

ZEN&BIO

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

NANTES

ExpoNantes La Beaujoire

10
ans



Le salon Zen & Bio est un événement

Spas
Organisateur
www.spas-expo.com

www.salon-zenetbio.com

Réseau
ZEN&BIO

SOMMAIRE



Salon 2017

P. 3



Anniversaire 10 ans !

P. 6



Nouveaux exposants & produits

P. 8



Conférences experts

P. 14



Animations créatives

P. 18



Ateliers conférences

P. 20



Ateliers pratiques

P. 25



220 
EXPOSANTS

2 300 m² 
DE SURFACE D'EXPOSITION

300 m² 
D'ANIMATIONS SPÉCIALES 10 ANS



2017, UN SALON PLUS GRAND, PLUS ANIMÉ, ENCORE PLUS CRÉATIF

Avec **20 % de surface d'exposition en plus**, dont 13 % consacrée aux animations spéciales anniversaire, le salon Zen & Bio 2017 entend fêter dignement ses 10 ans. Les 220 exposants se répartiront dans le **Hall Bio** (alimentaire, vin, mode, artisanat, maison) et le **Hall Zen** (beauté, bien-être, santé, développement personnel, thérapie, massage, formation). À noter, **plus de 70 petits nouveaux – nationaux et locaux** – seront au rendez-vous et **de nombreux produits inédits** seront proposés aux visiteurs.

Initiative Bio Bretagne (IBB), organisera un stand groupé pour nos voisins bretons. Les 4 participants (la marque **Be Reizh** qui valorise les produits bio et bretons, la conserverie Er Vro **La Marmite Bretonne**, le torréfacteur **Krazan L'Orgé**, le préparateur/transformatrice de produits bio appertisés à base de légumineuses et de céréales **Flex & Relax Bean You**) seront mis en avant sur un bel ilot.



CONFÉRENCES EXPERTS : ALIMENTATION, SANTÉ, DÉVELOPPEMENT PERSONNEL, 3 JOURS, 3 THÉMATIQUES AU CŒUR DE L'ACTUALITÉ

ATELIERS-CONFÉRENCES : MÉTHODES ET PRODUITS APPLICABLES À DE NOMBREUSES PROBLÉMATIQUES

ATELIERS PRATIQUES : DÉCOUVRIR ET METTRE EN PRATIQUE DES TECHNIQUES POUR SE SENTIR MIEUX

ANIMATIONS CRÉATIVES : METTRE LA MAIN À LA PÂTE ET APPRENDRE À FAIRE SOI-MÊME

10 
ANS

+ 46 % 
D'EXPOSANTS

2,5 x 
PLUS DE VISITEURS

LE PLUS GRAND RASSEMBLEMENT BIO ET BIEN-ÊTRE DU GRAND OUEST

Nous sommes ravis de fêter les 10 ans du salon ZEN & BIO et nous préparons une édition particulière où chaque événement participera à l'énergie positive et enthousiasmante de cet anniversaire !

Cela fait maintenant 10 ans que le salon Zen & Bio est l'expression même de possibles alternatives à cette consommation dite standard, conventionnelle, industrielle...

10 ans que **les petits producteurs, transformateurs, artisans, distributeurs, associations viennent partager leur offre bio et naturelle ou leur démarche écologique**, alternative et durable. Ils étaient 150 à se lancer dans l'aventure au début avec nous. **Ils sont maintenant 220** à nous suivre sereinement.

10 ans que venir sur le salon Zen & Bio, c'est découvrir ou redécouvrir le bio, le naturel, l'authentique, le positivisme, le soi et apprendre à les installer dans son quotidien. **Le salon a été précurseur dans la région** en créant un lieu de rencontres et d'expériences tournées vers les valeurs de l'humain.

10 ans que nous avons choisi ce format pour recréer du lien, apprendre, comprendre et puiser le positif dans la relation avec l'autre. Car c'est aussi à travers cette rencontre avec l'autre que notre société pourra évoluer.



10 ans que ce partage se dévoile au fil des stands par les expériences et le travail de chaque exposant, mais aussi à travers les **90 conférences, 36 ateliers pratiques et 17 animations créatives**. Et l'évolution de ces animations très demandées (elles n'étaient que 35 à la création du salon) montre l'importance de s'enrichir de l'expérience des autres.

10 ans que les visiteurs sont de plus en plus nombreux à venir échanger sur des sujets liés au bien-être et à l'environnement, sur nos relations, nos modes de consommation. Ils étaient 8 000 il y a 10 ans, ils sont maintenant quasiment **19 000 à se rendre au salon !**

10 ans que nous travaillons pendant des mois et attendons avec impatience ces 3 jours de rendez-vous pour faire du bien, au corps et à l'esprit !

Et, dans 10 ans, notre région, l'une des plus dynamiques dans le bio, représentera une grande partie du salon. Les visiteurs seront, j'en suis sûre, toujours plus nombreux et avertis. Les enfants feront définitivement partie du voyage et auront leur salon à eux dans le salon, car ces valeurs doivent être enseignées dès le plus jeune âge. Dans 10 ans, on sera tous Zen & Bio !

Nous vous souhaitons les plus belles découvertes pour cette 10^e édition !

Sara Gangloff-Massé, coordinatrice du salon

Réseau 
ZEN&BIO

Le Réseau des salons Zen & Bio rassemble 10 événements installés au sein de régions de France, avec Nantes comme ambassadeur du grand Ouest.

Ils sont devenus des rendez-vous annuels attendus par **un public local et fidèle**, en quête de modes de vie plus sains et de solutions de bien-être au naturel.

Le Réseau Zen & Bio garantit de rencontrer des exposants triés sur le volet (grâce à **une charte de sélection rigoureuse**) offrant des produits biologiques, naturels et des services de qualité.

Il bénéficie également d'un enracinement local fort, avec la présence de producteurs régionaux, et propose une offre exhaustive en bio, bien-être et habitat sain.

 **SEVELLIA**
LA SÉLECTION BIO & NATURELLE


click & collect

Les visiteurs pourront **réserver leur panier idéal sur le site de vente en ligne** de produits bio, naturels et écoresponsables **Sevellia** (17 000

références et 350 vendeurs). Ils récupéreront ensuite leurs achats sur le salon Zen & Bio.

www.sevellia.com

5 % 

DE LA SAU¹ EN BIO
AU NIVEAU NATIONAL

2 543 

EXPLOITATIONS BIO
EN PAYS DE LA LOIRE

89 % 

DES FRANÇAIS
ONT CONSOMMÉ BIO EN 2016

LE BIO FRANÇAIS EN PLEIN ESSOR, NOTAMMENT EN PAYS DE LA LOIRE

La barre est symbolique, mais elle dit beaucoup de l'essor de la production et de la consommation de produits bio en France : en atteignant 5 % de la Surface agricole utile (SAU)² en 2016, **les cultures bio ont fait un bond de 17 % par rapport à 2015**, tant en nombre d'hectares certifiés qu'en parcelles en conversion.

Près de 60 % des fermes et des surfaces bio se situent dans quatre régions : Occitanie (7 218 fermes, 361 718 ha), Auvergne-Rhône-Alpes (4 771 fermes, 204 235 ha), Nouvelle-Aquitaine (4 700 fermes, 188 867 ha), Pays de la Loire (2 543 fermes, 150 595 ha).

