

Atelier IKIGAI ET SHIRIN YOKU

Île aux Lièvres

12 au 14 septembre 2026

3 JOURS 2 NUITS

Au cœur du Saint-Laurent, reconnectez-vous à vos valeurs et à vos sens grâce aux méthodes japonaises de l'Ikigai et du Shinrin Yoku

— pour les professionnels et les personnes en quête de réorientation.



Chambre avec balcon
(1 lit Queen & 1 lit simple)

Occ. simple
963 \$/pers.

Occ. double
904 \$/pers.

TPS, TVQ et taxes
hébergement en sus

Chambre sans balcon
(1 lit Queen)

924 \$/pers.

866 \$/pers.

Minimum 8 participants
Maximum 12 participants

INCLUS

- Traverser aller-retour à l'Île aux Lièvres
- Hébergement Auberge du Lièvre • Repas
- Atelier sur l'IKIGAI • Séance/atelier de SHINRIN YOKU
- Activités nocturnes sensorielles, si température clémente

NON INCLUS

Boissons à l'Auberge et au Café / le transport terrestre pour Rivière-du-Loup



VOS SPÉCIALISTES

Valérie Bouillaut coach professionnelle certifiée

- Spécialiste de la méthode japonaise Ikigai
- Voir : <https://www.valeriebcoaching.com/>

Élyse Lauzon guide en Shinrin Yoku certifiée

- Gestionnaire en tourisme et spécialiste en pratique du Shinrin Yoku
- Voir: <https://guidesimmersionnature.ca/>



**RÉSERVEZ
MAINTENANT**



Réservation
1 418 867-1660



<https://duvetnor.com/sejours/ile-aux-lievres/activites/>