

# Dossier de presse

9-11  
OCTOBRE  
2015

SALON  
**ZEN &  
BIO**

**NANTES**  
Parc de la Beaujoire  
de 10h à 19h



# Édito

## Zen & Bio, 3 jours pour être soi-même et adopter le « do it yourself »



### Zen & Bio 2015 dans l'air du temps

- ◆ Bien manger, bien vivre, avec le chef Eric Chisvert p. 17
- ◆ Se soigner naturellement avec les huiles essentielles, par David Andrault, acupuncteur et aromathologue p. 17
- ◆ Soigner les addictions (tabac, alcool, jeux...) avec l'hypnose, par Dany Dan Debeix p. 17
- ◆ Couple, sexualité et EFT, par Alain Maria p. 18
- ◆ Stop aux insomnies avec Anita Guibert p. 18
- ◆ Préserver le capital santé de votre enfant par la naturopathie, avec Chantal Dargère p. 19
- ◆ Communication animale et reiki : un duo gagnant pour le bien-être animal, par Anne-Laure Dallet p. 19

L'équilibre et le bien-être n'ont jamais été autant au cœur des besoins et des aspirations de nos contemporains.

**Pour sa 8<sup>e</sup> édition, du 9 au 11 octobre à Expo Nantes La Beaujoire, le salon Zen & Bio 2015 et ses 200 exposants accueilleront un public de plus en plus demandeur et de plus en plus connaisseur.**

Cela tombe bien, car leurs exigences sont aussi les nôtres !

D'après le baromètre Agence BIO / CSA de janvier 2015, en 2014, près de 9 Français sur 10 ont consommé un produit bio au moins occasionnellement (contre 75 % en 2013) et 6 sur 10 au moins une fois par mois (49 % en 2013). **Le Bio fait désormais partie des habitudes des Français.**

Tout le programme de cette édition 2015 donnera à connaître, à approfondir, à expérimenter. Venir au salon en solo ou en famille, ce sera choisir de laisser quelques mauvaises habitudes au vestiaire pour repartir avec de nouveaux réflexes, de nouvelles envies.

En retournant aux sources de l'harmonie, de l'authenticité et de la plénitude, chacun pourra, à sa manière et à son rythme, placer le vivre mieux au sommet de ses priorités.

Au fil des stands, des conférences, des ateliers et des animations, le visiteur, grand ou petit, apprendra dans la bonne humeur une autre relation à soi et aux autres. Plus stable, plus saine, plus nature.

**Au salon Zen & Bio 2015, les recettes de la sérénité seront concentrées dans un agenda bien rempli. Alimentation, santé, développement personnel : à chaque thématique sa journée !**

Et pour garder la forme et le lien, une mine d'informations sera disponible, grâce aux associations et aux organismes spécialisés, mais également à travers les livres, magazines et autres DVD en vente sur place.

# Zoom programme : 150 animations !

3 journées thématiques  
88 ateliers-conférences  
31 ateliers pratiques  
12 démonstrations  
13 animations créatives



## Zen & Bio 2015 Nouvelles animations et ateliers inédits

- ◆ Des plantes ayurvédiques qui se dégustent et l'énergétique des plantes ayurvédiques expliquée par Claire Laceve p. 22
- ◆ La préparation d'un savon par saponification à froid avec Jeff Renault, artisan savonnier (Savondou) p. 22
- ◆ Des ateliers pratiques : Se ressourcer par la peinture (Dominique Marcère) • Yoga Tango Vittoz (Astrid Tacher et Michel Berger) • Yoga du visage et voyelles sacrées (Alain Pénichot) • Le burn out maternel, comment en sortir ? (Marie-Christine Eustache) • Atelier de tambour chamanique (Louisa Vinciarelli) p. 20

### Vendredi 9 octobre

#### Journée de l'alimentation

Pour identifier parmi plus de 800 aliments et plats préparés ceux qui nous veulent du bien.

Avec les éditions Thierry Souccar.

Interventions des diététiciennes nutritionnistes Florence Piquet et Angélique Houlbert.

### Samedi 10 octobre

#### Journée de la santé

Le régime cétoène pauvre en glucides et riche en graisses, espoir pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer.

Avec les éditions Thierry Souccar.

Interventions du docteur Michèle Serrand, gériatre, et de Brigitte Karleskind, journaliste scientifique.

### Dimanche 11 octobre

#### Journée du développement personnel

Accepter ses émotions pour développer une intelligence nouvelle.

Avec les éditions Eyrolles.

Interventions de Lilou Macé et Leïla Limam.

#### 88 ateliers-conférences

Pour découvrir, comprendre et appréhender les produits et les méthodes présentés (gestion du stress, neuropathie, hypnose, coaching, médecine chinoise...).

#### 31 ateliers pratiques

Pour tester différentes techniques de relaxation (sophrologie, art-thérapie, qi gong, yoga...).

#### 13 animations créatives

Pour goûter, faire soi-même, reproduire les recettes du bien manger et du bien vivre.

# Nouveaux exposants et Exposants locaux

Ils arrivent avec des créations à reproduire et à décliner facilement



Les Pays de la Loire sont la deuxième région (après Midi-Pyrénées) où les exploitations bio (2 090) représentent plus de la moitié des surfaces engagées (115 686 ha). La progression du nombre de producteurs et de surfaces associées est, comme partout sur le territoire métropolitain, en progression. (Source : Les carnets de l'Agence Bio 2015 - « La Bio dans les territoires »)

Mieux manger, mieux vivre ses émotions, mieux dormir : le salon **Zen & Bio 2015** s'annonce comme un concentré de découvertes pour garder ses 5 sens en éveil et adopter un éco-comportement dans tous les domaines de la vie quotidienne.

Saveurs salées ou sucrées, bijoux artisanaux en provenance de France et d'Europe, soins énergétiques... : les nouveaux exposants ont rivalisé de créativité pour accompagner le mouvement général vers la bio et le bien-être.

Dans la région, les producteurs ne sont pas en reste, avec de nombreuses déclinaisons bio de produits bien connus des Ligériens. Nantes et ses environs sont en effet réputés pour leurs centres de formation en santé alternative et thérapeutique et son riche tissu économique et associatif régional.

Tous proposeront aux visiteurs des dégustations et des expériences adaptées à toute la famille.