Toutes les filières concernées par la croissance

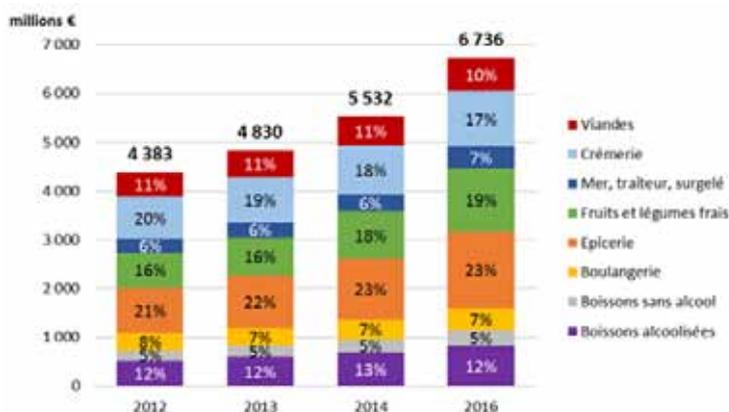
Productions végétales (vergers et vignes compris), élevage, grandes cultures..., la part en bio progresse de manière continue partout. Première conséquence : les activités de production, transformation et distribution bio représentaient **près de 118 000 emplois directs en 2016**, avec une croissance moyenne de 8,4 % par an depuis 4 ans.

1. Surface agricole utile
2. Source : Agence BIO/OC 2016

Les produits français bio préférés des Français

Si la demande intérieure de produits bio connaît une croissance exponentielle, elle n'empêche pas les entreprises françaises de bien se porter à l'export. En 2016, **les exportations ont enregistré une croissance en valeur de +14 % par rapport à 2015**, essentiellement grâce aux vins, mais aussi, dans une moindre mesure à l'épicerie.

Répartition en valeur des achats de produits biologiques par les ménages



FOCUS PAYS DE LA LOIRE

- 2 543 EXPLOITATIONS BIO
- 5^E RANG FRANÇAIS
- 150 595 HA BIO ET CONVERSION
- 4^E RANG FRANÇAIS
- 7,2 % DE LA SAU EN BIO
- 4^E RANG FRANÇAIS
- 1 113 OPÉRATEURS AVAL BIO
- 7^E RANG FRANÇAIS



300 m² 

ANIMATIONS POUR TOUTE LA FAMILLE

5 

ESPACES THÉMATIQUES

1 

JEU CONCOURS

ANIMATIONS SPÉCIALES

10^E ANNIVERSAIRE



ESPACE JARDIN ET NATURE - Hall Bio

Un espace pour découvrir le jardinage écologique, l'agriculture urbaine et la permaculture, pour favoriser la biodiversité et valoriser nos déchets. Un espace pour échanger, apprendre, s'informer... Avec des animations tout au long de la journée.

Le Jardin Ressource

Ce bureau d'étude nantais inspiré par la permaculture propose ses formations et ses compétences en conception d'aménagements paysagers et accompagnement de projets.

Créée au cours des années 1970 par Bill Mollison et David Holmgren, la permaculture est aujourd'hui diffusée à l'échelle mondiale et connaît un succès grandissant. Le Jardin Ressource la définit comme l'art de concevoir des écosystèmes répondant aux besoins humains. Les trois principes éthiques de la permaculture fondent sa démarche : prendre soin de l'Humain, prendre soin de la Terre, créer l'abondance et partager équitablement les surplus.

S'adaptant à tous les contextes, la méthode de design en permaculture est une aide pour concevoir et réaliser de façon efficace et éthique des projets s'inscrivant dans le long terme, qu'ils soient individuels ou collectifs, en ville comme à la campagne. www.lejardinressource.fr



Les Potagers Essaimés

Formations au jardinage biologique, accompagnement des jardiniers dans leurs pratiques du potager au naturel : Les Potagers Essaimés proposent ateliers et stages pratiques, et cycles de formation, en groupes ou individuels pour les jardins collectifs des collectivités, des associations, des copropriétés, des bailleurs sociaux et des particuliers. Objectif : devenir autonome dans la gestion de son potager. Les méthodes mises en œuvre sont respectueuses de la nature et de l'homme. www.lespotagersessaimés.com



O'Bio Potager

Paysagiste spécialisé dans la création et l'entretien de potagers, vergers et jardins biologiques et raisonnés, O'Bio Potager exerce sa passion au service des particuliers, des entreprises, des maisons de retraite et des écoles.

Différents types de potagers sont proposés : carré potager, carré potager surélevé, potager vertical, potager en aquaponie. Tous sont réalisés sur mesure par un menuisier local, en bois de Douglas sans traitement (bois naturellement imputrescible), issu de forêts françaises gérées durablement (PEFC). Ils peuvent être colorés avec des peintures naturelles (à base d'huile de lin cuite). O'Bio Potager s'occupe aussi des potagers traditionnels en pleine terre en suivant les principes de la permaculture. www.obiotpotager.fr

ESPACE ZEN / MÉDITATION - Hall Zen

Un espace pour retrouver le chemin du calme intérieur en s'installant au cœur des Arbres de Vie. S'asseoir au cœur de l'Arbre est un rendez-vous avec SOI, au-delà des mots et des concepts. Une véritable expérience de sensation profonde pour découvrir les textes de la Sagesse des Arbres.

Les Arbres de Vie de Philippe Bray

Réalisées à partir d'arbres tombés pendant une tempête ou en fin de vie, les sculptures de Philippe Bray proposent de vivre une expérience étonnante : s'asseoir en leur sein.

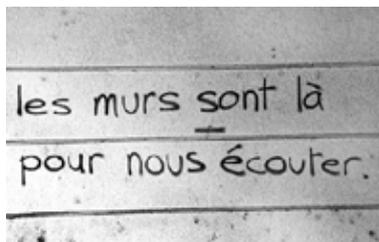
Régal des yeux, leurs formes appellent aussi la caresse. Le toucher est naturel, d'une douceur sensuelle, chacun peut ressentir sa relation avec la texture de l'arbre. Les parfums de cèdre sont propices au rêve, pimentés par les épices du séquoia.



Lorsque les visiteurs le souhaiteront, le sculpteur leur proposera de découvrir l'un des messages issus de la Sagesse des Arbres. Ces textes nous amènent à focaliser notre attention sur des sujets que nous savons importants mais dont l'agitation du monde moderne nous coupe, la plupart du temps. Ainsi, nous sommes invités à saisir notre capacité à observer nos pensées, nos émotions, et à éprouver nos ressentis.

ESPACE D'EXPRESSION LIBRE

Un mur d'expression pour déclarer tout en couleur son amour au salon, à la bio, à la vie, aux autres... et laisser une trace de son passage ! Les visiteurs seront invités à s'exprimer librement sur ce qui les aura touchés, émus, amusés ou encore accompagnés pendant leur visite.



ESPACE TINY HOUSE - Cour extérieure

La tiny house est une petite maison en bois qui a la particularité d'être construite sur une remorque routière, ce qui offre la possibilité à ses habitants de déménager leur logement tout entier et de changer de jardin à volonté !



Son stationnement ne nécessite pas de permis de construire. Toutefois, un permis de conduire BE est indispensable pour la tracter sur nos routes. Par sa taille (environ 20 m² avec l'étage), sa faible consommation et les matériaux qui la constituent, la tiny house est devenue une maison durable et éco-responsable à part entière.

