

Dossier
de Presse

SALON
ZEN & BIO

NANTES

Parc de la Beaujoire de 10h à 19h

10-12
OCTOBRE
2014



Édito : 3 jours positifs pour adopter un nouveau style de vie	page 3
Nouveaux exposants	page 5
Nouveaux exposants locaux (Pays de la Loire)	page 8
Grandes conférences	page 13
Ateliers conférences	page 17
Ateliers pratiques	page 19
Démonstrations	page 21
Animations	page 23
Infos pratiques	page 24



SPAS Organisation

Leader en France de l'organisation de salons grand public et professionnels dédiés à la Santé au naturel, au Bien-Être, au Bio et au Développement Durable. Organisateur des salons Thermalies, Zen, Marjolaine, Vivre Autrement, Bien-Être, Médecine douce et Thalasso, Zen & Bio, Artemisia, Natura Bio, Ecobat, Natexpo, les Conférences Eco-Experts, le colloque Ecomédecine, les rendez-vous Innov'Eco.

Edito

Zen & Bio, c'est ...

3 jours positifs pour adopter un nouveau style de vie

Sur un marché inondé de nouveaux concepts de bien-être, il est important de sensibiliser et d'informer le public aux méthodes saines et de qualité.

Du 10 au 12 octobre 2014, le salon Zen & Bio et ses 200 exposants partent ainsi à la rencontre d'un public toujours plus nombreux (15 000 visiteurs attendus), adepte d'une consommation responsable, de produits authentiques, à la recherche d'informations pour un mieux-être.

D'ailleurs, l'optimisme ne serait-il pas la clé d'une bonne qualité de vie ? Cette année, l'événement nantais s'annonce porteur de positivisme. Un thème qui va marquer cette 7^e édition.

On le sait, bien manger, c'est le début du bonheur. Un **marché bio** ainsi que des **viticulteurs bio** feront valser les papilles. Rien de tel pour mettre les visiteurs de bonne humeur !

L'optimisme est aussi un gage de bonne santé. Ils pourront ainsi partir à la découverte des méthodes du mieux vivre, des médecines douces alliant techniques actuelles et pratiques ancestrales pour réconcilier le corps et l'esprit. **Cosmétiques bio, huiles essentielles, élixirs floraux, soins naturels et massages...** seront autant d'ingrédients à savourer sans modération. Des professionnels du coaching seront également présents pour guider le public vers l'épanouissement.

Et quoi de plus simple que de cultiver l'enthousiasme dans sa maison et sa garde-robe ?

Produits d'entretien verts, construction écologique, vêtements en fibres naturelles...

Voici quelques solutions pour adopter un mode de vie sain et écologique.

Enfin, pour être incollable sur l'écologie et le bien-être, le public aura une mine d'informations à sa disposition, entre **livres, magazines, CD et DVD** proposés sur le salon. Des associations et autres organismes environnementaux seront également là pour les renseigner.

Les exclusivités du salon

Pour cette 7^e édition, Zen & Bio a mis les petits plats dans les grands.

Des invités de marque

On parle de lui comme d'un aventurier du bistouri et du cœur ! Pour la première fois dans la région, le docteur Jean-Pierre Willem animera une grande conférence sur les intolérances alimentaires, vendredi 10 octobre.

Et le fait est rare pour le souligner...

Yves de Montbron sera lui aussi de la partie. Une première pour Zen & Bio ! Optimiste de nature, il livrera le dimanche quelques idées pour le rester en période de crise.

150 activités et des nouveautés pour positiver !

150 animations se succéderont pendant 3 jours. Au programme : **6 conférences thématiques** animées par des spécialistes de la bio et du bien-être, **88 ateliers-conférences** pour permettre au public de découvrir et mieux comprendre les méthodes et les produits présentés sur le salon (gestion du stress, naturopathie, hypnose, coaching, médecine chinoise...), **31 ateliers pratiques** pour tester des techniques (sophrologie, art-thérapie, yoga, qi gong...), **12 démonstrations** de pratiques corporelles (capoeira, taï-chi...) et **13 animations créatives** pour goûter, tester et mettre les mains à la pâte.

Et ce n'est pas tout ! Car cette 7^e édition est l'occasion de découvrir de nouvelles disciplines, comme la sonothérapie (technique de bien-être par le massage sonore), la gymnastique sensorielle ou encore la sylvothérapie, fondée sur les bienfaits des espaces boisés. Du côté des ateliers-pratiques, le programme s'est lui aussi renouvelé avec les contes et l'art-thérapie, la Sophro kids ou encore le Qi Gong thérapeutique.

NOUVEAUX EXPOSANTS

Fruits secs, saveurs sucrées, artisanat d'Italie ou d'Auvergne, bijoux faisant la part belle aux matières naturelles, produits 100% bio, soins énergétiques... Jetons un coup d'œil sur certains nouveaux exposants.

Alimentation

JEAN HERVE

Le fruit sec dans tous ses états : C'est en 1976 que Jean Hervé commence à fabriquer des purées d'amandes et de tahin pour nourrir ses six enfants, alors élevés d'après les principes végétariens. Après plus de trente ans, les modes de fabrication traditionnels de l'entreprise Jean Hervé n'ont pas changé: le séchage des fruits secs se fait toujours au feu de bois, et le broyage à la meule de pierre à basse température.



LES ABEILLES D'HELENE

Hélène Vivion, apicultrice installée dans l'Yonne, produit elle même ses nougats. Cette passionnée d'abeille a mis au point une gamme complète de produits bio à base de miel qu'elle récolte dans ses ruches.

Miel, nougats, pain d'épice, sablés, guimauve vous provoqueront une véritable explosion de saveurs en bouche !



CASCINA SAN LORENZO

Une terre c'est un tout : position géographique et culture, climat et histoire, hommes et art, flore et architecture, traditions et avenir, saveurs, goûts et parfums... Et le Monferrato en Italie est une terre où tous ces aspects s'unissent. C'est ainsi que Cascina San Lorenzo élève ses porcs, pour réaliser des produits de charcuterie artisanale biologique certifiée.



GRAINES DE GOURMANDISE

Préparations culinaires à base de céréales artisanales d'Auvergne pour des pâtisseries saines et gourmandes. Des préparations sucrées, salées naturellement sans gluten réalisées pour la plupart avec des farines artisanales locales.

CRUDIJUS

Crudijus présente son nouvel extracteur de jus à extraction lente, capable d'extraire le jus de n'importe quels fruits et légumes. Son excellente qualité d'extraction, lui permet de conserver tous les précieux nutriments contenus dans vos aliments en dissociant parfaitement la pulpe du contenu minéral (eau + nutriments: enzymes, minéraux, vitamines). Vous obtiendrez ainsi un jus exempt de fibre et directement assimilable par l'organisme.

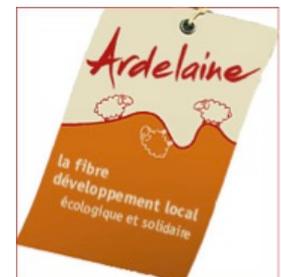


Mode/Maison

ARDELAINE

Depuis plus de 30 ans, le village de 540 habitants de Saint-Pierreville abrite la coopérative Ardelaine qui fabrique des matelas, des couettes et des vêtements en laine. Cette entreprise a réussi à relancer la filière textile dans la région.

Ils tondent, cardent, filent, tricotent la laine locale avec des procédés de fabrication respectueux de l'environnement.