## Les nouveaux exposants :

- ★ ALIMENTATION : 12
- ★ MODE / MAISON : 16
- ★ BEAUTÉ / BIEN-ÊTRE / DÉVELOPPEMENT PERSONNEL : 35

## Les exposants locaux :

- ★ ALIMENTATION : 14
- ★ MODE / MAISON : 14
- ★ BEAUTÉ / BIEN-ÊTRE / DÉVELOPPEMENT PERSONNEL : 35



## Zoom nouveaux exposants - Alimentation

Chaque année, le salon Zen & Bio accueille de nouveaux exposants attirés par la qualité de la programmation. Les visiteurs qui répondent présents en nombre leur permettent d'accroître leur notoriété et de toucher un public de consommateurs avertis et curieux.

### Domaine de l'Eglantine



Vignerons de père en fille et fils depuis 6 générations, ils cultivent depuis 1979, 9 Ha de vigne en appellation MORGON.

En 2003 ils ont choisi la culture Biologique pour produire un vin de terroir et leur permettre de trouver le bien être dans leurs vignes, pour respecter l'environnement et notre santé.

### Bahya Culinaire



Fabricant d'ustensiles de cuisson à basse température en inox 18/10\*. Formée à la naturopathie et spécialisée dans le conseil en nutrition, Sandrine Bedos est convaincue que notre bien-être passe en grande partie par le contenu de notre assiette.

C'est une chose de bien équilibrer la composition de ses repas, c'en est une autre de bien les préparer. En effet, la cuisson altère la qualité nutritionnelle des aliments. Et en matière de cuisine saine, le procédé de cuisson est aussi important que la qualité des aliments.

C'est pourquoi cuisiner à basse température préserve la richesse naturelle des aliments.

### Fumage artisanal d'Angresse



Ancien chef de cuisine et restaurateur, Laurent Sezat s'est reconverti dans la fabrication de poissons fumés de grande qualité depuis 1999, en créant le fumage d'Angresse. Petite entreprise spécialisée dans le fumage de poissons frais située dans le sud-ouest.

Le poisson est toujours frais et il ne fume que les meilleurs poissons, le saumon frais d'Ecosse Biologique et le saumon frais Label Rouge provenant d'élevages d'Ecosse ainsi que des poissons sauvages.

### Façon Chocolat



Chocolaterie à Crest dans la Drôme, l'atelier de fabrication est ouvert sur la boutique : chez Façon Chocolat vous voyez travailler les chocolatiers !

C'est une petite équipe de deux chocolatiers, qui sont passionnés par leur travail. Tout est fait à la main, vous n'avez plus qu'à regarder...

Les enfants (et les plus grands !) adorent observer le chocolat s'écouler de la tempéreuse, ou les mains du chocolatier plonger dans le bac de chocolat pour effectuer le trempage à la fourchette ou le façonnage à la poche à douille.

## Zoom nouveaux exposants - Alimentation

---

### Sol Semilla



Inspiré par un courant de pensées remettant en question le mode de consommation, les circuits de distribution et les choix agroalimentaires de nos sociétés modernes, Jean François Hämmerle a créé en 1992, Sol Semilla, une entreprise dont le développement serait lié à celui d'un monde plus harmonieux qui imagine un mode de fonctionnement adapté à cette évolution.

Plus qu'une marque, Sol Semilla est aujourd'hui devenue une filière reliant une belle diversité d'activités dédiées à la diffusion de denrées principalement issues de l'héritage amérindien et provenant pour la plupart du Pérou. On trouve comme aliments proposés : cacao, maca, caroube, lucuma, guarana, spiruline...

## Zoom nouveaux exposants - Mode / Maison

### Tissage de Belle-Île-en-Mer



Nicolas et Nadine Garans tissent des vêtements uniquement à partir de matières naturelles, principalement le mohair et la laine, mais aussi le coton, la soie et le lin en proportion plus restreinte. Chaque manteau, chaque veste, chaque gilet est unique.

Ils réalisent de grands tableaux tissés avec des reliefs, principalement sur le thème de la mer. Ils assurent aussi des animations et des démonstrations de tissage.

### Chan Sab



Dans le cercle des amateurs de sculpture sur terre vivante, Chan Sab, résidant à Saint-Chaliès, est devenue, au fil des années, une référence, exposant dans toute la France, sur les salons spécialisés, et dans son atelier de Saint-Chaliès. Ses sculptures sont façonnées sur de la glaise fraîche qu'elle laisse naturellement durcir avant de les patiner. Si Chan s'inspire aussi des figures des peuples opprimés, les Touaregs, les Gitans, les Indiens, sa source vive d'inspiration demeure les représentations du Bouddha, figure d'une culture à laquelle elle adhère pleinement.

### Remise à flot



Chantier d'insertion à La Rochelle, les couturiers créent une ligne de bagagerie originale à partir de matières de récupération. Ils transforment aussi bien des chutes de voiles nautiques que des anciennes vestes de pompiers ou bâches de camion.

Atelier où l'humain prime, chacun travaille à son rythme pour reprendre confiance en l'avenir.

### RC Durable



La Résidence Citoyenne Durable est l'unique entreprise située à Rennes qui propose des travaux d'isolation à base de liège.

Ils vous proposeront également des solutions écologiques et éco-compatibles pour les ravalements de façade ou travaux de décoration intérieure.

# Zoom nouveaux exposants - Beauté / Bien-Être / Développement personnel

## Vedicare



Vedicare est spécialiste de l'Ayurveda depuis 1992. Ils se consacrent exclusivement à divulguer l'Ayurveda en Europe, en important et distribuant une gamme de produits ayurvédiques haut de gamme en provenance de l'Inde. Leurs cosmétiques sont élaborés à partir de plantes sauvages d'Inde centrale, ou à partir de plantes cultivées dans la ferme biologique de nos fabricants à Nagpur et à Delhi.

L'Ayurveda est une science naturelle très ancienne, elle a environ 5 000 ans.

## Jardin de Maia



Praticien acupuncteur traditionnel chinois et aromathologue, David Andrault est passionné par la phytothérapie et particulièrement sa branche « Aromathérapie ». En complément de son activité en cabinet, il vous fait découvrir deux grands laboratoires reconnus en France pour la qualité de leurs huiles : ABIESSENCE ET PRANAROM.