La tiny house est aussi une solution économique pour vivre avec moins de possessions matérielles, dans un espace tout spécialement conçu pour répondre à ses propres besoins. Née aux Etats-Unis il y a une vingtaine d'années, elle conquiert la France depuis peu, mais le mouvement est en marche et réserve déjà bien des surprises !

Baluchon

Baluchon est une entreprise artisanale française (l'atelier se trouve au Pallet, à quelques kilomètres de Nantes), spécialisée dans la conception et la fabrication de tiny houses sur mesure. La société propose également des outils facilitateurs pour les auto-constructeurs. Dans les petites maisons *Baluchon*, rien n'est laissé au hasard et l'alliance entre confort, fonctionnalité, bien-être et éco-responsabilité est la priorité de l'entreprise. Chez Baluchon, « petit » ne veut pas dire « moins », bien au contraire. www.tinyhouse-baluchon.fr

ESPACE BOUGER ZEN – Hall Zen

Pour que les visiteurs puissent découvrir une technique ou l'approfondir, toute la journée seront organisés des cours de yoga de l'énergie, kundalini yoga, pilate, yoga tibétain, yangshen, Qi Gong ou encore Tai chi chuan, d'une durée de 1h à 1h30 (soit une quinzaine de cours pendant toute la durée du salon).

L'espace de l'éléphant

Les cours seront animés par des associations nantaises et se tiendront sur un espace ouvert au cœur du salon. Ils pourront accueillir environ 70 personnes. Adaptés à chacun selon son niveau, ils s'adresseront aux débutants comme aux pratiquants confirmés. Des tapis de yoga seront mis à la disposition des participants.



voir le programme P. 25

GRAND JEU CONCOURS !

Pour fêter ses 10 ans, le salon Zen & Bio proposera aux visiteurs de tenter de gagner l'un des **3 paniers garnis offerts par les exposants** (un panier en jeu chaque jour).

Pour participer, il suffira de télécharger et d'imprimer le bulletin de participation sur le www.salon-zenetbio.com (conseillé) ou bien de le remplir directement sur place (stock de bulletins limité). Dans les deux cas, le bulletin rempli sera à glisser, aux heures d'ouverture du salon, dans l'urne située à l'entrée.

Le tirage au sort aura lieu vendredi et samedi à 18h30 et dimanche à 16h.

Les gagnants seront immédiatement avertis par téléphone et mail. Ils devront venir récupérer leur lot sur place, avant la fermeture du salon à 19h le dimanche 8 octobre.

5 secteurs

ALIMENTAIRE - MODE - ARTISANAT -
PUÉRICULTURE - DÉV. PERSONNEL

focus 6

NOUVEAUX EXPOSANTS
LOCAUX

focus 7

NOUVEAUX
PRODUITS

NOUVEAUX EXPOSANTS LOCAUX & NOUVEAUX PRODUITS



GRAINES D'ICI

ALIMENTAIRE

Un nouveau primeur pratique et responsable qui livre aux particuliers et aux professionnels à Nantes et dans sa région des fruits et des légumes de saison 100 % bio, en direct des producteurs. Une belle aventure humaine et professionnelle conduite par Mathias, 4^e génération d'une famille de primeurs au marché de Talensac, à Nantes.

L'idée Graines d'Ici a germé pour rapprocher le terroir des producteurs locaux des consommateurs, en respectant l'environnement. Les particuliers peuvent se faire livrer chez eux, au travail ou même à la salle de sport. Et les entreprises peuvent mettre en place ce système en interne pour fédérer leurs équipes, améliorer leur bien-être et leur donner le plein d'énergie 100 % bio.

www.grainesdici.fr

Hall Bio - Stand D5

MAYATMA

MODE

Le potentiel éleveur de certains messages, d'une pensée, d'un jeu de mots, et l'intérêt de partager ce type d'énergie en utilisant le t-shirt comme véhicule sont à l'origine de la marque.

Choisir, porter et proposer aux regard des personnes que nous croisons des messages simples, inspirants, qui tendent vers une énergie positive sur un t-shirt de qualité, bien coupé, agréable, respirant, en coton biologique pour favoriser une industrie textile la plus humaine et la plus écologique possible, le tout au prix juste : Mayatma mise sur des produits haut de gamme, durables et non polluants.

www.mayatma.com

Hall Bio - Stand E17



ALGOCORP

BEAUTÉ

La spiruline, aliment très riche en protéines, minéraux et vitamines, est utilisée depuis 2 500 ans pour son fort pouvoir d'oxygénation et de renforcement de l'organisme. On la consomme pour équilibrer de manière simple et rapide son déjeuner, pour faciliter la récupération musculaire lors d'efforts occasionnels ou réguliers et pour aider périodiquement son organisme.

La société Algocorp distribue et commercialise la spiruline issue d'une ferme marocaine avec laquelle elle travaille de manière exclusive. Une étroite collaboration tant au plan humain qu'au plan matériel qui permet à Algocorp de proposer un produit d'une qualité constante et homogène.

www.algocorp.com

Hall Zen - Stand G17



BRUME DE BEAUTÉ



Brume de beauté rafraichissant et hydratant, enrichie en eau de vigne et aloe vera.



Sarmance
Votre sublime

www.sarmance.com

Hall Zen - Stand H4

nouveaux produits
BEAUTÉ

BAOLINE



Poudre de fruit de Baobab bio avec 30 % de spiruline.



algocorp

www.algocorp.com

Hall Zen - Stand G17

LE TEMPS DES COULEURS

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

L'atelier Le Temps des Couleurs propose des cours de peinture et de dessin pour adultes et adolescents tout au long de l'année, en faisant le choix de la méthode d'aquarelle sur papier mouillé du Docteur Margarethe Hauschka. Une approche innovante basée sur la respiration, le rythme et la couleur en s'attachant, dans le processus de création, à la façon dont l'élève pense, ressent et agit.

Selon les âges de la vie, des exercices différents pourront être proposés aux élèves, que ce soit dans une approche purement artistique ou au travers d'un travail d'approfondissement de la connaissance de soi, selon un protocole choisi avec l'enseignant.

www.atelierletempsdescouleurs.com

Hall Zen - Stand K25





ATELIER TOUCHER TERRE

ARTISANAT

Sophie Latappy, à l'initiative de l'atelier Toucher Terre, est une personne qui a, avant tout, besoin et envie de s'exprimer avec l'encre et les couleurs, avec l'argile, avec les mots.

Graphiste, elle a passé de longues années à dessiner pour la mode enfantine à Paris. Céramiste depuis les années 2000, elle marie maintenant gestuelle du tournage et gestuelle du dessin.

Dans son atelier, elle anime aussi régulièrement des séquences de dessin et de création avec l'argile.

so.latappy.free.fr

Hall Bio - Stand C17



SHIZEN SCHOOL



Massage chinois du ventre pour libérer les énergies négatives concentrées dans l'abdomen.

SHIZEN SCHOOL
Formation bien-être pour le corps et l'esprit

www.shizenschool.fr

Hall Zen - Stand K1

8ÈME SENS

MAISON

Le Feng Shui (littéralement « le vent et l'eau ») est un art millénaire d'origine chinoise qui a pour but d'harmoniser l'énergie environnementale d'un lieu, de manière à favoriser la santé, le bien-être et la prospérité de ses occupants.

Chef d'entreprise depuis 20 ans, Lydie Joyer a compris l'influence de l'aménagement des espaces sur le bien-être, d'où la création de la société 8^{ème} Sens.

