avec l'inventivité de la vie.

« PRÉPARER LE TERRAIN POUR QUE TOUS PUISSENT S'ÉPANOUIR,  
ÊTRE HEUREUX ET EN SANTÉ N'EST PAS FACILE.  
MAIS QU'Y A-T-IL DE MIEUX ET DE PLUS IMPORTANT À FAIRE? »

- Francis Gendron, fondateur

# Divertissement

## L'HEURE DU CONTE

Françoise bercera nos fins de journée à l'heure du conte, juste avant le souper. Un petit conte par jour pour faire rêver, inspirer, sourire... Ouvrez votre cœur d'enfant, assoyez-vous en tailleur sur une couverture et des coussins, et savourez ce petit moment d'évasion.

**C'est un rendez-vous vendredi et samedi à 19h15, puis dimanche à 16h.**



### FRANÇOISE CRÊTE, Conteuse

Après le théâtre, le clown et la commedia dell'arte, Françoise Crête parcourt résolument les routes du conte depuis 2003, ayant à son actif plus de 300 spectacles. Ses souliers de conteuse l'ont fait voyager au Québec, en Nouvelle-Écosse, en France, en Roumanie, en Arménie et en Suède.

Prenant plaisir à créer ses récits, mais aussi à puiser dans la tradition pour rejoindre l'universalité des sentiments humains, elle conjugue souvent ses personnages au féminin!

## VENDREDI 5 FÉVRIER

Après une journée remplie de conférences inspirantes, c'est le temps de se laisser aller et de se délier les jambes!

Respirez, passez le balai, méditez, prenez un bain, sautez avec les enfants, faites vos étirements ou lâchez votre fou, peu importe!



DJ Naked vous fait voyager grâce à ses rythmes à saveur ethno, dance et french touch, avec un soupçon de house.

**C'est un rendez-vous sur Zoom vendredi soir, à 20h!**

### DJ NAKED

DJ Naked mixe sans prétention pour ses amis depuis environ 5 ans.

Son amour de la musique et son goût pour la mise en scène lui viennent de ses 15 années de théâtre amateur, de son expérience dans l'événementiel, mais surtout d'un vieux rêve de ti-cul quand il jouait avec le stroboscope et les vieux vinyles de sa mère.

Il fait également partie de l'équipe d'organisation du Sommet de Solution ERA, sous le pseudonyme farfelu d'« Arnaud », et est très heureux de s'être immiscé subtilement dans le programme de l'événement pour vous partager sa musique.

**SAMEDI 6 FÉVRIER**



DJ Neerav est devenu maître dans l'art de transformer les salons en piste de danse aux ambiances exotiques.

Son univers musical transcendant est parfait pour souligner ce moment de célébration avec toute la communauté du Sommet!

**C'est un rendez-vous sur Zoom samedi soir, à 20h!**

### **DJ NEERAV**

---

DJ Neerav est l'un des pères fondateurs de la scène électro à Montréal. Spécialisé en world fusion, ethno-ambient, midtempo et musique trance, Neerav guide les danseurs dans une aventure transformative grâce à des sets qui font voyager.

Avec plus de 25 ans d'expérience, une résidence aux studios de Yoga *Wanderlust* et une collaboration de longue date avec le label *Interchill Records*, il a été en tête d'affiche de centaines de festivals, rassemblements en conscience, ateliers et événements partout dans le monde.

Get ready to elevate!



 Solutionera