## Savondou



Savondou est né de cette idée simple : s'il ne devait rester qu'un produit dans la salle de bain, ce serait le savon. Un savon en harmonie avec votre corps, qui le respecte, le protège. En choisissant la méthode de fabrication artisanale de saponification à froid, toutes les matières premières entrant dans la composition des savons sont maîtrisées, et elles conservent toutes les vertus, qu'il s'agisse des beurres ou huiles végétales, des huiles essentielles, ou des ajouts comme l'argile, le lait, le miel...

Jeff fera également découvrir sur le salon lors d'animations sa méthode de saponification à froid.

## Nounn



Dédié à la pratique de la méditation, l'objet permet de s'asseoir en position dite du diamant, les genoux repliés devant soi, l'abdomen dégagé, le dos bien droit. Sa structure, plate sur le dessus, en demi-sphère vers le sol, trouve et stabilise le point d'alignement de l'utilisateur, calme les tensions de la colonne vertébrale, favorise la concentration. Il convient pour des séances de méditation mais aussi pour des moments de convivialité autour d'une table ou un temps prolongé de travail.

# Zoom exposants locaux - Alimentation

La région Pays de la Loire compte parmi les plus dynamiques dans le domaine de la production et de la consommation bio. L'occasion de la mettre à l'honneur !

## La Panetière des Hameaux



Boulangerie des magasins Les Hameaux Bio, la Panetière des Hameaux livre son pain frais et artisanal tous les jours dans les magasins de Guérande, Trignac et Saint Nazaire.

Découvrez aussi leurs viennoiseries et leur biscuit « Le pain du pêcheur », aux raisins, noisettes...

## La Route des Comptoirs



Entreprise spécialisée dans le thé, La Route des Comptoirs parcourt les plantations chaque année pour y ramener la meilleure sélection de plantes pour ses mélanges et observer l'évolution des conditions de travail et de vie au sein des petites plantations, la plupart certifiées FLO (Max Havelaar), avec laquelle l'entreprise travaille.

Originaires de Chine, du Sri Lanka, du Japon, d'Afrique du Sud, du Laos, du Vietnam, ces thés sont tous issus de l'agriculture biologique et réputés pour leur qualité.

## Couleurs d'épices



Installé à Bouguenais, Couleurs d'épices vous propose une très large gamme d'épices du monde.

Des épices issues d'écorces, de fleurs, de feuilles, de fruits, de bulbes ou de graines qui illumineront la saveur de vos plats.

## Domaine Leroux Gérard



Le Domaine Gérard Leroux 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.

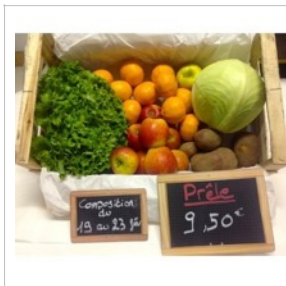
# Zoom exposants locaux - Alimentation

## Coteaux Nantais



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

## Paniers 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 au 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 : cakes, pizzas, lasagnes, tartes...
- une gamme de produits surgelés : pizzas, tartes provençales...
- une gamme de produits secs : biscuits, madeleines, pâtes, farines

# Zoom exposants locaux - 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, kinésiologue, qi gong...) le bois polarisé facilite les soins énergétiques.

## Mohair de Grand-Lieu



Bernadette Chocteau est productrice et vendeuse de produits fabriqués en laine mohair à St Philibert de Grand lieu. Elle fait partie d'un réseau national qui fédère les producteurs pour transformer la laine dans les meilleures conditions.

Passionnée depuis sa tendre enfance par ces animaux, elle gère aujourd'hui un troupeau de près de 70 têtes.

## Biosfaire



Biosfaire sélectionne depuis plus de 6 ans des matériaux de construction écologiques pour la santé de l'habitant, l'environnement et le développement durable.

La bioconstruction, c'est construire un habitat écologique en matériaux sains. Ils oeuvrent dans la région pour la promotion de l'habitat sain, l'éco-construction, la maison écologique, saine, naturelle et bio-climatique, le bâtiment écologique.

## Sun City



Concepteur de vélos électriques, Sun City s'engage aussi sur le salon pour les transports propres !

Essais organisés dans la cour intérieure du salon.

# Zoom exposants locaux - Beauté / Bien-Être / Développement personnel

## Lulu & Guite



Lulu & Guite, c'est une marque de cosmétiques naturels, biologiques et artisanaux 100% naturels, conçus sans ingrédients chimiques ou issus de la pétrochimie. Formulés simplement, sans excipients inutiles, avec uniquement des actifs bénéfiques pour la peau. A base d'huiles végétales et essentielles bio précieuses. Fabriqués à la main, en France. 100% écologiques, sans impact négatif sur l'environnement. Des savons, des baumes, des huiles de soin, des démaquillants, des hydrolats, formulés avec des matières premières d'exception, pour répondre aux besoins de toutes les peaux.

## Esophro Formation





Esophro est une société qui comprend 3 structures qui se développent en interaction. En 2010, date de sa création, l'idée d'ESOPHRO était de créer un nouveau concept de professionnalisation de la formation au métier de sophrologue mais également une nouvelle perspective pour la pratique de la sophrologie : « L'excellence de la formation en sophrologie et la mise en place d'un réseau de professionnels dans toute la France ». Aujourd'hui, cette belle histoire continue de s'écrire avec succès et passion. Esophro se compose donc du centre, de l'école et de la partie intervention en entreprises.

## La Trichotherapy

Ouvert en 2011 à Nantes, Le Studio est un lieu privilégié et intimiste... Passionnée par son métier, Elisabeth Arnault a pris conscience depuis fort longtemps qu'avant même de coiffer une personne, il faut, d'abord, la découvrir et la comprendre pour pouvoir ensuite créer l'architecture propre à elle-même, à sa personnalité. Totalement à l'écoute de la personne, de son visage et de son cheveu, elle amène petit à petit la personnalité originale à se dévoiler et peut alors réaliser sa véritable architecture.