Sa philosophie est d'accompagner les entreprises et les particuliers dans l'optimisation de l'énergie qui les entoure, pour atteindre une forme de sérénité nécessaire à une vie personnelle et professionnelle harmonieuse.

www.8emesens.fr

Hall Bio - Stand B17





ÉQUILIBIO



Équilibrío, infusion détóx à base de Pu Emk et de plantes d'épices.



www.laroutedescomptoirs.com

Hall Bio - Stand D10

PÉTILLANT POMME-GINGEMBRE



Jus pétillant pomme-gingembre 75 cl.



www.coteaux-nantais.com

Hall Bio - Stand D1



DOSETTE CÉRÉALES INFANTILES



Céréales infantiles en dosette individuelle. 5 saveurs pour varier la diversification alimentaire de bébé (6 mois).



www.boutique-natali.com

Hall Bio - Stand E8



MAILLOT DE BAIN ET BONNET BÉBÉ



Maillot de bain et bonnet de bain adaptés pour bébé.



www.langesdeflo.com

Hall Zen - Stand G21



4 secteurs

ALIMENTAIRE - MODE - BEAUTÉ -
DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

focus 4

NOUVEAUX EXPOSANTS
NATIONAUX

focus 1

NOUVEAU
PRODUIT

NOUVEAUX EXPOSANTS NATIONAUX & NOUVEAU PRODUIT



GASPAJOE

ALIMENTAIRE

Convaincu que les petits gestes font les grandes différences, Gaspajoe recherche des solutions simples et efficaces pour contribuer à un meilleur avenir pour tous. Ainsi, ils ont conçu une alternative saine et durable à la bouteille en plastique jetable : la bouteille en inox.

En moyenne, en France, chacun jette environ 150 bouteilles plastiques par an. En sachant que l'eau plate en bouteilles coûte en moyenne entre 100 et 250 fois plus cher que l'eau du robinet...

Choisir une gourde Gaspajoe, c'est donc faire le choix de réduire ses déchets, de préserver l'environnement, de faire des économies tout en se faisant plaisir en buvant dans une bouteille saine (en inox) et design !

www.gaspajoe.fr

Hall Bio - Stand E9

PARADESA

BEAUTÉ

Parce que Paradesa est installé dans le Luberon, au milieu des lavandes et autres plantes aromatiques, la société a conçu toute une gamme de cosmétiques aromatiques, biologiques, écologiques et naturels, où la bourrache, la rose musquée, la camomille, la lavande, le romarin rivalisent de bienfaits et de fragrances.

Avec en spécialité les huiles essentielles biologiques, 100 % pures et naturelles, la quintessence des plantes aromatiques, l'âme des plantes donnent une matière aromatique noble qui peut servir aussi bien pour purifier l'atmosphère, en cuisine, en massages, en friction ou en interne pour certaines.

www.paradesa.fr

Hall Zen - Stand F15





PRINCESSE VAGABONDE

MODE

Une vagabonde parcourt depuis toujours le monde à la recherche d'émotions, de rencontres...

Aujourd'hui, pour restituer la richesse de ses voyages, elle crée des accessoires et des vêtements de mode éthique pour une femme Princesse Vagabonde, s'engage pour des actions solidaires et défend des causes qu'elle vous propose de partager.

Création française d'accessoires mixtes, réalisés de manière éthique et solidaire, ici et ailleurs, en séries limitées, Princesse Vagabonde fait le choix d'un artisanat moderne, du soutien à des communautés défavorisées et de la scolarisation d'enfants à travers une fondation.

www.princessevagabonde.com

Hall Bio - Stand E15

COCO CUISINE



Préparation culinaire à la noix de coco partiellement déshuilée.
25 cl.



www.lamandorle.com

Hall Bio - Stand ?



THETYS

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

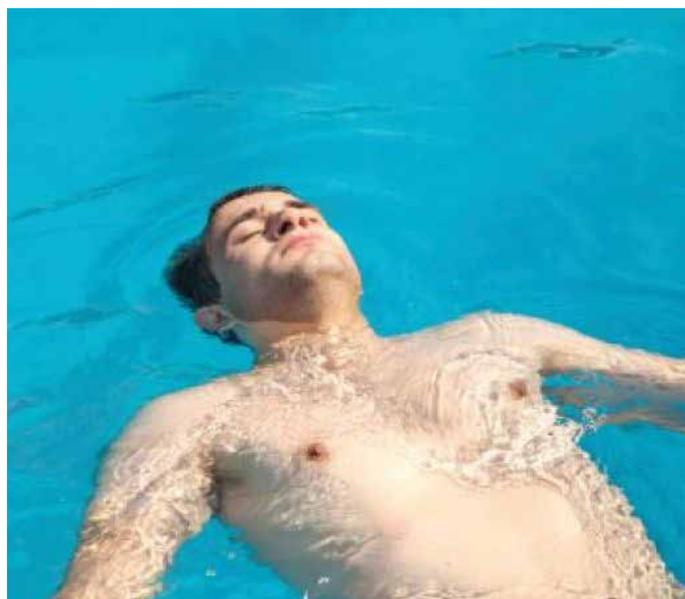
Antony Moreau, passionné par les sports aquatiques depuis l'enfance, a été nageur de compétition pendant des années avant de vouloir faire de sa passion un métier pour transmettre aux autres ce plaisir de l'eau.

Fort de ces multiples expériences, il a décidé de créer la société Thétys en 2005 afin de faire partager sa passion de l'élément « EAU » en toute liberté et de la communiquer de façon originale et innovante au plus grand nombre.

Antony aide à travailler sur la peur de l'eau : l'aquaphobie. Sa méthode permet de mieux comprendre d'où vient cette phobie et d'avancer en franchissant les étapes essentielles de la compréhension et du déchiffrement de celle-ci.

www.thetys.net

Hall Zen - Stand J5



3 
JOURS

3 
THÉMATIQUES

8 
INTERVENANTS



DES CONFÉRENCES EXPERTS AU CŒUR DE L'ACTUALITÉ

Les conférences experts, rendez-vous très attendus des visiteurs, s'articuleront autour de 3 grandes thématiques au cœur de l'actualité :

- **VENDREDI, L'ALIMENTATION** : le régime paléo, avec Bmoove Nantes ; l'alimentation en conscience, avec Lilou Macé.
- **SAMEDI, LA SANTÉ** : la naturopathie et la prévention santé, avec Laurence Monroe ; la médecine chinoise au quotidien, avec Maud Ernault.
- **DIMANCHE, LE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL** : la force des fragiles ou comment s'appuyer sur ses failles pour vivre heureux et reconnaître ses limites pour les dépasser, avec Muriel Mazet ; savoir gérer les personnes toxiques au travail pour éviter le burn out, avec Christophe Médicti.

D'une durée comprise entre 1 heure et 1 heure et demie chacune, les grandes conférences permettront un échange approfondi et éclaireront utilement les visiteurs confrontés à une information foisonnante qu'il n'est pas toujours simple de décoder.

Les 8 intervenants présents aborderont leurs sujets d'expertise avec toute la pédagogie nécessaire, afin que chaque auditeur puisse tirer les enseignements qui lui seront utiles pour demeurer un citoyen averti et rasséréné.

Les conférenciers s'appuieront en particulier sur les expériences que leur pratique, leurs recherches, leurs observations leur ont permis d'initier, d'éprouver et/ou d'analyser, afin que leurs interventions parlent avec la plus grande pertinence au plus grand nombre.

