

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Première édition du SALON ZEN ET NATURE : Cultivez votre bien-être aux Serres Cléroux

Laval, QC – 29 et 30 mars 2025

Suite au grand succès de notre Marché de Noël en 2024, Les Serres Cléroux est ravi de vous inviter à la première édition du Salon Zen et Nature, un événement dédié à la détente, à la découverte et au bien-être. Cet événement unique se tiendra dans nos serres, un cadre naturel et apaisant, offrant un week-end d'immersion totale dans l'univers des plantes et du bien-être.

Dates : 29 et 30 mars 2025

Horaires : 9h - 18h

Lieu : Serres Cléroux - 1570 rue Principale, Laval, QC, H7X 4A8

Venez vivre cette expérience immersive et profitez de deux journées pour :

- **Rencontrer plus de 30 exposants** passionnés par le bien-être et leurs produits naturels.
- Participer à des **ateliers interactifs** avec les plantes pour découvrir les bienfaits de la nature.
- Assister à des **conférences inspirantes** animées par des experts sur l'impact des plantes et des pratiques de bien-être.
- Vivre des **sessions de yoga dans nos serres**, un lieu unique pour pratiquer la pleine conscience en harmonie avec la nature.

Entrée gratuite

L'événement est ouvert à tous ! Certaines activités et ateliers nécessitent une inscription préalable. Retrouvez la programmation complète ci-dessous.

Ne manquez pas cette occasion unique de vous ressourcer et de découvrir des pratiques naturelles qui enrichiront votre quotidien.

Pour plus d'informations et pour réserver vos places pour les ateliers, visitez notre [événement](#) ou contactez-nous au 450-627-2471 #101.

Contact presse :

Serres Cléroux

Sarah Leblond

Chargée marketing et communication

sleblond@groupecleroux.com

514-880-8352

À propos des Serres Cléroux

Plus grand producteur de fleurs annuelles au Québec, Les Serres Cléroux cultive en alternance les fleurs annuelles, plantes tropicales, chrysanthèmes d'automne, poinsettias, et hydrangées. La boutique, ouverte au public, est aussi une serre d'exposition qui compte plus de 500 variétés de végétaux et compose un lieu unique à Laval pour acheter ses plantes et fleurs pour l'été.

PROGRAMMATION DU SAMEDI 29 MARS 2025

9h00 à 10h00 : Séance de Yoga dans les serres avec Giovanna - Idolem Ste-Dorothée (réservez votre place - 20\$)

10h00 : Début du Salon Zen et Nature : ouverture des kiosques exposants

10h00 à 10h30 : Les bienfaits du Café avec Simon-Pierre de ZAB Café (Collabo avec Bungalo Café)

10h30 à 11h00 : Les massages Trager avec Louis-Michel Martel - La Main Thérapeutique

11h00 à 12h00 : Atelier Éco-psychologie : Se reconnecter à la Nature avec Claudia Laurin - Trèfle Rose

13h30 à 14h30 : Conférence à venir

14h30 à 15h30 : Les Propriétés de l'Aloès avec Louise Arcand – Co-propriétaire des Serres Cléroux

15h30 à 16h00 : Les huiles essentielles et notre bien-être avec Julie Bordeleau - Santé Globale Universelle

16h00 à 17h00 : Vitalité et digestion optimale, prendre soin de notre 2e cerveau avec Nathalie Ashkar

17h00 à 18h00 : Séance de Yoga dans les serres avec Giovanna - Idolem Ste-Dorothée (complet)

18h00 : Fin de la journée

PROGRAMMATION DU DIMANCHE 30 MARS 2025

9h00 à 10h00 : Séance de Yoga dans les serres avec Amarilys - Idolem Ste-Dorothée (réservez votre place - 20\$)

10h00 : Début du Salon Zen et Nature : ouverture des kiosques exposants

10h00 à 11h00 : Séance de méditation : la respiration et les impacts sur la santé avec Nathalie Ashkar

11h00 à 12h00 : La Nature en Musique avec l'Académie Ste-Dorothée - Immersion musicale

13h30 à 14h30 : Le monde des abeilles ... un monde à découvrir ! Avec Jade Leboeuf de Intermiel

14h30 à 15h30 : Le pouvoir des Bols Tibétains avec Michèle Lavoie - Sons et Lumière

16h00 à 17h00 : Les Animaux Totems et leur Influence selon le Mois de Naissance avec Suzanne Landry

17h00 à 18h00 : Séance de Yoga dans les serres avec Jessica - Idolem Ste- Dorothée (complet)

18h00 : Fin de la journée

Ne manquez pas cette occasion unique de vous ressourcer et de découvrir des pratiques naturelles qui enrichiront votre quotidien.