LUNASOL BIJOUX

Lunasol bijoux est née de la passion de son créateur Charles Muñoz, d'origine colombienne, passionné par la nature et baigné dans le monde du bijou depuis son enfance.

Sensible à l'environnement, Lunasol Bijoux crée des bijoux à partir de matières naturelles et en particulier à partir de la Tagua, connue sous le nom Ivoire Végétal.

L'originalité, la créativité de leurs collections et l'esprit de la marque trouvent leur origine dans la nature. Inspiratrice, elle offre à Lunasol Bijoux les matières premières de la création.

LECOPOT

Lécopot est une petite entreprise artisanale de menuiserie située dans la haute vallée de l'Aude, en région Languedoc-Roussillon. Ils fabriquent des toilettes sèches à litière bio maîtrisée originales. Leur catalogue s'étend des modèles intérieurs aux cabines extérieures. Ils proposent également des installations intégrées et sur mesure ainsi qu'une gamme d'accessoires.



Beauté / Bien-être / Développement personnel



BIOFLORAL

L'histoire de Biofloral démarre en plein cœur de l'Auvergne en 1979 avec Ulrich Rampp, passionné par les bienfaits thérapeutiques qu'offre la nature. Pionnier dans la production de remèdes phyto-thérapeutiques et naturels, Biofloral élabore des élixirs issus de plantes biologiques et propose une gamme de produits 100 % bio

LE BOL CHANTANT

Le Bol Chantant est une petite entreprise familiale située dans le centre de la France. Depuis 2005 ils importent des gongs d'Asie pour les particuliers mais aussi pour professionnels travaillant dans le domaine des soins énergétiques, de la méditation, du feng-shui, etc.

La palette sonore et vibratoire (ying et yang) qu'offrent ces gongs couvre les besoins les plus variés.



LA SAVONNERIE BOURBONNAISE

La Savonnerie Bourbonnaise souhaite dynamiser l'image désuète du savon pour proposer des produits beaux, drôles et populaires aux recettes originales, odorantes et hautement écologiques.

C'est dans une ancienne porcherie du XIXème siècle, au cœur du bocage bourbonnais dans la région Auvergne, qu'Olivier Doizon, amoureux de la nature, a installé sa savonnerie. Région très active en terme d'agriculture biologique et biodynamique, l'Auvergne est le lieu idéal, terroir riche en matières premières et ressources pour la composition de ses savons.



HARMONIC VISION

Le Centre de Recherche et Développement sur les Etats de la Conscience et la Création de Valeur Globale a été fondé en juin 2001.

Domnique Lussan souhaite aider à explorer la conscience pour découvrir sa mission d'Etre par la technique Monroe, le yoga, le ressenti sensoriel et énergétique et la méditation.



EXPOSANTS LOCAUX

La région à l'honneur !

Nantes et sa région regorgent de nombreux producteurs bio et de centres de formation dans le domaine de la santé alternative et thérapeutique. Ce territoire est également doté d'un tissu économique et associatif riche. Le salon Zen & Bio est l'occasion de visualiser cette offre locale.

Alimentation

DOMAINE LEROUX GERARD

Le Domaine Leroux Gérard est un des plus anciens domaines viticoles convertis à l'agriculture biologique puisqu'il obtient le label en 1964. Sur 10 hectares sont cultivés des cépages cabernet franc, grolleau et chenin qui permettent la production d'une gamme de vins diversifiés : Anjou Rouge, Anjou Villages, Cabernet Rosé, Rosé de Loire, Rosé d'Anjou, Anjou Blanc, Saumur Brut et Coteaux du Layon.



CHLOROPHYLLE

Chlorophylle est une coopérative de consommateurs de produits biologiques. Son histoire commence à Nantes en 1985. Aujourd'hui, c'est la première et toujours unique coopérative de consommateurs de l'agglomération nantaise, sur le marché du bio.



COTEAUX NANTAIS

Arboriculteur depuis 1943, la notoriété des Côteaux Nantais a été bâtie sur une vraie philosophie du goût et du respect de la nature.

Les Côteaux Nantais disposent de 94 hectares de vergers et produisent une grande diversité de fruits : pommes, poires, fraises, prunes, kiwis, pêche de vigne.

Tous leurs produits sont élaborés à partir de recettes traditionnelles, sans colorants, sans conservateurs, ni additifs, préservant ainsi la saveur naturelle des fruits.



KERBIO

Le principe est de proposer au public des « paniers biologiques de saison » variés rassemblant en priorité les fruits et légumes des producteurs locaux en partenariat avec les structures existantes tels que magasins BIO, AMAP, Point relais, Entreprises, Administrations et Associations privilégiant le commerce durable, écologique et responsable.



PANIERES BIO SOLIDAIRES

Le projet Les Paniers Bio Solidaires est né en 2010 d'une initiative collective entre 3 associations complémentaires présentes sur un même territoire.

Ils proposent ensemble depuis Janvier 2011 des paniers hebdomadaires de légumes et fruits biologiques en direct des producteurs aux consommateurs.



NATURE ET ALIMENTS

Chez Nature et Aliments, le naturel se conjugue à toutes les sauces ! Depuis 100 ans cette entreprise familiale concocte des recettes bio. Au menu : préparations pour entremets ou pour gâteaux, potages instantanés, aides culinaires... Tous les produits sont biologiques, exception faite pour l'agar-agar, un gélifiant naturel végétal extrait d'algues marines.



NATURE & CIE

Dernière arrivée sur le marché du "sans gluten", Nature & Cie souhaite apporter une réponse nouvelle aux difficultés rencontrées par les personnes intolérantes en gluten, en proposant une gamme de produits attractifs, pratiques et surtout de très bonne qualité gustative mais aussi destinés à toute la famille :

- une gamme de produits frais : cake, pizza, lasagne, tarte...
- une gamme de produits surgelés : pizza, tarte provençale...
- une gamme de produits secs : biscuits, madeleines, pâtes, farines...



ORTIE MENTHOL

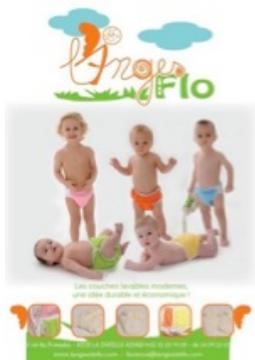
Philippe Le Corre vous propose de l'ortie en poudre pour une cure revitalisante

Bon comme diurétique, bon pour la digestion, régénérateur du sang, on peut en saupoudrer les légumes, le potage en cure d'un mois. Bref qui se frotte à cette amie de la santé ne s'y pique pas!

Mode/Maison

UNIVERS - ORIGINE

Depuis 2006, Univers Origine est le spécialiste des outils de soins énergétiques en bois polarisé. Utilisé par les professionnels des médecines douces (ostéopathes, reiki, yoga, bio-énergéticien, shiatsu, kinésologue, qi gong...) le bois polarisé facilite les soins énergétiques.



LANGES DE FLO

Florence Jaulin a créé son entreprise de fabrication de couches lavables à La Chapelle Achard, en Vendée : Les Langes de Flo ! Elle propose des couches lavables et des produits d'hygiène bio pour bébés.

EFFET FENG SHUI

Nadège Vouyoux propose de découvrir le bien-être intérieur chez soi et en soi. L'aménagement, la décoration et les couleurs de la maison jouent un rôle déterminant sur notre vie. Le Feng shui a pour but d'harmoniser l'énergie d'un lieu afin de favoriser le bien-être pour les personnes qui y habitent ou qui y travaillent. Ses principes sont fondés sur la circulation du Chi et les 5 éléments.