VENDREDI 6

TRANSFORMER SON ALIMENTATION EN CONSCIENCE ★

12H

Changer de routine alimentaire et activer ses sens et le plaisir de manger sans culpabilité pour retrouver une cohérence alimentaire et expérimenter au quotidien plus de liberté, d'énergie et de sérénité. Cette approche douce et ludique, adaptée pour tout type de mode alimentaire permettra de créer sa méthode et de retrouver

une cohérence alimentaire, en lien direct avec la terre et les éléments de la nature. En changeant son regard sur son alimentation, on réinvente sa façon de manger, ses choix, sa manière de consommer et de vivre son quotidien. On devient des acteurs conscients et inspirants. *Lilou Macé*



Auteure et vidéo blogueuse influente, **Lilou Macé** est à l'origine de nombreux reportages et blogs vidéo, livres, sites Internet et témoignages relatifs à l'éveil des consciences et au développement personnel.

Ses Web TV (en français lateledelilou.com et en anglais liloumace.com) sont une référence internationale du net.

Depuis dix ans, investie avec cœur et passion dans sa mission de vie, elle parcourt la planète et interviewe des centaines d'auteurs, entrepreneurs, scientifiques, artistes.

DYNAMISER SA SANTÉ GRÂCE À L'ALIMENTATION PALÉO

16H30

Pourquoi est-on malade ? Pourquoi faut-il faire exactement l'inverse de ce que préconise le Programme National Nutrition Santé pour rester en bonne santé ? Grâce aux dernières avancées scientifiques sur l'Alimentation Paléo,

on découvre comment l'alimentation peut accroître sa vitalité et sa résistance aux maladies de civilisation tout en continuant à se faire plaisir et sans se dé-sociabiliser ! *Wilfried Launay, Blandine Baslé*



Blandine Baslé et **Wilfried Launay** sont deux Nantais passionnés par la nutrition, le sport et la santé. Ils sont auteurs et conférenciers spécialistes du Modèle Paléo depuis plusieurs années.

Créateurs du site BMoove.com et de la plus grande communauté Paléo francophone PALEO FRANCE, ils partagent leurs connaissances et leurs expériences du mode de vie Paléo.

Wilfried dirige plusieurs programmes de coaching autour du Modèle Paléo et Blandine a publié *Paléo ! Les 125 recettes faciles et gourmandes de Blandine* (Ed. Rustica 2016).

SAMEDI 7

NATUROPATHIE, PRÉVENTION SANTÉ



12H



Sur la route de la vie, il vaut mieux prévenir que guérir. Durant cette conférence, nous racontons la naturopathie, véritable solution préventive pour une bonne santé et une hygiène alimentaire physique et psycho-émotionnelle. De nombreuses clés seront apportées pour devenir autonome et respectueux de la planète avec cette médecine naturelle

globale et holistique. Un moment de partage intense où l'on aura l'opportunité de voir qu'il est possible de vivre en harmonie avec soi-même et l'environnement, afin d'optimiser sa santé par des méthodes naturelles.

Laurence Monce, Christophe Cannaud



Master coach, naturopathe, sylvothérapeute, auteure et conférencière, **Laurence Monce** est présidente de l'association AqualibrAttitude.

Elle anime des ateliers, conférences et formations sur divers sujets comme la parentalité, la santé par les méthodes naturelles et la sylvothérapie, la santé par les arbres.

Membre actif de « Naturopathes sans frontières » et « J'agis pour la planète » de Nicolats Hulot, elle est l'auteur de *Parents d'ado, mode d'emploi* (Interéditions 2015) et *Découvrir la naturopathie* (Interéditions 2017).

aqualibrattitude.com



Naturopathe, professeur de Tai-Chi et Yoga, directeur du centre de formation Collège de Naturopathie Rénovée André LAFON, **Christophe Cannaud** est président et co-fondateur de l'association humanitaire « Naturopathes Sans Frontières » en Thaïlande.

Il anime des formations et des conférences sur l'iridologie, la naturopathie et d'autres nouveaux sujets relatifs à la santé et au bien-vivre. Il est l'auteur de *Découvrir la naturopathie* (Interéditions 2017).

naturopathie.com

LA MÉDECINE CHINOISE AU QUOTIDIEN

16H30



La médecine chinoise est une science riche, complexe, née il y a plus de 3 000 ans. Praticienne aguerrie, Maud Ernoult en livre les clés. Pour aller plus loin, elle propose un parallèle novateur entre médecine chinoise et médecine occidentale. Pratique et technique, cette conférence est un vade-mecum de la médecine chinoise : techniques, respiration, alimentation, shiatsu, symbolique des parties du corps, méridiens, déroulement des séances, tableaux

synthétiques, fiches de travail... Tous les principes de la médecine chinoise y sont détaillés et expliqués. Les thérapeutes aussi bien que les novices pourront l'exploiter facilement pour une compréhension du corps et des grands systèmes, et mettre du sens sur les pathologies et les déséquilibres. Pour une santé durable, pensée dans sa globalité, et un plus juste équilibre de vie.

Maud Ernoult



Maud Ernoult est thérapeute en médecine chinoise et formateur de soins holistiques. Elle pratique des soins à domicile dans la région de La Baule, Saint-Nazaire, Pornic et à son cabinet.

Après avoir travaillé en milieu hospitalier, elle s'est consacrée principalement aux techniques corporelles, avec un enseignement de la médecine chinoise et plus particulièrement du shiatsu. Les soins aux huiles et la réflexologie plantaire viennent accompagner le shiatsu dans une forme de thérapie holistique (le corps et l'esprit sont liés) qui recherche les causes des désordres sans se contenter de travailler sur les symptômes.

DIMANCHE 8

LA FORCE DES FRAGILES

12H

avec

E Librairie
EYROLLES.com
La librairie des passionnés et des experts

De nos jours, la fragilité n'a pas bonne presse. Pourtant nous sommes tous fragiles et cette condition première qui est la nôtre ne cessera de faire partie de nous. Cependant, bien différente de la faiblesse à laquelle elle est souvent assimilée, notre part de vulnérabilité ne pourrait-elle pas révéler mille trésors ? Ne représenterait-elle pas finalement une riche opportunité d'accéder à certaines valeurs ? La tolérance envers soi et envers les autres en fait partie.

Tout comme, grâce à elle, nous pourrions avoir davantage accès à notre part de créativité, d'humanité et d'humilité. À travers nos échanges et nos partages, nous essaierons ensemble de percevoir les diverses voies qui nous sont offertes pour parvenir à nous réconcilier à cette part de nous-même. Ceci afin de faire de notre fragilité une alliée et non une ennemie à fuir comme un handicap.

Muriel Mazet



Muriel Mazet est psychologue clinicienne et psychothérapeute d'approche rogérienne.

Elle a travaillé auprès d'enfants et d'adolescents dans un CMPP et au sein d'établissements scolaires, auprès d'adultes en CAT et maison d'arrêt, et exerce actuellement en libéral.

Elle est l'auteure de *La force des fragiles* (Ed. Eyrolles).

GÉRER LES PERSONNES TOXIQUES AU TRAVAIL POUR TOURNER LE DOS AU BURN-OUT ★

16H30

Il n'est pas toujours évident de se sentir bien au travail. Le burn-out est en passe de devenir le mal du siècle. Le nombre de maladies liées au stress a augmenté de 50 % ces huit dernières années, selon l'Institut de veille sanitaire. Qu'est-ce qu'une personne toxique ? Comment la détecter ? Et surtout, comment s'en préserver ? Quels sont

les profils de personnes toxiques que l'on peut croiser dans son existence ? Il existe des clés et des outils relationnels concrets, très efficaces et faciles à utiliser sur le terrain pour se sentir bien au travail, en se préservant. Au travail, le bien-être, c'est rentable !