# Zoom exposants locaux - Beauté / Bien-Être / Développement personnel

---

	<p><b>Escalego</b></p> <p>Agence de voyages dédiée au bien être et au développement personnel qui vous propose des séjours, circuits, croisières, séminaires et événements d'entreprises ponctués de nuits en hébergements authentiques et atypiques de visites culturelles, de loisirs, de découvertes ; couplés de séances de coaching, de conférences de psychologie positive, d'activités de bien être du corps et de l'esprit en plein air : yoga, shiatsu, sophrologie, rigologie... Pour donner un sens à vos vacances et découvrir un endroit comme vous ne l'avez encore jamais vu...</p>
	<p><b>Algocorp</b></p> <p>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.</p> <p>Ils proposent de la spiruline en paillettes, en comprimés mais aussi avec du chocolat, du sel ou du gomasio.</p>

# Programme des grandes conférences

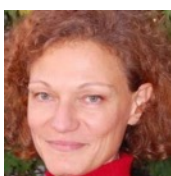
## Salle Loire - Hall Bio

Avec 3 journées thématiques et 6 grandes conférences, **Zen & Bio** balaiera l'ensemble des sujets qui font du bio une balise pour mieux manger, mieux dormir, mieux vivre. Alimentaire, santé, développement personnel : les spécialistes présents proposeront aux visiteurs de lancer un pont entre avancées théoriques et applications pratiques.

vendredi 9 octobre 2015

13:00

Acide-base : l'équilibre est dans l'assiette



Florence Piquet

L'équilibre acide-base de notre corps est influencé par ce que nous mangeons. Une alimentation bien choisie est donc notre meilleure alliée. Pour préserver cet équilibre, une alimentation optimale est possible. Laquelle ? Quels aliments choisir et sur quels critères ? Suivez le guide... et venez trouver les clés de votre forme.

*Florence Piquet est diététicienne nutritionniste à Limoges*

17:30

La meilleure façon de manger



Angélique Houlbert

En matière de nutrition, on entend tout et son contraire. Des conseils concrets, validés scientifiquement, vous aideront à préserver votre santé : quels sont les aliments à privilégier ? Comment les préparer, et quelle doit être la fréquence de leur consommation ? Faut-il bannir toutes les graisses ? Les laitages sont-ils indispensables ? Pourquoi choisir des aliments à Index Glycémiques bas ? Quels sont les 3 critères pour choisir son pain ? Quels sucres éviter et lesquels sont acceptables ? Vous aurez ainsi toutes les réponses à ces questions, basées sur la science et non les lobbies agroalimentaires !

*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 dans les suppléments nutritionnels en intégrant une entreprise familiale française de nutrition orthomoléculaire. Actuellement rédactrice d'articles sur la nutrition et les compléments alimentaires pour la presse professionnelle (BioLineaires), elle mène en parallèle ses consultations au sein de la Caisse Primaire d'Assurance Maladie de la Sarthe où elle a participé à la mise en place de Bilans Nutritionnels et d'une Ligne Nutrition (0811 700 724). Formatrice et conférencière pour diverses entreprises et organismes, elle est aussi chroniqueuse pour Lm TV (Y'a plus K Bien manger !), et « 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 », « La meilleure façon de manger pour les enfants », « Le Nouveau Régime IG » et « Le régime IG diabète ». D'autres ouvrages viennent compléter cette liste : « Premiers repas de 6 mois à 3 ans » et « 100 aliments IG à volonté ».*

samedi 10 octobre 2015

13:00

## Maladie d'Alzheimer et apparentées : quelles perspectives ?



**Michèle  
Serrand**

Après avoir donné les éléments importants du diagnostic (dépistage, diagnostic positif, génétique), après avoir évoqué les pistes actuelles sur les causes de la maladie, le Dr Serrand fera part des éléments permettant de :

- diminuer les risques de développer une maladie d'Alzheimer : lutte contre les facteurs de risque,
- ralentir l'évolution de la maladie :
  - ➔ piste des cétones,
  - ➔ apport des thérapeutiques non médicamenteuses dont l'exercice physique et cérébral,
- accompagner un membre de sa famille atteint de la maladie.

*Le Dr Michèle Serrand est gériatre dans un EHPAD (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes)*

17:30

## Les compléments alimentaires sont-ils utiles ? Pouvons-nous leur faire confiance ?



**Brigitte  
Karleskind**

Régulièrement, la presse du monde entier titre sur l'inutilité, voire les dangers des compléments alimentaires. Plus rarement, elle monte un temps en exergue les propriétés soit disant quasi miraculeuses d'une molécule ou d'une autre.

Une alimentation équilibrée et diversifiée peut-elle suffire à nous apporter tous les nutriments dont nous avons besoin, quels que soient notre état de santé ou notre mode de vie ? Mais aussi, pouvons-nous réellement avoir, chaque jour, une alimentation diversifiée et équilibrée ?

Alors qu'en est-il et que nous dit la recherche ? Les compléments alimentaires peuvent-ils être bénéfiques et dans quelles circonstances ? Exemple des multivitamines, de la CQ10 et de la mélatonine.

Enfin, pouvons-nous nous fier aux compléments alimentaires ? Leur mode de fabrication est-il bien encadré et surveillé ?

Si les compléments alimentaires peuvent être bénéfiques, ils ne sont pas anodins et leur utilisation doit se faire dans le respect des conseils d'utilisations et en tenant compte des leurs contre-indications.

*Brigitte Karleskind est journaliste scientifique. Elle a été rédactrice en chef du magazine Giropharm et rédactrice de la lettre Nutranews (lettre d'information centrée sur la recherche dans le domaine des compléments alimentaires).*

dimanche 11 octobre 2015

13:00

Transformer sa vie en 100 jours



Lilou Macé

Transformez votre vie en 100 jours avec les outils de transformation et manifestez à vous tout ce dont vous rêvez !

Qu'est ce qu'une vie extraordinaire ?  
Est ce possible de transformer sa vie en 100 jours ?  
Les clés de la transformation  
Comment créer une intention et pourquoi ?  
Quels sont les outils et pratiques pour transformer sa vie ?  
Qu'est ce que et comment réussir le Défi des 100 jours ?  
Comment faire face aux défis, au stress et à la négativité

Pour la sortie de son tout nouveau livre, inspirant, ludique et pratique "Le Défi des 100 jours : cahier d'exercices pour une vie extraordinaire" : tel un guide, ce cahier nous invite à devenir notre meilleur coach, notre meilleur ami et à passer à l'action pour que nos rêves se manifestent pour vivre une vie extraordinaire.

Une conférence qui va vous booster et vous permettre de fonctionner dans la joie, suivre votre intuition et évoluer rapidement au quotidien.