ATELIER DU POTIER

Brigitte Flak, inscrite aux ateliers d'art de France, est tombée en amour avec la terre depuis 1985 suite à un stage de poterie. Depuis elle a ouvert son atelier dans la campagne nantaise.

Elle travaille essentiellement le grès de St Amand en Puisaye..... mais affectionne aussi d'autres terres (Le Fuiet, La Roche Chalais...).

Elle tourne, modèle, estampe et sculpte aussi !

BIO'SCENE PAYSAGISTE

Bio'Scène nous invite à donner ou rendre à notre jardin sa beauté et sa force naturelles, en le concevant et en l'entretenant comme un écosystème complet. Dans la nature, sans dérèglement provoqué par l'homme, un équilibre se met en place.



Beauté / Bien-être / Développement personnel

ALGOCORP

Algocorp a pour vocation de distribuer et commercialiser de la spiruline. Actuellement ils travaillent de manière exclusive avec une ferme marocaine, avec laquelle un fort travail de collaboration s'est mis en place, autant au niveau humain qu'au niveau matériel.

Ils proposent de la spiruline en paillettes, en comprimés mais aussi avec du chocolat, du sel ou du gomasio.



LABORATOIRE BIO COLLOÏDAL

Le laboratoire Bio Colloïdal, implanté en Mayenne, est l'aboutissement d'un formidable cheminement familial. En effet, le laboratoire est né d'un long travail de recherches d'Alain Le Borgne, suite à une maladie de peau de son fils.

Après des années de recherche, il découvre les vertus de l'argent colloïdal et son fils constate de grands changements.

L'argent colloïdal est une solution liquide incolore et inodore composée d'eau ultra-pure et d'ions d'argent, porteurs d'une charge électrique positive.

L'argent colloïdal est un oligo-élément naturel reconnu pour ses vertus antimicrobiennes.

ESPACE CLEOMNÈS THERAPIES

Le centre Cléomnès est né du projet de réunir dans le même lieu différents thérapeutes, professionnels de l'accompagnement et du bien-être.

Ce cabinet pluridisciplinaire permet d'offrir à chacun l'approche qui lui convient.

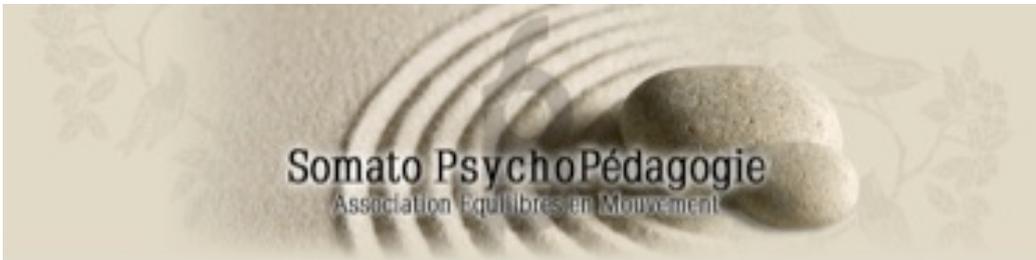
Des pratiques variées et efficaces vous sont proposées pour vous accompagner : Art-thérapie, sexothérapie, EFT, Sophro-analyse, Réflexologie plantaire, shiatsu, do-in, naturopathie, massages.



GYMNASTIQUE SENSORIELLE MEDITATION

L'association Equilibres en mouvement a pour vocation la découverte de la gymnastique sensorielle et de ses bienfaits à travers des cours collectifs à Carquefou.

C'est une aide précieuse pour découvrir la physiologie de notre corps et maintenir notre équilibre général.



SALON ZEN & BIO

PROGRAMME DES GRANDES CONFÉRENCE

Zen & Bio s'articule autour de trois journées thématiques et six grandes conférences. Le salon propose une mise en bouche sur le thème de l'alimentation. Puis, place à la santé ! Le docteur Yunsan Meas, spécialiste en médecine physique et de réadaptation, apportera un éclairage sur les médecines alternatives alors qu'une autre conférence s'intéressera aux étapes de la vie d'une femme (cycle, grossesse, ménopause). Et dimanche, la journée sera consacrée au développement personnel.

VENDREDI 10 OCTOBRE : Journée Alimentation

13h00 Les intolérances alimentaires – Docteur Jean-Pierre Willem

Dans notre monde moderne, on peut affirmer que 80 % des personnes seraient intolérantes aux caséines des laitages et fromages, au gluten, à la levure de boulanger, aux cacahuètes, à l'ovalbumine de l'oeuf et à combien d'autres aliments. Peu de gens échappent à la présence d'intolérances alimentaires. Les symptômes se manifestent dans les 3 jours.

Intolérances Alimentaires est le premier livre qui traite du sujet et qui apporte des solutions efficaces :

- Pourquoi certains aliments ne nous conviennent pas et altèrent la santé ? Reconnaître les affections caractéristiques des intolérances.
- Comment surveiller son alimentation, identifier parmi les centaines d'aliments (et d'additifs) ceux que vous ne tolérez pas et qui gâchent votre vie.
- Tous les aliments responsables d'intolérances peuvent être identifiés par des tests.
- Intolérances aux caséines de lait, aux céréales, légumes, viandes, herbes et condiments, poissons et fruits de mer, fruits, additifs...
- Grâce à cette connaissance des aliments qui nous conviennent : adieu le surpoids, l'insomnie, le mal-être, les désagréments digestifs, les problèmes de peau.
- Pour connaître la joie de vivre au quotidien sans maladies chroniques.



Le Docteur Jean-Pierre WILLEM, médecin et chirurgien, est fondateur de l'association humanitaire "Les Médecins aux Pieds Nus", dont il est le Président. Diplômé en épidémiologie du Sida et en anthropologie médicale, il est l'un des pionniers de la réanimation en ville à l'origine du SAMU (Algérie, 1961) et l'initiateur du concept d'ethnomédecine, synthèse entre la médecine occidentale et les thérapeutiques traditionnelles et naturelles des différents pays. Créateur et Président de la Faculté libre de médecines naturelles (FLMNE), il a été l'un des derniers assistants du Dr Albert Schweitzer en 1964 à Lambaréné au Gabon et participe toujours à de très nombreuses missions humanitaires.

www.docteurwillem.fr

17h30 Arrête de te battre tu vas encore grossir ! Christelle Dallerac

L'alimentation trop riche et la sédentarité ne sont pas les seuls facteurs du surpoids. En effet, les difficultés à faire face à certaines situations du quotidien ou à gérer ses émotions peuvent participer à alourdir la silhouette. Pour vous aider à mincir, Christelle Dallerac vous propose de faire le tri sur les idées reçues concernant la nutrition et SURTOUT de faire le lien entre la gestion de votre quotidien, vos émotions et votre surpoids.



Christelle Dallerac exerce depuis 2005 la micro-nutrition et la phytothérapie. Elle pratique aussi l'accompagnement psychologique et des soins énergétiques. Elle a suivi un parcours de formation très complet : Naturopathie Ecole U.N.I.V.E.R.S (pendant 3 ans), DU de phytothérapie à la faculté de Pharmacie de Nantes.