Christophe Médici



Christophe Médici est psycho-sociologue, coach de vie.

Il est aussi formateur spécialisé en développement relationnel, communication et management, fondateur de la méthode Haute qualité relationnelle®, chroniqueur et animateur radio/télévision et auteur.

Son 16^e livre vient de paraître : *Savoir gérer les personnes toxiques. Les outils de la méthode haute qualité relationnelle®* (Ed. Dangles)

3 
JOURS

17 
ATELIERS

10 
INTERVENANTS



ANIMATIONS CRÉATIVES : FOCUS SUR L'INÉDIT ★



VENDREDI 6

CUISINER L'ORTIE ET LE PISSENLIT EN POTAGE ET EN SAUCES ★

Josette Lescouarch

11H

PRÉPARER UN SAVON PAR SAPONIFICATION À FROID

Jeff Renault, Savondou

12H30

Jeff, savonnier professionnel, montrera comment réaliser son savon naturel et sain à la maison, et aidera à différencier les produits cosmétiques en apprenant à se protéger du marketing outrancier qui règne dans ce domaine.

CRÉER UN LAIT HYDRATANT BIO POUR LE CORPS (3 €) ★

Marie Fréour, Ateliers au Naturel

14H

DEVENIR CONSOMM'ACTEUR POUR NOTRE PEAU

Julien Brault, Bomoï

15H30

Julien mettra en avant les principes fondamentaux pour une meilleure consommation pour notre peau. Il mettra aussi l'accent sur les process de fabrication des produits. Un temps sera également consacré à répondre aux questions.

BICARBONATE, COMMENT L'UTILISER DANS LA CUISINE

Josette Lescouarch

17H

SAMEDI 7

RÉALISER UN PAIN PALÉO ET UNE PÂTE À TARTINER AU CHOCOLAT ★

Blandine Baslé et Wilfried Launay

11H

Blandine et Wilfried sont les principaux ambassadeurs de l'alimentation Paléo en francophonie. Blandine fera des démonstrations de créations originales de plats gourmands : un pain et une tartinade au chocolat saine, très addictive !

DÉCOUVERTE ET DÉGUSTATION DE VINS

Lilas Carité, Guide du vin bio (Ed. Utovie)

12H30

CUIRE À BASSE TEMPÉRATURE

Michel Huet

13H

RÉALISER UN SHAMPOOING FORTIFIANT ★

Nadine Bouillon, Jacaranda

14H30

Fabriquer soi-même ses produits d'hygiène et d'entretien, c'est se réapproprier les outils pour prendre soin de son corps et de son intérieur, devenir autonome, et en plus pour pas cher !

PRATIQUER LE JARDINAGE AU NATUREL ★

Annie Ardois, Les Potagers Essaimés

16H

Apports et échanges sur les fondamentaux du jardinage au naturel. Tour d'horizon des pratiques et des petits plus.

DEVENIR CONSOMM'ACTEUR POUR VOTRE PEAU

Julien Brault, Bomoï

17H30

Réédition de l'atelier du vendredi.

DIMANCHE 8

RÉALISER UN PAIN PALÉO ET UNE PÂTE À TARTINER AU CHOCOLAT ★

Blandine Baslé et Wilfried Launay

10H30

Réédition de l'atelier du samedi.

DÉCOUVERTE ET DÉGUSTATION DE VINS

Lilas Carité, Guide du vin bio (Ed. Utovie)

12H

Réédition de l'atelier du samedi.

FAIRE DES CRAIES AVEC SES ENFANTS ★

Nadine Bouillon, Jacaranda

13H

SE SERVIR DE LA NATURE POUR SOIGNER LES PLANTES ★

Annie Ardois, Les Potagers Essaimés

14H30

Apports et échanges sur la façon de faire ses traitements naturels soi-même et de créer plus d'équilibre dans son jardin.

CRÉER UN LAIT HYDRATANT BIO POUR LE CORPS (3 €) ★

Marie Fréour, Ateliers au Naturel

16H

Réédition de l'atelier du vendredi.

CUISINER L'ORTIE, LE PISSENLIT ET LE BICARBONATE

Josette Lescouarch

17H30

3 
JOURS

85 
ATELIERS-CONFÉRENCES

53 
INTERVENANTS



ATELIERS-CONFÉRENCES RICHES ET DENSES : FOCUS SUR L'INÉDIT ★



VENDREDI 6

11:00	HARMONIES DES SONS ET COULEURS SACRÉES AU SERVICE DE LA VIE	Eléonore de Lardemelle-Veillard
	LES BASES DU FENG SHUI ★	Lydie Joyer
	CONSTELLATIONS FAMILIALES : HARMONISER LES RELATIONS ENTRE PARENTS ET ENFANTS	Jacqueline Gateau
	SOIS LE CHANGEMENT QUE TU VEUX VOIR DANS LE MONDE	Philippe Bray
12:00	PURIFICATION, DYNAMISATION DE L'EAU, BIENFAITS GRÂCE AUX MINÉRAUX ET SOLIDES DE PLATON	Jean-Marc Guinnard
	ORGONITES, ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES ET GÉOBIOLOGIE	Thierry Hermann
	DÉCOUVREZ UN MÉTIER D'ACCOMPAGNEMENT EN PLEINE EXPANSION	Gilles Guyon
13:00	GÉOBIOLOGIE : NETTOYER ET HARMONISER DURABLEMENT SON LIEU DE VIE	Hervé Rouché
	LES PLANTES SAUVAGES AU SERVICE DE NOS DOULEURS ET DE NOTRE SANTÉ ; LES BONS PLANS DU PÈRE JEAN	Jean-Paul Clesse
	DEVENIR THÉRAPEUTE EN GESTALT ET CHOISIR SA VIE	Béatrice Veillard
	AMÉLIORER SA SANTÉ PAR L'AUTO-HYPNOSE ★ ET SOIGNER PAR L'HYPNOSE	Dany Dan Debeix
14:00	L'ÉNERGIE SCALAIRE	Hubert Maurer
	LE POUVOIR DE L'INCONSCIENT	Lionel Agullo
	LE YOGA DES YEUX, UNE APPROCHE HOLISTIQUE DE LA VISION	Philippe Cleyet-Merle
14:30	NOUS DEVONS CHANGER D'ALIMENTATION CAR NOUS SOMMES EN DANGER. COMMENT LA RECTIFIER NATURELLEMENT ★	Luc Le Metayer-Landre
15:00	CONTACTEZ LE POUVOIR DE L'INTUITION, CRÉEZ DES SYNCHRONICITÉS	Vanessa Mielczareck-Gilles Guyon
	RÉFÉRENTIEL DE NAISSANCE	Claire Maria
	LÂCHER PRISE AU QUOTIDIEN AVEC L'AIDE DES CRISTAUX	Wydiane Khaoua
15:30	MÉMOIRE, ATTENTION, CONCENTRATION : IMPORTANCE DE LA QUALITÉ DES SUCRES ET DES BAINS DÉRIVATIFS ★	France Guillain
16:00	ÉVOLUER AVEC LA NUMÉROLOGIE CRÉATIVE	Laurence Thiévin
	RETROUVER UNE BONNE VUE	Danielle Cesbron
	TECHNIQUES D'HYPNOSE POUR COMMUNIQUER ET CONVAINCRE	Dany Dan Debeix
17:00	COMMENT AGIR CONTRE LES TENSIONS MUSCULAIRES, TÊTE, NUQUE ET DOS	Alfred Pfenning