*Lilou Macé est l'auteur de 2 livres : « J'ai perdu mon Job et ça me plaît » et « Je n'ai pas d'argent et ça me plaît » (Editions Trédaniel), dans lesquels elle raconte ses difficultés financières et son parcours qui la mène à ne plus chercher la réussite matérielle et à fonctionner plus avec le coeur qu'avec l'intellect. Elle est une référence sur le web avec plus de 24 millions de vidéos vues sur Youtube et sur « La Télé de Lilou » ([www.lateledelilou.com](http://www.lateledelilou.com))*

17:30

Prévention du burn out : les premiers signes d'alertes et quoi faire



Leïla Limam

Le burn out, ou syndrome d'épuisement, n'est pas une maladie mais un processus par lequel une personne dépasse ses capacités d'adaptation à une situation et va épuiser ses ressources énergétiques tant physiques que psychiques.

De plus en plus de personnes entrent dans ce processus sans s'en rendre compte et, parfois, peuvent aller jusqu'au bout. Les dernières études montrent que près de 12 % de la population française est déjà sur la pente raide. La bonne nouvelle est que l'on peut stopper le processus et inverser la vapeur... encore faut-il pouvoir identifier pour soi les tous premiers signes d'alertes, ou les identifier pour autrui.

Une fois la conscience éveillée sur ces signes, chacun peut faire ce qui est nécessaire pour ne pas s'engager, ou sortir du processus.

C'est le but de cette conférence : vous donner des clefs pour être plus apte à construire votre propre prévention et vous éviter ce chemin, ou vous permettre d'éviter à une personne de votre entourage cet écueil.

*Leïla Limam s'est penchée depuis 10 ans sur ce sujet et œuvre à la prévention sous divers aspects. Grâce à la société Co-incidences qu'elle a créée en 2006, elle a intégré la prévention de ce risque dans ses formations sur le management, son accompagnement de ces derniers en entreprise et celui des dirigeants de PME. Elle amène des personnes à identifier leurs propres mécanismes d'adaptation, à découvrir les limites à ne pas dépasser, à savoir discerner leurs premiers signes d'alerte. Elle a également animé des conférences et ateliers sur cette thématique pour La Poste, Orange, Salon pour l'Emploi, etc. La prévention étant au cœur de son action, elle a co-créé en novembre 2014 une nouvelle structure, Shem's ([www.shems-nantes.com](http://www.shems-nantes.com)) qui intègre dans la prévention toutes les dimensions qui impactent le bien-être d'un individu. À savoir, non seulement la gestion du mental, mais aussi celle du corps grâce à Cynthia Garcia Guillen, coach sportif, et son associée. Docteur en Médecine Dentaire, Coach certifiée de l'institut REPERE de Paris. Formée à la méthode WOOQ de diagnostic collectif des risques psychosociaux liés au travail (Service de Psychologie du Travail et des Entreprises de l'Université de Liège). Membre de l'Association Européenne de Coaching.*

# Programme des ateliers-conférences

Chaque jour, les rendez-vous s'enchaînent entre 11h et 18h. Programme intensif pour les visiteurs impatients de découvrir l'ensemble de l'offre bien-être du moment. Un code couleur leur permettra de se repérer et passer facilement d'un atelier-conférence à l'autre.

vendredi 9 octobre 2015		
	Thème	Intervenant
11:00	Bien manger, bien vivre	Eric Chisvert
11:00	Se soigner naturellement avec les huiles essentielles	David Andrault
12:00	Apprendre à se ressourcer efficacement dans son quotidien	Aurélié Lamy
12:00	Le yoga des yeux, une approche holistique de la vision (méthode Dr Bates), détoxination, alimentation	Philippe Cleyet-Merle
13:00	Trouver sa voix(e) : chant vibratoire Aeolia	Matilda Aeolia
13:00	Accompagner la libération du mental par les cristaux	Daniel Briez
13:00	La chromothérapie ou les couleurs au service de la santé et du bien-être	Dominique Bourdin
14:00	Comment aménager sa maison ?	Nadège Depresle
14:00	Qu'est ce qu'une coupe énergétique ?	Elisabeth Arnault
14:00	Les bols de cristal	Alain Metraux
14:30	Addictions (tabac, alcool, nourriture, jeux...)	Dany Dan Debeix
15:00	Le yoga des yeux : une approche holistique de la vision	Philippe Cleyet-Merle
15:00	Constellations familiales	Jacqueline Gateau
15:00	Orgonites, protections électromagnétiques	Thierry Hermann
15:30	Graisses brunes : un organe à part entière à 18 fonctions	France Guillain
16:00	Vivre sa mission et connaître le succès	Vanessa Mielczareck et Gilles Guyon
16:00	La Bromatologie ou nutrition humaine	Luc le Métayer Landré
16:00	Retrouver une bonne vue	Danielle Cesbron
16:30	Comment retrouver son énergie ?	Sylvain Lafargue
17:00	Rhumatismes, arthrite, arthrose	Jean-Pol Clesse
17:00	La médecine énergétique chinoise dans notre quotidien occidental	Gilles Tertrais
17:00	La formation à la gestalt-thérapie humaniste : devenez thérapeute et travaillez sur vous	Catherine Cyler
18:00	Devenir coach de vie... Pour qui, comment ?	Gilles Guyon