Formatrice pour l'institut Européen des substances végétales, Christelle dispense des formations médico scientifique en phytothérapie clinique individualisé auprès de professionnels de santé. Elle est aussi Membre de l'Institut Européen de diététique et de micro-nutrition et anime des Conférences pour La fondation PILEJE, cette fondation a pour vocation de promouvoir auprès d'un large public, le rôle de l'alimentation pour réduire les risques de maladies, optimiser la santé et le bien-être à long terme. Depuis 2012, Christelle est consultante pour Santé magazine, elle dispense de conseils nutritionnels et phytothérapeutiques auprès des lecteurs.

SAMEDI 11 OCTOBRE : Journée Santé

13h00 L'accompagnement au naturel des étapes de la vie d'une femme - Angélique Houlbert

La vie d'une femme est rythmée par ses fluctuations hormonales. De la puberté à la ménopause, elle tente de s'y adapter sans forcément venir à bout des désagréments qu'elles engendrent. Syndromes prémenstruels, irritabilité, troubles de l'humeur, stress, sommeil perturbé, troubles de la sexualité, prise de poids au moment de la ménopause ou après les grossesses...

Et pourtant des solutions naturelles existent : modifications alimentaires, prise de suppléments nutritionnels et phytothérapeutiques efficaces (plantes adaptogènes, alternatives aux isoflavones de soja...) permettent de vivre au mieux ces modifications hormonales qui arrivent à chaque âge de la vie féminine.

Que prendre en cas de bouffées de chaleur? Quels vitamines et minéraux sont indispensables à la santé osseuse ? Quelles plantes sont efficaces pour limiter la prise de poids qui accompagne souvent la ménopause ? A chaque femme ses solutions naturelles pour passer tous les caps en douceur.

Angélique Houlbert est diététicienne-nutritionniste. Elle a débuté sa carrière au sein d'un magasin d'alimentation biologique à Nantes. Elle s'est rapidement spécialisée en micro-nutrition et en phytothérapie en intégrant une entreprise familiale française de suppléments nutritionnels. Actuellement rédactrice d'articles sur la nutrition biologique et les compléments alimentaires pour la presse professionnelle (BioLinéaires), elle mène en parallèle ses consultations au sein de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie de la Sarthe. Formatrice et conférencière pour diverses entreprises et organismes, elle est aussi "Expert Nutrition" sur France Bleu Maine. Elle est l'auteur ou le co-auteur de plusieurs livres faisant référence sur l'alimentation et la santé dont : "La meilleure façon de manger", "Le Nouveau Régime IG", « Stress, les solutions naturelles" et « Naturellement femme".



17h30 Docteur, faites quelque chose, j'ai mal et je ne veux pas de médicaments... – Docteur Yunsan Meas

La douleur est l'expression d'une lésion et/ou d'une souffrance.

Il importe de prendre en charge à la fois le corps et l'esprit de chaque patient, notamment son système sensitivo-moteur, neurovégétatif, en tenant compte de ses comportements et cognitions, et de l'environnement professionnel et familial.

Les thérapies alternatives et/ou complémentaires: acupuncture (médecine traditionnelle chinoise, MTC), thérapies manuelles – ostéopathie (MMO), stimulations électriques transcutanée (TENS), développées au CHU de Nantes, permettent une approche et une réponse complémentaires à la prise en charge de la douleur. Elles s'inscrivent, à côté des thérapies médicales classiques, dans une pratique d'équipe avec les mêmes objectifs.

La douleur, ce signe de souffrance, peut nous surprendre, nous prendre... quand on l'a connue, on ne reste pas "insensible", et débute ainsi la recherche de "Soi".

Alfred de MUSSET a écrit :

"L'homme est un apprenti
La douleur est son Maître
Nul ne grandit
sans la connaître"...

Cette conférence n'a nul autre prétention que de vous faire partager la différence de conception, d'expression, les différents modes d'approche thérapeutique des Médecines Alternatives et Complémentaires pourtant si distantes, mais aussi, si proches et dans tous les cas intégratives dans notre pratique quotidienne médicale.



Le Docteur Yunsan Meas appartient au Groupe d'Etude en Médecines Complémentaires Intégrées. Il est aussi vice-président du Syndicat National des Médecins Acupuncteurs de France.

DIMANCHE 12 OCTOBRE : Journée Développement Personnel

13h00 Comment rester optimiste en période de crise ? – Yves de Montbron

À l'heure où la morosité et la résignation ne cessent de faire la une des médias, il est urgent de remettre à l'ordre du jour l'antidote à la démoralisation : l'optimisme.

Les médecins et les chercheurs en psychologie ont démontré l'impact de l'optimisme sur notre énergie vitale, notre goût de vivre, notre relation aux autres, mais aussi notre santé et notre longévité. D'autres travaux ont exploré les liens qui existent entre l'attitude optimiste et la capacité à entreprendre, la motivation, la résilience et la prévention des risques psycho-sociaux.

L'optimisme moderne est le contraire de la naïveté candide et un rien béate avec laquelle on le confond parfois. Il est à la fois une façon de se projeter dans l'avenir, d'interpréter les événements que l'on a vécu et de décider en situation d'incertitude. L'optimisme est une attitude mentale positive mais exigeante, qui possède ses propres règles, et qu'il faut apprendre à connaître et à utiliser de façon à en tirer le meilleur profit.

Dans cette conférence, Yves de Montbron nous invite à redécouvrir l'optimisme, cette merveilleuse capacité présente en chacun de nous, à en comprendre la nature réelle ainsi que ses règles d'application. L'objectif : réintégrer l'optimisme de façon efficace et durable dans toutes les facettes de notre existence personnelle et professionnelle, pour une vie meilleure.



Yves de Montbron est le secrétaire national de la Ligue des Optimistes de France et publie chaque semaine la Lettr'Optimiste sur le blog liguedesoptimistes.fr, adressée gratuitement à plus de 6.000 optimistes.

Il est également consultant en management et professeur à l'ESCP Europe, proche du professeur Philippe Gabilliet, auteur de "Éloge de l'optimisme" (éditions Saint Simon).

Il a publié plusieurs ouvrages consacrés au management positif et rédige le blog manager-positif.com/blog

17h30 J'arrête d'être débordée – Barbara Meyer

Comment concilier sa vie privée et sa vie professionnelle sans culpabiliser et sans fatigue ? C'est la promesse de la méthode « J'arrête d'être débordée ».

Cette méthode qui rassemble le meilleur des techniques de préparation mentale et de développement personnel a été pensée pour aider les femmes à vivre leurs multiples vies (personnelles, professionnelles et sociales) sans rien sacrifier. Elle est une alchimie de plusieurs choses : confiance et estime de soi, gestion de la fatigue et de la culpabilité, identification de vos croyances limitantes et de vos rêves, Qui nous fait vivre pleinement et sereinement.

Barbara Meyer vous présentera tout au long de la conférence comment réinventer votre quotidien pour profiter de la vie et de votre famille tout en restant connecté à vos valeurs. Et parce qu'elle sait bien qu'une to-do list ne résout pas le problème d'une maman débordée et ne remplit pas son frigo par magie, elle partagera aussi ses astuces testés et approuvés avec humour et bienveillance.

J'arrête d'être débordée, Ed. Eyrolles Semaine 1 – Je me prépare comme une sportive Semaine 2 – Je me déleste du trop-plein Semaine 3 – J'avance, sûre de moi



Barbara Meyer est auteure de *J'arrête d'être débordée*, paru en février 2014 aux éditions Eyrolles et *"Ma forme au naturel"*, paru en 2009 aux Editions Eyrolles.