17:00	LA GÉOBIOLOGIE SCIENTIFIQUE POUR UN HABITAT SAIN	David Averty
	LA LITHOTHÉRAPIE (ORIGINE, CHOIX ET VERTUS DES MINÉRAUX)	Jean-Claude Kennedec
18:00	RENDEZ-VOUS EN TERRE D'HYPNOSE	Frédéric Eloy
	ET SI VOS YEUX TENTAIENT DE VOUS PARLER ?	Patrice Morchain
	JEÛNE ET IRRIGATIONS COLONIQUES : DÉTOXINATION ET RÉGÉNÉRATION	Dominique Bourdin
	LA SEXUALITÉ SACRÉE TAOÏSTE : INTRODUCTION À L'HOMME, LA FEMME, AU COUPLE MULTI-ORGASMIQUE ★	Noémie Bras, José Toiran

SAMEDI 7

11:00	POIDS ET VOLUME PAR LES BAINS DÉRIVATIFS ET L'ALIMENTATION	France Guillain
	ME LIBÉRER DU STRESS ET DE LA DOULEUR PAR LES TECHNIQUES DU SAMADEVA ★	Anne Bernard
	LE POUVOIR DE L'INCONSCIENT	Lionel Agullo
	ÉVOLUER AVEC LA NUMÉROLOGIE CRÉATIVE	Laurence Thiévin
12:00	LES VERTUS DE L'OMEGACHOCO, POURQUOI, COMMENT. DÉGUSTATION	Jean-Claude Berton
	LES PLANTES SAUVAGES AU SERVICE DE NOS DOULEURS ET DE NOTRE SANTÉ ; LES BONS PLANS DU PÈRE JEAN	Jean-Paul Clesse
	L'APPROCHE NATUROPATHIQUE ET HOLISTIQUE DE LA SANTÉ	Philippe Cleyet-Merle
13:00	LITHOTHÉRAPIE : COMMENT BÉNÉFICIER DE L'ACTION ÉNERGÉTIQUE DES MINÉRAUX	Hervé Rouché
	RETROUVER UNE BONNE VUE	Danielle Cesbron
	ORGONITES, ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES ET GÉOBIOLOGIE	Thierry Hermann
	AMÉLIORER SA SANTÉ PAR L'AUTO-HYPNOSE ET SOIGNER PAR L'HYPNOSE	Dany Dan Debeix
14:00	FATIGUE ET IMMUNITÉ : L'APITHÉRAPIE POUR SE SOIGNER ★	Allain Hubert
	VAISSEAU DE CRISTAL	Alain Metraux
	OSER ÊTRE SOI AVEC ACCESS CONSCIOUSNESS	Nelly Quil
14:30	ALLERGIES, INTOLÉRANCES, SATURATIONS : CAUSES RÉELLES ET SOLUTIONS ★	Luc Le Metayer-Landre
15:00	AMÉLIORER L'INTUITION ET LA CONFIANCE EN SOI AVEC L'AIDE DES CRISTAUX	Wydiane Khaoua

SAMEDI 7

15:00	COMMENT AGIR CONTRE LES TENSIONS MUSCULAIRES, TÊTE, NUQUE ET DOS	Alfred Pfenning
	CHEVEU, PARLE-MOI DE MOI ★	Jean-François Couchellou
15:30	LOI D'ATTRACTION ET HYPNOSE : COMMENT CHANGER VERS LE MIEUX-ÊTRE	Lionel Agullo
16:00	LES CLÉS DU COUPLE ★	Alain Maria
	GEMMOLOGIE, ORIGINE DES MINÉRAUX : LITHOTHÉRAPIE, OLIGOTHÉRAPIE	Jean-Claude Kennedec
	L'ÉNERGIE SCALAIRE	Hubert Mauerer
17:00	PURIFICATION, DYNAMISATION DE L'EAU, BIENFAITS GRÂCE AUX MINÉRAUX ET SOLIDES DE PLATON	Jean-Marc Guinnard
	7 POINTS POUR PRESQUE TOUT GUÉRIR : TRAITEMENT DE LA DOULEUR ET DES DIFFICULTÉS PSYCHOLOGIQUES SELON LA MÉDECINE TRADITIONNELLE DERVICHE	Christophe Garon
	CRÉATIVITÉ & DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ★	Perrine Bichon
18:00	COMMENT APPRENDRE À ÊTRE ET RENDRE LES AUTRES HEUREUX AVEC LA GESTALT	Béatrice Veillard
	CONCRÉTISER SA MISSION DE VIE AVEC LES COACHING INTUITIFS	Vanessa Mielczareck-Gilles Guyon
	HOLOPSONIE, CURE DE SONS ET CHROMOTHÉRAPIE : DEUX APPROCHES QUANTIQUES	Dominique Bourdin
	LE RÔLE DU CHAMANE AUJOURD'HUI	Karine Laillier

DIMANCHE 8

11:00	L'APPROCHE NATUROPATHIQUE ET HOLISTIQUE DE LA SANTÉ	Philippe Cleyet-Merle
	ET SI VOS YEUX TENTAIENT DE VOUS PARLER ?	Patrice Morchain
	CONSTELLATIONS FAMILIALES : RÉUSSITE ET HARMONIE DANS LA VIE	Jacqueline Gateau
	LA MÉDECINE SYMBOLIQUE : QUELLES RÉPONSES À QUELLES QUESTIONS ?	Benoît Gandy
12:00	IMAG'ET VOUS, LES THÉRAPIES DU BIEN-ÊTRE ★	Sylvie Favreau, Béatrice Ganacheau, Adeline Bossard
	L'ÉNERGIE SCALAIRE	Hubert Mauerer
	BOLS TIBÉTAIN	Alain Metraux