samedi 10 octobre 2015

	Thème	Intervenant
11:00	Bien manger, bien vivre	Eric Chisvert
11:00	Télomères et cellules souches par la méthode France Guillain	France Guillain
11:00	Améliorer votre sommeil	Anita Guibert
11:00	Résonance Vibratoire Fréquentielle	Martine Berthelot
12:00	Améliorer sa santé par l'auto-hypnose et soigner par l'hypnose	Dany Dan Debeix
13:00	Constellations familiales	Elise Guet
13:00	Développer votre intuition et votre clairvoyance avec l'aide des cristaux	Daniel Briez
13:00	Sciences des nombres	Franck Gilbert
14:00	Le pouvoir de l'intuition et ses synchronicités	Vanessa Mielczareck et Gilles Guyon
14:00	La numérologie créative® pour vous accompagner	Laurence Thiévin
14:00	La luminothérapie et les bienfaits des ions négatifs	Philippe Cleyet-Merle
14:30	Biologie et nutrition, comment rectifier toutes nos erreurs	Luc le Métayer Landré
15:00	De la confusion à la clarté : la gestalt-thérapie, psychologie positive et humaniste	Catherine Cyler
15:00	Trouver sa voix(e) : chant vibratoire Aeolia	Matilda Aeolia
15:00	Couple, sexualité et EFT	Alain Maria
15:30	Techniques d'hypnose pour communiquer et convaincre	Dany Dan Debeix
16:00	Rhumatismes, arthrite, arthrose	Jean-Pol Clesse
16:00	Réflexologie faciale et taothérapie	Le Quang Nhuan
16:00	Fausses-couches, leurs racines émotionnelles	Lucienne Bouttier
16:30	Apprendre à gérer le stress, en faire son allié	Aurélien Lamy
17:00	Auto-hypnose : apprenez à utiliser le pouvoir de votre esprit	Frédéric Langourieux
17:00	Réflexologie plantaire et concept en médecine naturelle en particulier en naturopathie	Frédéric Bernard
17:00	Orgonites, protections électromagnétiques	Thierry Hermann
18:00	A la découverte de notre potentiel. Attirer et manifester le bonheur et la prospérité vers soi, par la loi d'attraction	Sébastien Pachot

dimanche 11 octobre 2015

	Thème	Intervenant
11:00	Pourquoi et comment améliorer notre oxygénation ?	Ivica Antevaud
11:00	Bien manger, bien vivre	Eric Chisvert
11:00	Résonance Vibratoire Fréquentielle	Martine Berthelot
11:00	Les bols tibétains	Alain Metraux
12:00	Introduction à la médecine traditionnelle chinoise	Stéphane Fouillen
12:00	Les naissances par césarienne, siège, circulaire du cordon, mise en couveuse et leurs racines émotionnelles	Lucienne Bouttier
12:00	Stop aux insomnies ! Apprenez à améliorer la qualité et la durée de votre sommeil	Anita Guibert
12:00	Le rôle du chaman aujourd'hui	Karine Laillier
13:00	Trouver sa voix(e) : chant vibratoire Aeolia	Matilda Aeolia
13:00	Cristaux et Quantique : découvrez l'énergie quantique par les pierres	Daniel Briez
13:00	Irrigations coloniques, hygiène intestinale et évolution spirituelle	Dominique Bourdin
14:00	Adoptez la spiruline dans votre quotidien	Emilie Li Ah Kim
14:00	Sciences des nombres	Franck Gilbert
14:00	Le bonheur, Ici et maintenant : la gestalt-thérapie, psychologie positive et humaniste	Catherine Cyler
14:30	Améliorer sa santé par l'auto-hypnose et soigner par l'hypnose	Dany Dan Debeix
15:00	Retrouver une bonne vue	Danielle Cesbron
15:00	En chemin vers le mieux être	Jacqueline Gateau
15:00	Le véritable argent colloïdal	Justine ou Germain Le Borgne
15:30	Comment préserver le capital santé de votre enfant par la naturopathie ?	Chantal Dargère
16:00	Rhumatismes, arthrite, arthrose	Jean-Pol Clesse
16:00	Orgonites, protections électromagnétiques	Thierry Hermann
16:00	Sophrologie et performances sportives	Aurélien Lamy
16:30	Le yoga des yeux : une approche holistique de la vision	Philippe Cleyet-Merle
17:00	Communication animale associée au reiki : duo gagnant pour le bien-être des animaux	Anne-Laure Dallet

■ Salle Erdre, Hall Bio

■ Salle Loire, Hall Bio

■ Salle Chézine, Hall Zen

■ Salle Sèvre, Hall Zen

# Programme des ateliers pratiques

Retrouver de l'énergie, reprendre confiance en soi, se débarrasser du stress, mieux dormir... : pendant trois jours, une série de rendez-vous **Zen & Bio** pour vivre pleinement.

vendredi 9 octobre 2015

	Thème	Intervenant
11:00	Le Thème de Cristal : votre portrait énergétique de naissance	Wydiane Khaoua
12:00	Se ressourcer par la peinture	Dominique Marcère
13:00	Massage énergie des 5 éléments	Annette Georget
14:00	Une relation zen avec l'argent	Frédéric Gérard
15:00	Atelier de tambour	Louisa Vinciarelli
15:15	Ma voix qui soigne, chante, change ma vie !	Matilda Aeolia
16:00	Perception de l'aura et équilibrage avec les couleurs	Dominique Bourdin
17:00	La numérologie créative® pour vous accompagner	Laurence Thiévin
17:45	Yoga Tango Vittoz	Astrid Tacher et Michel Berger
18:00	Savita Yoga, posture, respiration, méditation	Aline Mahé-Garcia

samedi 10 octobre 2015

	Thème	Intervenant
11:00	Le Thème de Cristal : votre portrait énergétique de naissance	Wydiane Khaoua
11:30	Ma voix qui soigne, chante, change ma vie !	Matilda Aeolia
12:00	Yoga derviche	Solène Gateau
13:00	Améliorer votre sommeil	Anita Guibert
14:00	Yoga du visage et voyelles sacrées	Alain Pénichot
15:00	Qi Gong du cœur	Antoine Cottebrune
16:00	Atelier de tambour	Louisa Vinciarelli
16:00	Trouver sa confiance, ses forces avec le coaching de vie	Gilles Guyon
17:00	Initiation au Shiatsu	Xavier Porter-Ladousse
17:00	Apprendre à gérer son stress	Anita Guibert

dimanche 11 octobre 2015

	Thème	Intervenant
10:30	Yoga derviche	Solène Gateau
11:00	Spécial thérapeutes : améliorer sa patientelle	Dany Dan Debeix
11:30	Le Thème de Cristal : votre portrait énergétique de naissance	Wydiane Khaoua
12:00	Sophro Kids : apprendre aux enfants à se ressourcer et à s'apaiser	Aurélié Canu
13:00	Le yoga des yeux	Philippe Cleyet-Merle
14:00	Réflexologie faciale et taothérapie	Le Quang Nhuan
15:00	Le burn out maternel. Comment en sortir ?	Marie-Christine Eustache
16:00	Ma voix qui soigne, chante, change ma vie !	Matilda Aeolia
17:00	Atelier de tambour	Louisa Vinciarelli
17:45	Loi de l'univers et réussite	Frédéric Gérard

■ Salle Jules Verne, Hall Zen

■ Salle Berlingot, Hall Bio

# Programme des animations

## Salle Berlingot - Hall Bio

Créer, faire soi-même : **Zen & Bio** privilégie l'expérimentation et le plaisir de donner forme et vie à la matière, qu'il s'agisse de cuisine, de beauté ou d'entretien de la maison. Découvrir en testant rend la visite instructive et ludique et permet de se convaincre que le bio est à la fois économique et efficace en plus d'être beau et bon.