Après 10 ans dans la communication de crise auprès d'Areva, Alcatel, Tunnel Du Mont-Blanc, Sita, ... Barbara Meyer décide une reconversion de Coach sportif pour concilier sa vie personnelle et professionnelle. Elle se forme à l'Université de Paris XII et se spécialise en préparation mentale et en Pilates pour enseigner avec passion et succès pendant 10 ans. Aujourd'hui elle se consacre à l'écriture et à l'étude des méthodes développement personnel.

En cours de rédaction d'un troisième ouvrage, elle travaille également avec des coachs sur l'application des techniques de préparation mentale aux méthodes de développement personnel. Son intérêt est tourné vers la confiance en soi, l'épanouissement personnel et la préservation de son capital bien-être.

Barbara Meyer anime des conférences sur les thèmes du burn out, de la conciliation vie privée et vie professionnelle et du bien-être. Elle est aussi chroniqueuse sur www.feminibio.com et blogueuse www.barbarameyer.fr

Mariée et mère de 3 enfants dont des jumelles, elle aime le sport, les challenges et vivre passionnément.

SALON ZEN & BIO

PROGRAMME DES ATELIERS CONFÉRENCES

De 11 heures à 18 heures, les rendez-vous s'enchaînent !

Les ateliers conférences seront autant d'occasions de découvrir de manière quasi exhaustive l'offre bien-être du salon. Un programme intensif en perspective !

Retrouvez votre horaire grâce aux couleurs

-  1 - Salle Erdre - Hall Bio
-  2 - Salle Loire - Hall Bio
-  3 - Salle Chézine - Hall Zen
-  4 - Salle Sèvre - Hall Zen

Vendredi 10 Octobre 2014

- 11:00 Orgonites, protections électromagnétiques - **Thierry Hermann**
- 11:00 Stress et immunité - **Christian Brun**
- 11:00 Qu'est ce que la sophrologie ? Comment choisir son sophrologue ? - **Aurélie Lamy**
- 11:00 Sophrologie et douleur - **Claudie Marchand**
- 12:00 Diencham Taokarma-thérapie - **Le Quang Nuang**
- 12:00 Biologie et nutrition humaine, que d'erreurs ! - **Luc Le Métayer Landré**
- 12:00 Vos cheveux le vêtement de votre visage - **Elisabeth Arnault**
- 12:00 Formation professionnelle à la Gestalt thérapie - **Jean-Marc Joly**
- 13:00 Capillar: micro-circulation - **Nicolas Halpert**
- 13:00 Matérialiser vos projets par l'énergie des Cristaux - **Cédric Carbonnel**
- 13:00 (Se) soigner par le son - **Matilda Aeolia**
- 14:00 Comment bien se positionner dans sa maison? - **Nadège Vouyoux**
- 14:00 Bicarbonate et ortie nos amis - **Josette Lescouarch**
- 14:00 Se ressourcer avec les pierres et les cristaux - **Gérard Cazals**
- 14:30 Addictions (tabac, alcool, nourriture, jeux...) - **Dany Dan Debeix**
- 15:00 Les bienfaits des argiles de couleurs et leurs énergies - **Willie Raynaud**
- 15:00 Les empreintes émotionnelles de la vie prénatale - **Lucienne Bouttier**
- 15:00 Gymnastique sensorielle : une approche psycho-corporelle du stress - **Dominique Bernès, Florence Dizien, Claire Brugeron**
- 15:30 Les graisses brunes réparatrices - comment les fabriquer ? - **France Guillain**
- 16:00 Notre intestin, notre 2ème cerveau... - **Nicole Latour de Fontanas**
- 16:00 Retrouver une bonne vue - **Danielle Cesbron**
- 16:00 Activer le pouvoir de l'intuition et ses synchronicités - **Vanessa Mielczareck et Gilles Guyon**
- 16:30 Se réconcilier avec son enfant intérieur - **Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereaumont**
- 17:00 Le yoga des yeux une approche holistique de la vision - **Philippe Cleyet-Merle**
- 17:00 La chromothérapie ou les couleurs au service de la santé - **Dominique Bourdin**
- 17:00 Rhumatismes, arthrite, arthrose : les conseils du Père Jean - **Jean-Pol Clesse**
- 18:00 Médecine chinoise - **Patrick Shan**
- 18:00 Explorer la conscience par une neuroscience : la technique Monroe - **Dominique Lussan**

Samedi 11 Octobre 2014

- 11:00 Sylvothérapie et bois polarisé - **Vincent Nicolas**
- 11:00 Les allergies - la solution naturelle - **France Guillain**
- 11:00 Qu'est ce que la sophrologie ? Comment choisir son sophrologue ? - **Aurélie Lamy**
- 11:00 Comment concrétiser sa mission de vie, sa juste place avec le coaching intuitif! - **Vanessa Mielczareck et Gilles Guyon**
- 12:00 Guérir son enfant intérieur - **Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereaumont**
- 12:00 Techniques d'hypnose pour communiquer et convaincre - **Dany Dan Debeix**
- 12:00 Comprendre le Féminin et le Masculin en chacun, le féminin intérieur d'un homme, le masculin intérieur d'une femme - **Diane Bellego**
- 12:00 Trouver sa voix(e), c'est renaître - **Matilda Aeolia**
- 13:00 Développer son potentiel avec les pierres et les cristaux - **Gérard Cazals**
- 13:00 Halte à la pollution intérieure par nos émotions et nos pensées négatives - **Jacqueline Gateau**
- 13:00 Gymnastique sensorielle et expressivité : conférence spectacle - **Claudia Nottale**
- 14:00 Ralentir le vieillissement cellulaire et plus part. de notre cerveau et de nos organes des sens par la naturopathie - **Nicole Latour de Fontanas**
- 14:00 Sophrologie et préparation sportive - **Aurélie Lamy**
- 14:00 Transformer ses émotions en puissance de vie, au service de notre être dans l'action - **Dominique Lussan**
- 14:30 Biologie et nutrition humaine, que d'erreurs ! - **Luc Le Métayer Landré**
- 15:00 Champs magnétiques pulsés - **Nicolas Halpert**
- 15:00 RVF résonnance vibratoire fréquentielle - **Martine Berthelot**
- 15:00 La numérologie, un atout dans votre démarche de changement - **Laurence Thiévin**
- 15:30 Les constellations systémiques (familiales et d'organisations) - **Elise Guet**
- 16:00 Les bienfaits de la luminothérapie des ions négatifs et des infrarouges lointains - **Philippe Cleyet-Merle**
- 16:00 Comment lâchez prise avec les Cristaux - **Cédric Carbonnel**
- 16:00 Choisir sa vie grâce à la Gestalt thérapie - **Jean-Marc Joly**
- 16:30 E.F.T une technique anti-stress - **Alain Maria**
- 17:00 Bols de cristal : Méditation et utilisation - **Alain Metraux**
- 17:00 L'irrigation colonique au service de la santé et de l'évolution - **Dominique Bourdin**
- 17:00 Libérez-vous et changez de vie par l'hypnose et l'auto-hypnose - **Frédéric Langourieux**
- 18:00 Access Bars ® - **Annabelle Perceval**
- 18:00 Feng shui & géobiologie - **Jérôme Paitel**
- 18:00 TIPI : Apprendre se libérer des peurs et du stress - **Michel Gaborit**