DIMANCHE 8

13:00	ORGONITES, ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES ET GÉOBIOLOGIE	Thierry Hermann
	LA GESTALT POUR RÉALISER VOS RÊVES ET OBJECTIFS	Béatrice Veillard
	PURIFICATION, DYNAMISATION DE L'EAU, BIENFAITS GRÂCE AUX MINÉRAUX ET SOLIDES DE PLATON	Jean-Marc Guinnard
	DOS RÉGÉNÉRÉ : TRAITEMENT DU MAL DE DOSET DES ARTICULATIONS SELON LA MÉDECINE TRADITIONNELLE DERVICHE ★	Christophe Garon
14:00	LE RÔLE DU CHAMANE AUJOURD'HUI	Karine Laillier
	PRÉVENIR LE VIEILLISSEMENT EST-IL POSSIBLE, EST-CE POSSIBLE DE LE RETARDER, VOIRE DE L'EMPÊCHER ? ★	Chantal Dargère
	COMMENT ÉQUILIBRER SON QUOTIDIEN AVEC L'AIDE DES CRISTAUX	Wydiane Khaoua
14:30	ADDICTIONS : GESTION PAR L'HYPNOSE ★	Dany Dan Debeix
15:00	LITHOTHÉRAPIE : COMMENT BÉNÉFICIER DE L'ACTION ÉNERGÉTIQUE DES MINÉRAUX	Hervé Rouché
	RETROUVER UNE BONNE VUE	Danielle Cesbron
	LES PLANTES SAUVAGES AU SERVICE DE NOS DOULEURS ET DE NOTRE SANTÉ ; LES BONS PLANS DU PÈRE JEAN	Jean-Paul Clesse
15:30	LA TROUSSE FAMILIALE D'AROMATHÉRAPIE POUR LES MAUX DE L'AUTOMNE-HIVER ★	Corinne Tripont
16:00	LE POUVOIR DE L'INCONSCIENT	Lionel Agullo
	COMMENT EN FINIR AVEC LES HISTOIRES ET SECRETS DE FAMILLE ? ★	Elise Guet
	LE YOGA DES YEUX, UNE APPROCHE HOLISTIQUE DE LA VISION	Philippe Cleyet-Merle
17:00	COMMUNICATION ANIMALE : NOUVEL OUTIL MIEUX-ÊTRE POUR NOS COMPAGNONS	Anne-Laure Dallet
	CHEVEU, PARLE-MOI DE MOI	Jean-François Couchellou
	GUÉRISSEZ DE VOS TRAUMATISMES ★	Ambre Kalene
18:00	A LA DÉCOUVERTE DU JEÛNE	Stéphanie Retailleau
	HARMONIES DES SONS ET COULEURS SACRÉES AU SERVICE DE LA VIE	Eléonore de Lardemelle-Veillard

3 
JOURS

37 
ATELIERS-PRATIQUES & COURS « BOUGER ZEN »

28 
INTERVENANTS

ATELIERS PRATIQUES



VENDREDI 6

11:00	LE THÈME DE CRISTAL: DÉCOUVREZ LES PIERRES QUI REFLÈTENT VOTRE IDENTITÉ	Wydiane Khaoua
12:00	TANGO ET PLEINE PRÉSENCE	Astrid Tacher, Michel Berger
13:00	À LA DÉCOUVERTE DU TAMBOUR	Louisa Vinciarelli
14:00	L'ARGENT ET LA LOI DE L'ATTRACTION ★	Isabelle Gautier
15:00	LES 7 POINTS DE LA GUÉRISON : RETROUVER LES FORCES D'AUTO GUÉRISON PAR DES PRATIQUES SIMPLES ET D'UNE ÉTONNANTE EFFICACITÉ	Anne Bernard
16:00	COACHING POSTURE ET ÉQUILIBRE ★	Tiphaine Eugeni
17:00	ATELIER CŒUR DE FEMMES : RETROUVER SON FÉMININ SACRÉ	Nathalie Rouché
18:00	DÉCOUVERTE DU DIEN CHAM, TAOKARMA, TNC	Hervé Rouché

SAMEDI 7

11:00	SPÉCIAL THÉRAPEUTES - DÉVELOPPER SA PATIENTELLE	Dany Dan Debeix
12:00	LE THÈME DE CRISTAL : DÉCOUVREZ LES PIERRES QUI REFLÈTENT VOTRE IDENTITÉ	Wydiane Khaoua
13:00	FÉMININ/MASCULIN DE L'INTUITION À L'ACTION	Gilles Guyon
14:00	ATELIER CŒUR DE FEMMES : RETROUVER SON FÉMININ SACRÉ ★	Nathalie Rouché
15:00	YOGA DE SAMARA : DANSE DES NYMPHES - HYMNE À LA VIE ★	Solène Gateau
16:00	LE YOGA DES YEUX	Philippe Cleyet-Merle
17:00	INITIATION AU SHIATSU (2H)	Xavier Porter-Ladousse

DIMANCHE 8

11:00	LE THÈME DE CRISTAL : DÉCOUVREZ LES PIERRES QUI REFLÈTENT VOTRE IDENTITÉ	Wydiane Khaoua
12:00	À LA DÉCOUVERTE DU TAMBOUR	Louisa Vinciarelli
13:00	ATELIER CŒUR DE FEMMES : RETROUVER SON FÉMININ SACRÉ	Nathalie Rouché
14:00	AURA ET CHROMOTHÉRAPIE	Dominique Bourdin
15:00	QI GONG & YOGA DU CŒUR SOLAIRE	Antoine Cottebrune
16:00	EVOLUER AVEC LA NUMÉROLOGIE CRÉATIVE	Laurence Thiévin
17:00	CONSTELLATIONS FAMILIALES	Jacqueline Gateau
18:00	ÉVITEZ L'ÉPUISEMENT, DEVENEZ UN PARENT IMPATIENT ★	Marie-Christine Eustache

ESPACE BOUGER ZEN



VENREDI 6

11:00	YANGSHEN (1H)	Aurélien Garcia, Xiantian
12:30	KUNDALINI YOGA (1H30)	Navjeet
14:30	QI CONG, TAI CHI CHUAN STYLE WU (1H30)	Erick, Ecole Wutaiji
16:30	YOGA DE L'ÉNERGIE (1H30)	Floria Scialino, À Corps Libre

SAMEDI 7

10:30	YOGA DU SENSIBLE (1H30)	Chanderdev Kaur
12:30	MÉTHODE PILATES CLASSIQUE (1H)	Delphine Cochard
14:00	TAÏ CHI CHUAN QI CONG (1H30)	Florian Alaïs, La Tortue d'Or
16:00	YOGA TIBÉTAÏN (1H30)	Navjeet
18:00	QI CONG, TAI CHI CHUAN STYLE WU (1H)	Erick - Ecole Wutaiji

DIMANCHE 8

10:30	YOGA DE L'ÉNERGIE (1H30)	Floria Scialino, À Corps Libre
12:00	INITIATION TAÏ CHI CHUAN QI CONG (1H30)	Florian Alaïs, La Tortue d'Or
14:00	ASHTANGA YOGA - DÉCOUVERTE YOGA DYNAMIQUE TRADITIONNELLE (1H)	Céline, The French Yoga Connection
15:30	YANGSHEN (1H)	Aurélien Garcia, Xiantian
17:00	STUDIO PILATES 44 (1H30)	C. Dubois Folberth & C. Folberth

ZEN&BIO

LA LISTE DES EXPOSANTS EST À RETROUVER SUR LE SITE
WWW.SALON-ZENETBIO.COM/NANTES/LISTE-DES-EXPOSANTS

services aux visiteurs et informations pratiques



Horaires : 10h-19h



Invitations à tarif réduit (3€ au lieu de 5€) à télécharger sur www.salon-zenetbio.com
Gratuit pour les moins de 12 ans, les chômeurs, les personnes handicapées, les étudiants et les bénéficiaires du RSA



Click & Collect : commander sur la boutique en ligne du salon www.salon-zenetbio.com et retirer ses achats sur place



Garderie d'enfants : contes, yoga, théâtre, expression corporelle, maquillage, dessin, jeux divers. À partir de 3 ans - samedi et dimanche (gratuit)



Espace bébés spécialement aménagé pour les pauses biberon, change et câlins à l'écart de l'agitation du salon



Vestiaire 2 € / Consigne gratuite pour les achats sur le salon



Accueil visiteurs : programme, plans, renseignements à l'entrée du salon



Restauration bio sur place

PARTENAIRES DU SALON :



CONTACT PRESSE :



Violaine Hémon
+33 (0)2 53 45 13 55
+33 (0)6 22 82 27 44
violaine@agence-k-v.com
[@violaine-hemon](https://twitter.com/violaine-hemon)

Salle de presse : www.agence-k-v.com