### vendredi 9 octobre 2015

	Thème	Intervenant	Tarif
10:45	« Bee Happy », baume à lèvres	Nadine Bouillon, Jacaranda	2 €
12:15	La cuisine végétarienne vous intrigue ou vous tente ? Cet atelier est fait pour vous !	Sylvie Marsollier, AVF	
13:45	Prendre soin de sa peau avec les huiles solaires de plantes : techniques de réalisation et bienfaits	Emmanuelle Guilbaudeau, TerraHerba	
16:15	Dentifrice à la menthe	Nadine Bouillon, Jacaranda	5 €

### samedi 10 octobre 2015

	Thème	Intervenant	Tarif
10:30	Préparation d'un savon par saponification à froid	Jeff Renault, Savondou	
12:30	Dégustation de vins	Lilas Carité, « Guide du vin bio » (Éditions Utovie)	
13:30	La cuisine végétarienne vous intrigue ou vous tente ? Cet atelier est fait pour vous !	Sylvie Marsollier, AVF	
15:00	L'énergétique des plantes ayurvédiques avec dégustation	Claire Lacey	

### dimanche 11 octobre 2015

	Thème	Intervenant	Tarif
12:30	Dégustation de vins	Lilas Carité, « Guide du vin bio » (Éditions Utovie)	
13:30	La cuisine végétarienne vous intrigue ou vous tente ? Cet atelier est fait pour vous !	Sylvie Marsollier, AVF	
15:00	Déodorant à la pierre d'alun	Nadine Bouillon, Jacaranda	5 €
16:30	Entretien son linge avec des plantes : fabrication de lessives	Florence Morvant, Créa'naturel	

# Liste des exposants\* - Alimentation

Alimentation	
A TABLE NATURELLEMENT	KERBIO
AHIMSA	KUVING'S CRUDIJUS
ALDA - HUILE D'OLIVES ET MIELS DU PORTUGAL	L'AMANDIER
ALGUES DE BRETAGNE	L'OMNICUISEUR VITALITE
AUX TRESORS DE LA PERSE	LA BASSE-COUR DE CARCASSONNE
BAHYA CULINAIRE	LA MANDORLE
BARAMEL - RENNES 35	LA PANETIÈRE DES HAMEAUX
CAFÉS CHARLES	LA ROUTE DES COMPTOIRS
CERAMINOX	LCHANVRE
CHATEAU GRAND RENARD	LEROUX GERARD
CHLOROPHYLLE COOP BIO	LES ABEILLES D'HELENE
COTEAUX NANTAIS	LES JARDINS DE GAÏA
COULEURS D'EPICES	LES PANIERS BIO SOLIDAIRES
D.E.L BEEM	LOU MALIGNOL
DJ' SARRAZINE	MELI-JO
DOMAINE ANDRE	MOULIN DE L'ABBAYE
DOMAINE DE L'EGLANTINE	NAT-ALI
FACON CHOCOLAT	NATURE & CIE
FLEURON BIO	NATURE ET CACAO
FOODY-FOOD (SOUS-VIDE)	NOIX DU PERIGORD
FROMAGERIE BIO	ORTIE BAUME
FUMAGE ARTISANAL D'ANGRESSE	PLAISIRS DE FRUITS
GELEE ROYALE V.ODOT	SAUCISSONS ET FROMAGES ITALIENS
GRAINE D'ENVIE	SOL SEMILLA SUPERALIMENTS
INVITATION A LA FERME	TACA D'OLI
JEAN HERVE	UTOVIE VIN BIOMAG

\* liste arrêtée au 14 Août 2015

## Liste des exposants\* - Mode / Artisanat

---

Mode / Artisanat	
ATELIER DE CHAMAY	ATELIER DE LA BALEINE
BIONAT	BIOPROLINE
CHANSAB SCULPTURES ZEN	BIOSFAIRE
COULEURS DE SOIE	CTAO L'ISOLATION
L'ATELIER BY BRUNO	ECONOMIES D'EAU
LA CANTATE DU CHANVRE	LAURENT LAINE
LES GOMMES MAGIQUES	LE BOIS D'ANTAN
MOHAIR DE GRAND LIEU	LITERIE SOMMEIL NATURE
REMISE A FLOT	MEGA PROTECT PHONE
TERRE ET OCEAN	POWER PAT
TISSAGE DE BELLE ILE EN MER	RC DURABLE
MAISON / HABITAT SAIN	RELAXARIUM SPA DOUCHES GEOTHERMALES SANS SAVON
AQUA-TECHNIQUES "DOULTON"	SENSATION LIN
AQUAPOL	VAPODIL ADAX'O
ARDELAINA	

---

\* liste arrêtée au 14 Août 2015

---

# Liste des exposants\* - Beauté / Bien-Être / Forme

Beauté / Bien-Être / Forme	
ADN LE PÈRE JEAN	LA VOIE LACTÉE
AIMANTIX	LBK KARITE BRUT
ALGO SYSTEMS	LE JARDIN DE MAÏA
ALOKA	LES ORGONITES
ALPES SANTE NATURE	LULU & GUILHEM
ALTEARAH-BIO	MAGNETIX WELLNESS
ARGENT COLLOIDAL	MAISON BERTHE GUILHEM
ARGILAURO	MEMON FRANCE TECHNOLOGIE ENVIRONNEMENTALE
ASIECO GINSENG	MILLE AGATHE
AU COEUR DES PIERRES	MONT BLANC BIEN-ÊTRE
AUX MINERAUX	NATURE ET BEAUTÉ
BCB ENERGY LINE	NOUNN
BICARBONATE ET ORTIE	O'4 PATTES
BIOFLORAL	OZOANE
BODY NATURE	PEDIRYLAX
BOL CHANTANT	PETITE TOMATE
BOMOÏ SOINS D'ENERGIE	PHYTOZEN
CASSE NOISETTES	PLIM BIEN ETRE INTIME
CHAUFFAGE PLASMA	POLLENERGIE
DONNERBERG	RAYFORCE
EDITIONS ECCE	REBELLE SANTÉ
ERGONOMIA 14	SAVONDOU
EYVA PREFORME	SAVONS BOURBONNAIS
FLORA LYS	SPIRU BY AKAL FOOD
FLORE ALPES	SPIRULINE ALGOCORP
GOURMET SPIRULINE	UNIVERS ORIGINE
HOLISTE	VEDICARE L'AYURVEDA
HUILES ESSENTIELLES MARTINETTI	VIVITEX
IMAGIN'ALL	YOGI TEA
L8ESSENTIEL	