Dimanche 12 Octobre 2014

- 11:00 Initiation au feng shui - **Nadège Vouyoux**
- 11:00 Bicarbonate et ortie nos amis - **Josette Lescouarch**
- 11:00 Qu'est ce que la sophrologie ? Comment choisir son sophrologue ? - **Aurélie Lamy**
- 11:00 Bol d'air Jacquier : Pourquoi et comment améliorer son oxygénation - **Willy Leiterer**
- 12:00 Le système de défense de notre organisme et les cellules souches - **Nicole Latour de Fontanas**
- 12:00 Tout sur la spiruline bio ! - **Laurent Lecesve**
- 12:00 Gymnastique sensorielle et méditation : une écologie du vivant - **Géraldine Lefloch**
- 12:00 La voix qui soigne et change la vie - **Matilda Aeolia**
- 13:00 Le yoga des yeux une approche holistique de la vision - **Philippe Cleyet-Merle**
- 13:00 RVF résonnance vibratoire fréquentielle - **Martine Berthelot**
- 13:00 Les empreintes émotionnelles de la naissance - **Lucienne Bouttier**
- 14:00 Bols tibétains : Histoire et utilisation - **Alain Metraux**
- 14:00 Développer votre intuition et votre clairvoyance par les Cristaux - **Cédric Carbonnel**
- 14:00 Choisir sa vie grâce à la Gestalt thérapie - **Jean-Marc Joly**
- 14:30 Sophrologie et mieux être au travail - **Aurélie Lamy**
- 15:00 Le pouvoir des cellules souches, l'algue Klamath - **Dominique Boulay**
- 15:00 Retrouver une bonne vue - **Danielle Cesbron**
- 15:00 Les maladies qui vous sauvent: allergies, eczéma... - **Ingrid Dargere**
- 15:30 Améliorer sa santé par l'auto-hypnose et soigner par l'hypnose - **Dany Dan Debeix**
- 16:00 Orgonites, protections électromagnétiques - **Thierry Hermann**
- 16:00 RVF résonnance vibratoire fréquentielle - **Martine Berthelot**
- 16:00 Se ressourcer avec les pierres et les cristaux - **Gérard Cazals**
- 16:30 J'arrête d'avoir peur - **Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereaumont**
- 17:00 De la survie à la vie : le chemin vers soi - **Matthieu Legeay**
- 17:00 TIPI : Apprendre se libérer des peurs et du stress - **Michel Gaborit**
- 17:00 Comment harmoniser vos relations familiales dans le couple et avec les enfants - **Jacqueline Gateau**
- 18:00 Le jeûne comme hygiène de vie - **Monique Poupart**
- 18:00 Sophrologie et burn-out - **Claudie Marchand**

SALON ZEN & BIO

PROGRAMME DES ATELIERS PRATIQUES

Envie de s'initier à la SophroBonheur, de se libérer du stress ou ressentir les bienfaits du chant vibratoire ?
Ces rendez-vous sont faits pour ça ! Une à deux fois par heure, le public pourra s'exercer à de nouvelles disciplines.

Retrouvez votre horaire grâce aux couleurs

 Salle Jules Verne - Hall Zen

 Salle Berlingot - Hall Bio

Vendredi 10 Octobre 2014

- 11:00 SophroBonheur, danse affective et sophro-PNL - Corinne Collin-Bellet
- 12:00 Découvrir sa mission d'être et devenir créateur d'amour, de joie, de sagesse
Dominique Lussan
- 13:00 Contes et art-thérapie - Barbara Gulminelli et Roseline Le Goyet
- 14:00 Se libérer du stress, des douleurs et des émotions négatives - Jacqueline Gateau
et Marie Martinez
- 14:30 Parenthèse coach&co - Céline Tesnier
- 15:00 Découvrir ses pierres personnelles - Cédric Carbonnel
- 16:00 Ressentir les bienfaits du chant vibratoire - Matilda Aeolia
- 17:00 Gymnastique sensorielle et gestion du stress - Dominique Bernès, Florence Dizien,
Claire Brugeron
- 18:00 La numérologie créative, un atout dans votre démarche de changement - Laurence Thiévin

Samedi 11 Octobre 2014

- 11:00 SophroBonheur, danse affective et sophro-PNL - Corinne Collin-Bellet
- 11:30 Découvrir ses pierres personnelles - Cédric Carbonnel
- 12:00 Sophro kids, se relaxer se concentrer - Aurélie Canu
- 13:00 Parenthèse coach&co - Céline Tesnier
- 14:00 Harmoniser le féminin/masculin et attirer le meilleur - Gilles Guyon
- 14:45 Gymnastique sensorielle et expressivité - Claudia Nottale
- 15:00 Ressentir les bienfaits du chant vibratoire - Matilda Aeolia
- 15:45 Sophro kids, se relaxer se concentrer - Aurélie Canu
- 16:00 Transformer ses émotions en puissance de vie au service de l'être et de son projet de vie -
Dominique Lussan
- 16:45 Yoga Derviche, le secret de l'éternelle jeunesse des Derviches - Solène Gateau
- 17:00 Initiation au shiatsu (2h) - Xavier Porter-Ladousse
- 17:45 SophroBonheur, danse affective et sophro-PNL - Corinne Collin-Bellet

Dimanche 12 Octobre 2014

10:30 Qi Gong thérapeutique - **Maëlla Caro**

11:00 Spécial thérapeutes - Développer sa patientelle - **Dany Dan Debeix**

11:30 Découvrir ses pierres personnelles - **Cédric Carbonnel**

12:00 Apprendre à gérer son stress - **Anita Guibert**

13:00 Qi Gong de shaolin - **Maëlla Caro et Mohammed Saïah**

14:00 Gymnastique sensorielle et méditation - **Géraldine Lefloch**

15:00 Ma voix qui soigne - **Matilda Aeolia**

16:00 Apprendre à gérer son stress - **Anita Guibert**

17:00 Découvrir, créer, danser, rayonner son énergie d'être par l'Adi Vajra Shakti Yoga
Dominique Lussan

18:00 Parenthèse coach&co - **Céline Tesnier**

Samedi et dimanche, le salon accueille des démonstrations. Au menu : capoeira, yoga collectif, Vibrations Thérapeutiques®, Qi gong –Tai ji quan, et Biodanza, une méthode de développement humain. De quoi profiter des conseils prodigués par des professionnels !

Espace Belem

Samedi

12h : Roda de capoeira- Groupe Ginga Nagô

Basé à Nantes, il est né sous l'impulsion de Mestre Branco (Januy Santos Reis) il y a près de 20 ans. La capoeira du Groupe Ginga Nagô est une capoeira de racine, ouverte à toutes et tous, de tous âges. L'enseignement dispensé est enraciné dans la tradition culturelle alliant la danse, la lutte, la musique et les chants, le théâtre, la complicité... Le groupe s'étend principalement dans l'ouest de la France. www.capoeira-nantes.com

13h : Cour de yoga collectif Institut Français de Yoga Loire Océan

Le yoga de la lignée Krichnamacharya et Desikachar de Madras est basé sur un travail postural et respiratoire, progressif grâce à un effort juste associé à la détente. Hatha yoga, Raja yoga, Kriya yoga) <http://ifylo.org/>

14h : Voyage dans les sons purs des "Vibrations Thérapeutiques®" des bols tibétains & cristal, diapasons, harpe tubulaire, sansula, carillons...

