

Le mardi 27 février

ACTUALITÉS



— 27 février 2018 / Mis à jour à 0h28



Yogi de renommée mondiale, Annie Langlois revient chez elle



ANNIE-CLAUDE BRISSON
Le Quotidien



Les amateurs de bien-être et de yoga de la région auront l'occasion de bénéficier du savoir-faire d'une yogi de renommée mondiale. Annie Langlois, qui habite Bali depuis plusieurs années, offrira un premier événement yoga dans sa région natale au courant des prochains mois.

La prochaine année sera occupée en projets pour celle qui habite avec son conjoint et leur fille sur cette île d'Indonésie.

Chaque visite au Québec est l'occasion pour la cofondatrice du site Monyogavirtuel d'offrir des ateliers et retraites qui affichent rapidement complet. Ainsi, l'entrepreneur qui a passé la moitié de sa vie au Saguenay caresse le rêve de partir en tournée et de visiter les régions de la province. « Cela sera l'occasion d'aller à la rencontre de mon public. C'est magique d'être proche de mon monde », ajoute celle qui lance cette idée. Ces rendez-vous attendus seront l'occasion d'en apprendre plus quant à la respiration, de méditer, de réciter des mantras et de pratiquer le

yoga avec de grandes foules. D'ailleurs, Annie Langlois a confié en exclusivité au Quotidien qu'un événement de yoga est en préparation dans la région. Il s'agira d'une première pour celle qui a quitté le Saguenay à l'âge de 18 ans.

Deuxième livre

En plus des ateliers au Québec, des retraites à Bali et des projets sur Internet, Annie Langlois travaille à son deuxième livre. De passage dans sa maison d'enfance, la yogi a confirmé au Quotidien plancher sur ce projet dont le contenu ne peut être révélé. Le livre devrait être en vente lors de l'un de ses prochains passages au Québec, soit à l'hiver 2019.

Par ailleurs, les prochains mois permettront à la femme d'affaires, qui possède, entre autres, un site Internet à son nom, d'explorer l'Europe. Des pourparlers sont en cours afin de développer de nouveaux marchés en France, en Belgique et en Suisse. Ce sera aussi l'occasion pour elle de créer des retraites en Thaïlande, un pays bien apprécié de sa famille.



Annie Langlois prépare un événement yoga dans la région.

Quête du bonheur

Il y a quelques années, la vie d'Annie Langlois correspondait au standard nord-américain. Son conjoint et elle travaillaient sans relâche, passant peu de temps dans leur grande maison de banlieue montréalaise. Après une énième nuit sans sommeil, le couple a choisi de tout vendre et de partir à l'aventure. En moins de six mois, le trio a tout vendu et s'est lancé dans un tour du monde. « C'est l'une des meilleures décisions de ma vie. Je suis consciente que ce n'est pas pour tout le monde, mais c'est parfait pour des âmes nomades comme nous », ajoute celle qui assure faire confiance à la vie. Le tour du monde aura été court. Il n'aura fallu que deux semaines à la petite famille pour tomber amoureux de la destination paradisiaque de Bali. Le travail d'Annie Langlois et de son conjoint se passe en bonne partie dans le monde virtuel. Ainsi, il n'y a aucune limite physique pour leurs rêves.

Prochaines destinations

La petite famille d'Annie Langlois voyage énormément. La fille du couple compte plus d'une quarantaine de marques à son passeport.

L'enseignante certifiée en Hatha, Vinyasa et Kundalini Yoga porte l'appel du voyage en elle depuis toujours.

Pendant ses études qui l'ont menée en Floride et en Californie, elle clamait haut et fort qu'un jour, elle vivrait à l'étranger. Celle qui a passé plus de 16 ans dans le domaine de la mode à titre de styliste et de mannequin ne peut garantir le temps que sa famille passera à Bali.

Chose certaine, Annie Langlois confirme avoir eu un réel coup de cœur pour l'Asie et les cultures religieuses. La contemplation est ce qui caractérise le rythme de vie là-bas. Au quotidien, la famille prend le temps de profiter de la nature.

Or, pour le moment, le trio se laisse porter par les occasions.