\* liste arrêtée au 14 Août 2015

# Liste des exposants\* - Développement personnel / Formation / Massage

---

Développement personnel / Formation / Massage	
ART DE VOIR - D. CESBRON	HARMONIE BIEN ETRE
ARTYZM	HYPNOSE SAJECE
ASSOCIATION VEGETARIENNE DE FRANCE	IFAS - ECOLE HUMANISTE DE GESTALT
CEDRE - MEDECINE CHINOISE	IFSH FORMATIONS
CHANT VIBRATOIRE AEOLIA	LA CHRYSALIDE
DIENCHAM - TAOTHERAPIE	LA TRICHOTHERAPY
DU BOUQUET FORMATION	LE DAUPHIN BLEU ÉNERGÉTICIENNE PAR LES SONS
ECOLE CENTRALE D'HYPNOSE	LES TAMBOURS DE JADHYANE
ECOLE EIR	NUMEROLOGIE CREATIVE®
ECOLE NATUROPATHIE DARGERÉ	OOWAKE CHAMANISME
ECOUTEZ LA FRANCE PROD	RVF-SCIENCE DES NOMBRES
EFFET FENG SHUI	SAMADEVA NANTES
ESCALEGO	SANTE SOLIDARITE 44
ESOPHRO FORMATION	SHIATSU ATLANTIQUE
ESPACE CLEOMNES	SOPHROLOGIE
EVASION CELTIQUE	TOUCHER MASSAGE

\* liste arrêtée au 14 Août 2015

---

# Liste des exposants\* - Associations / Tourisme / Jardin

---

Associations / Tourisme / Jardin	
ASSOCIATION KOKOPELLI	L214 ETHIQUE ANIMAUX
ASSOCIATION ROBIN DES BOIS	LA TOUR D'AUZAY
CREA-LAND	NATURE ET VIE
GREENPEACE	SEA SHEPERD FRANCE
HTT DIFFUSION	SUN CITY VÉLO ELECTRIQUE

---

\* liste arrêtée au 14 Août 2015

---

# Services offerts, informations pratiques et accès

## Services offerts

Garderie d'enfants	Un espace détente sera aménagé pour les plus petits. Ateliers contes, yoga, théâtre, expression corporelle, maquillage, dessin, jeux divers, etc. <i>à partir de 3 ans • samedi et dimanche • gratuit</i>
Espace bébés	Un espace spécialement aménagé accueillera les bébés et leurs parents pour une pause biberon, change et câlins à l'écart de l'agitation du salon
Consigne gratuite	Les achats sur le salon pourront y être déposés
Parking gratuit	5 000 places aux abords immédiats du Parc des expositions de La Beaujoire
Vestiaire	2 €

## Informations pratiques

Horaires d'ouverture	10h-19h • Dernière entrée à 18h30
Lieu	Expo Nantes Atlantique • Parc de La Beaujoire • Halls 1 et 2
Prix d'entrée	<ul style="list-style-type: none"><li>• 5 € tarif plein</li><li>• 3 € tarif réduit sur le site internet <a href="http://www.salon-zenetbio.com">www.salon-zenetbio.com</a></li><li>• Gratuit pour les moins de 12 ans, les chômeurs, les personnes handicapées, les étudiants et les bénéficiaires du RSA</li></ul>

## Accès

En voiture	<ul style="list-style-type: none"><li>• Boulevard périphérique, sortie n°40 « Porte de la Beaujoire »</li><li>• Autoroute A11, sorties n°23 et 24</li></ul>
En tramway	Ligne 1, direction La Beaujoire
En autobus	Lignes 75, 80 et C6, arrêt Beaujoire
En taxi	Station de taxis à l'entrée du parc. Réservation conseillée (Tél. 02 40 69 22 22)

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



Leader en France de l'organisation de salons grand public et professionnels consacrés 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, NaturaBio, Natexpo, Respire la Vie, le rendez-vous Innov'Eco.



## Contacts Presse

Agence K&V  
**Violaine Hémon • Claudie Jouin**

violaine@agence-k-v.com  
claudie@agence-k-v.com

Tél. 02 53 45 13 55 / 06 22 82 27 44



Partenaires du salon *Zen & Bio* 2015 :



# Table des matières

---

Édito	2
Zoom programme : 150 animations !	3
Nouveaux exposants et Exposants locaux	4
Zoom nouveaux exposants - Alimentation	5
Zoom nouveaux exposants - Alimentation	6
Zoom nouveaux exposants - Mode / Maison	7
Zoom nouveaux exposants - Beauté / Bien-Être / Développement personnel	8
Zoom exposants locaux - Alimentation	9
Zoom exposants locaux - Alimentation	10
Zoom exposants locaux - Mode / Maison	11
Zoom exposants locaux - Beauté / Bien-Être / Développement personnel	12
Zoom exposants locaux - Beauté / Bien-Être / Développement personnel	13
Programme des grandes conférences	14
Programme des ateliers-conférences	17
Programme des ateliers pratiques	20
Programme des animations	22
Liste des exposants* - Alimentation	23
* liste arrêtée au 14 Août 2015	23
Liste des exposants* - Mode / Artisanat	24
* liste arrêtée au 14 Août 2015	24
Liste des exposants* - Beauté / Bien-Être / Forme	25
* liste arrêtée au 14 Août 2015	25
Liste des exposants* - Développement personnel / Formation / Massage	26
* liste arrêtée au 14 Août 2015	26
Liste des exposants* - Associations / Tourisme / Jardin	27
* liste arrêtée au 14 Août 2015	27
Services offerts, informations pratiques et accès	28