Isabelle Haugmard

Isabelle Haugmard utilise des instruments dont les fréquences sont Thérapeutiques car reconnues par le Vivant (humain, minéral, végétal, animal) & contenues dans l'ADN & les cellules de l'Être. Elles permettent une déprogrammation d'enregistrements «parasites» (générant divers troubles et maux physiques) et une reprogrammation cellulaire afin que l'Être vibre à la fréquence de son énergie de vie. Isabelle Haugmard, Energéticienne en Vibrations Thérapeutiques® www.dauphinbleu86.fr

15h : Qi gong -Tai ji quan, gymnastiques chinoises d'entretien et martiales

Olivier Fourage

Le Qi gong et le Tai ji quan sont des gymnastiques traditionnelles chinoises d'entretien de la santé et de bien-être, ainsi que, pour ce dernier, un art martial.

Ils consistent en des exercices corporels, respiratoires et de concentration, en général pratiqués avec lenteur, et accessible à un large public.

La pratique du Tai ji quan peut être complétée par la manipulation des armes chinoises telles que l'éventail ou l'épée de Tai ji.

Olivier Fourage, enseignant en Qi gong, Tai ji quan et Arts martiaux chinois et vietnamiens. cieletterre.creation-website.com

16h : Biodanza - Margarita Suarez

17h : Tai-chi-chuan et Qi-Gong - Florian Alais, La Tortue d'Or

Depuis 2003, l'association La Tortue d'Or propose des cours de Tai Chi Chuan, Qi Gong et Kung Fu. Chaque participant pratique à son rythme, le but de l'association étant de promouvoir ces arts martiaux caractérisés par leurs bienfaits sur le corps et l'esprit, contribuant ainsi à entretenir une bonne santé. Les cours sont dispensés par le professeur Florian Alais, élève de Maître Shan N'Guyen depuis 1997, lui-même héritier de plusieurs générations de Maîtres du Temple Tung Shan Su. Le Tai Chi Chuan, art traditionnel chinois d'enchaînements et de postures d'équilibre combinant respirations profondes et mouvements lents limitent les problèmes cardio-vasculaires, l'hypertension et le stress. Une gymnastique douce et très agréable à pratiquer. www.latortuedor.fr

Dimanche

12h : Roda de capoeira- Groupe Ginga Nagô

Basé à Nantes, il est né sous l'impulsion de [Mestre Branco](http://www.mestrebranco.com) (Januy Santos Reis) il y a près de 20 ans. La capoeira du Groupe Ginga Nagô est une capoeira de racine, ouverte à toutes et tous, de tous âges. L'enseignement dispensé est enraciné dans la tradition culturelle alliant la danse, la lutte, la musique et les chants, le théâtre, la complicité... Le groupe s'étend principalement dans l'ouest de la France. www.capoeira-nantes.com

13h : La Capoeira - Association Quilombo

L'association Quilombo a pour but de promouvoir la culture brésilienne à travers la danse et l'art martial, les chants et la musique. Favoriser l'adaptation sociale des personnes en difficulté en enseignant la Capoeira. <http://www.association-quilombocapoeira.com/>

14h : Voyage dans les sons purs des "Vibrations Thérapeutiques®" des bols tibétains & cristal, diapasons, harpe tubulaire, sansula, carillons... Isabelle Haugmard

Isabelle Haugmard utilise des instruments dont les fréquences sont Thérapeutiques car reconnues par le Vivant (humain, minéral, végétal, animal) & contenues dans l'ADN & les cellules de l'Être. Elles permettent une déprogrammation d'enregistrements « parasites » (générant divers troubles et maux physiques) et une reprogrammation cellulaire afin que l'Être vibre à la fréquence de son énergie de vie. Isabelle Haugmard, Energéticienne en Vibrations Thérapeutiques® www.dauphinbleu86.fr

15h : Tai-chi-chuan et Qi-Gong - Florian Alais, La Tortue d'Or

Depuis 2003, l'association La Tortue d'Or propose des cours de Tai Chi Chuan, Qi Gong et Kung Fu. Chaque participant pratique à son rythme, le but de l'association étant de promouvoir ces arts martiaux caractérisés par leurs bienfaits sur le corps et l'esprit, contribuant ainsi à entretenir une bonne santé. Les cours sont dispensés par le professeur Florian Alais, élève de Maître Shan N'Guyen depuis 1997, lui-même héritier de plusieurs générations de Maîtres du Temple Tung Shan Su. Le Tai Chi Chuan, art traditionnel chinois d'enchaînements et de postures d'équilibre combinant respirations profondes et mouvements lents limitent les problèmes cardio-vasculaires, l'hypertension et le stress. Une gymnastique douce et très agréable à pratiquer. www.latortuedor.fr

16h : Tai-chi de Yang Luchan et chi-kung - Fabrice Hohn

Yin/Yang dans les 3 dimensions et les ondulations des 7 animaux pour le Tai-chi et. 12 spirales pour le chi-kung. Hohn Fabrice, expert, champion de l'open international des Pays-Bas et champion de France. Professionnel depuis 1992. <http://www.new-taichi.com>

17h : Cours de yoga collectif - Institut Français de Yoga Loire Océan

Le yoga de la lignée Krichnamacharya et Desikachar de Madras est basé sur un travail postural et respiratoire, progressif grâce à un effort juste associé à la détente. Hatha yoga, Raja yoga, Kriya yoga. <http://ifylo.org/>

SALON ZEN & BIO

PROGRAMME DES ANIMATIONS

Zen & Bio privilégie l'esprit de créativité à travers la transmission du plaisir de faire soi-même ! Les visiteurs pourront s'initier à la cuisine végétarienne ou se lancer dans la beauté et le ménage au naturel. Prendre les choses en main, c'est bon pour la planète, pour notre peau et notre portefeuille.

Salle Berlingot – Hall Bio

Vendredi

- 10h45 :** Nettoyants pour vitres, miroirs et salles de bain - Nadine Bouillon, Jacaranda - 2€
- 12h00 :** Mieux connaître les céréales et légumineuses pour mieux se nourrir et connaître les méfaits du gluten - Chantal Plazenet, Pavillon Virlogeux
- 13h15 :** Découverte d'une cuisine végétarienne saine et savoureuse autour des protéines végétales - Sylvie Marsolier, AVF
- 15h45 :** Masque capillaire "Douceur tropicale" - Nadine Bouillon, Jacaranda - 2€
- 17h00 :** Réalisation d'un vinaigre de plante - Bienfaits, mode d'utilisation - Emmanuelle Guilbaudeau, herboriste, TerraHerba - 2€

Samedi

- 10h30 :** Mieux connaître les céréales et légumineuses pour mieux se nourrir et connaître les méfaits du gluten - Chantal Plazenet, Pavillon Virlogeux
- 12h30 :** Dégustation de vins - Lilas Carité
- 13h30 :** Découverte d'une cuisine végétarienne saine et savoureuse autour des protéines végétales - Sylvie Marsolier, AVF

Dimanche

- 12h30 :** Dégustation de vins - Lilas Carité
- 13h30 :** Découverte d'une cuisine végétarienne saine et savoureuse autour des protéines végétales - Sylvie Marsolier, AVF
- 14h45 :** Utilisation des plantes du système nerveux pour retrouver tranquillité et sérénité! Emmanuelle Guilbaudeau, herboriste, TerraHerba
- 16h00 :** Savon pour les mains "Senteurs d'orient" - Nadine Bouillon, Jacaranda - 2€
- 17h15 :** Entretien sa maison au naturel - Florence Morvant, Association Créa'naturel - 2€

Infos Pratiques

Dates : du vendredi 10 octobre au dimanche 12 octobre 2014

Horaires : 10h à 19h - Dernière entrée à 18h30

Lieu : Parc des Expositions de Nantes, dans les halls 2 et 3

Prix d'entrée : 5 € - gratuit pour les - de 12 ans, les chômeurs, handicapés, étudiants et bénéficiaires du RSA

Invitations gratuites à télécharger et informations sur : www.salon-zenetbio.com

Services offerts

- . **Garderie d'enfants** : un espace détente sera aménagé pour les plus petits. IAO Animation assurera des ateliers contes, yoga, théâtre, expression corporelle, maquillage, dessin, jeux divers, etc. Tous les jours, à partir de 3 ans (participation 3€ par enfant);
- . **Espace Bébé**s : espace aménagé et dédié aux bébés et à leurs mamans pour une pause biberon, change et câlins à l'écart de l'agitation du salon;
- . **Consigne gratuite** : pour les achats sur le salon;

Accès

En voiture : Boulevard périphérique, sortie n° 40, Porte de la Beaujoire
Autoroute A11, sorties n° 23 et 24

Parking : 5000 places gratuites aux abords immédiats du Parc des expositions

En tramway : Ligne 1, direction la Beaujoire

En autobus : Terminus, arrêt Beaujoire 75, 80, C6

En taxi : Station à l'entrée du parc, réservation conseillée. Tel : 02 40 69 22 22

Pour la planète, pensez à apporter vos paniers et vos cabas

SALON ZEN & BIO

Liste des Exposants

ALIMENTATION BIO

Abeilles d'Hélène
Algues Marines De Bretagne
Au Fil des Saveurs
Aux Trésors de la Perse-Nomade
Bicarbonate Ortie nos Amis
Chlorophylle Coop-Bio
Coteaux Nantais / Kerbio
Flore Alpes Argousier Bouleau
Gelée Royale Miel - V.Oudot
Graine D'envie
Graines De Gourmandise
Jean Hervé
La Fromagerie Bio
La Noix du Périgord
Le Panier Cretois
Les Jardins de Gaïa
Les Paniers Bio Solidaires
Lou Malignol
Nat-Ali
Nature et Cie
Ortie Menthol Baume du Tigre
Phytozen Biologie et Nutrition
Plaisirs De Fruits
Pruneaux Martin
Spiru.fr
Taca D'Oli
Utopie Vin Bio Magazine
Yogi Tea

BOISSONS

Lou Malignol

VINS

Château Grand Renard
Chateau Moulin De L'abbaye
Domaine André
Domaine Leroux Gerard

MATERIEL CULINAIRE

Ceraminox
Crudijus
Foody-Food (Sous-Vide)
Omnicuisseur Vitalite
Qwetch

RESTAURATION SUR PLACE

Dj'Sarrazine

ENFANTS / MATERNITÉ

Atelier de la Baleine
Langes De Flo
Les Gommages Magiques

MODE ÉTHIQUE / ACCESSOIRES

Au Fil des Pierres
Bioproline
Casse-Noisettes
Couleurs De Soie
Crea-Land
L'Atelier By bruno
Lunasol Bijoux
Mohair de Grand Lieu

MAISON ECOLOGIQUE / ECO-PRODUITS

Aqua-Techniques "Doulton"
Ardelaine
Atelier De La Baleine France
Bio'scene Paysagiste
Bioproline
C L'idée
Crea-Land
Mega Protect Phone
Power Pat
Toilettes Sèches Lecopot
Vapodil-Adax'o

MOBILIER / LITERIE

Laurent Laine
Literie Sommeil Nature
Univers Origine

ARTISANAT

Atelier Du Potier
Bol Chantant
Casse-Noisettes
Crea-Land
Imagin'all
L'Atelier By bruno
Les Orgonites
Lunasol Bijoux
Mont Blanc Bien Etre

TOURISME VERT / TOURISME BIEN ETRE

Nature et Vie

SANTÉ / BIEN-ÊTRE

Algo Systems
Alpes Santé Nature
Aqua-Techniques "Doulton"
Argent Colloïdal
Asieco Ginseng
Biofloral
Body Nature
Bol Chantant
Capillar Valemis Vedamed
Casse-Noisettes
Cèdre Médecine Chinoise Formation
Cristal'essence
Effet Feng Shui
Holiste Bol D'air Jacquier
Imagin'all
Kallawaya Direct
Latour De Fontanas N. Naturopathe
Le Dauphin Bleu Energéticienne Par Les Sons
Les Orgonites
Magnetix Wellness
Mega Protect Phone
Nature Et Beaute Cleyet Merle
Petite Tomate
Réflexologie Faciale Taothérapie
Relaxarium Spa Douches sans Savon
RVF
Samadeva
Santé Solidarité
Spiru.Fr
Spiruline Algocorp 44
Terre De Lys
Univers Origine

PHYTO-AROMATHÉRAPIE

Ecole Naturopathie Dargère
Huiles Essentielles Martinetti
Phytozen Biologie et Nutrition

BEAUTÉ / COSMÉTIQUES

ADN Le Père Jean
Aloka Soin Hygiene Aloe Vera
Altearah-Bio Color Experience
Argent Colloïdal
Argilaura
Aux Trésors de la Perse-Nomade
Biofloral
Body Nature
Bomoï Soins Source d'Energie
Epil ' Spring
Flora Lys
Flore Alpes Argousier Bouleau
Frederic M Beaute Nature
La Savonnerie Bourbonnaise
LBK Karité Brut
Le Studio
Mademoiselle Agathe
Maison Berthe Guilhem
Ozoane
Petite Tomate

MASSAGE / RÉFLEXOLOGIE MATÉRIEL DE MASSAGE

Bien Etre et Compagnie
Rayforce
Réflexologie Faciale Taothérapie
RVF
Shiatsu Atlantique

FORMATION

Du Bouquet Editions-Formations
École Centrale D'hypnose
Ecole Naturopathie Dargère
Esophro Formation
Ifas - Ecole Humaniste De Gestalt
IFSH
Shiatsu Atlantique

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

Access Bars
Art De Voir Danielle Cesbron
Atelier Expression Peinture
Centre le Phoenix
Coeur D'enfant ®
Du Bouquet Editions-Formations
Effet Feng Shui
Esophro Reseau
Espace Cleomnes Therapies
Gymnastique Sensorielle Meditation
Harmonic Vision
Ifas - Ecole Humaniste De Gestalt
La Chrysalide
Le Studio
Ludimedia Stages En Terre Happy
Matilda Aéolia - Chant Vibratoire
Projet De Vie
Réflexologie Faciale Taothérapie
Santé Solidarité
Thérapie Et Numérologie Créative

ENVIRONNEMENT / NATURE

Association Kokopelli Oasis
Bio'Scene Paysagiste
Greenpeace
L214 Ethique et Animaux
Rassemblement pour un France sans
chasse

PRESSE ÉDITION MUSIQUE

Arkanova
École Centrale D'hypnose
Rebelle Santé
Utopie Vin Bio Magazine



Contact Presse

Violaine Hémon - violaine@agence-k-v.com
Agence K&V relations presse - www.agence-k-v.com
Tel. 02 53 45 13 55 - 06 22 82 27 44

Scannez & accédez à la salle de presse :

