

ZEN&BIO

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

11^{ème}
ÉDITION

5-7
OCT.
2018

DOSSIER DE PRESSE

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

SOMMAIRE

ZEN & BIO, UN LIEU D'ÉCHANGE ET DE PARTAGE AUTOUR DE VALEURS COMMUNES	Page 3
Workshop « Bougez Zen » Des experts au service du salon Le salon en chiffres	
LE MARCHÉ DU BIO	Page 4
Panorama et enjeux d'une mutation Qui sont les néo-bio ? Qu'est-ce qu'on attend pour être bio ?	
LE DYNAMISME DES PAYS DE LA LOIRE	Page 5
ZEN & BIO, FOU DE FOOD	Page 6
Consommer mieux pour mieux vivre, pari gagnant ou pari fou ? Un panier de saison, en toute saison, oui c'est possible ! La vague vegan L'alimentation anti-allergies ou savoir reconnaître les aliments à privilégier	
ZEN & BIO, UN TEMPS POUR SOI	Page 7
Un « avant » et un « après » salon Le développement personnel : où en sommes-nous ? Les arts martiaux, pratiques nouvelles ou ancestrales ? Les Arbres de vie La méditation, clé du mieux-être	
ÊTRE ZEN & BIO	Page 8
La maison naturelle, une philosophie, un art de vivre La cosmétique bio, une offre qui s'enrichit Jardiner écolo, trucs et astuces Zoom « 0 déchet »	
ZEN & BIO, UNE OFFRE TOUJOURS PLUS COMPLÈTE	Page 13
Les ateliers et animations créatives, moments absolus Les expériences à vivre Les conférences « événement »	
ZEN & BIO, LES SERVICES EN PLUS	Page 15

ZEN & BIO

LIEU D'ÉCHANGE ET DE PARTAGE AUTOUR DE VALEURS COMMUNES

Échanger, partager, tester, explorer, s'émerveiller, s'étonner, s'apaiser, le salon Zen & BIO propose depuis sa création, il y a 11 ans, un bouillonnement d'idées, de clés, et de pensées nouvelles pour les visiteurs. 240 exposants, petits producteurs, transformateurs, artisans, distributeurs ou associations viennent partager leur offre bio et naturelle, leur démarche écologique, alternative et durable. Précurseur dans la région du grand ouest, le salon Zen & Bio a créé un lieu de rencontres et d'expériences humaines riches de valeurs et d'une dynamique qui participe à un monde nouveau et différent, pour faire les petits pas nécessaires à la construction de demain.



90 CONFÉRENCES



23 ATELIERS
PRATIQUES



15 ANIMATIONS
CRÉATIVES



15 ATELIERS
ZEN

WORKSHOP « BOUGEZ ZEN »

Cours collectifs (70 personnes) au cœur du salon animés par des associations nantaises.

Découvrir une technique ou l'approfondir, cours de yoga de l'énergie, kundalini yoga, pilates, yoga tibétain, yangshen, Qi Gong ou encore Tai Chi Chuan, d'une durée de 1h à 1h30 toute la journée (soit une quinzaine de cours pendant toute la durée du salon).

DES EXPERTS AU SERVICE DU SALON

D'une durée d'une heure et demie chacune, les conférences experts permettent un échange approfondi et éclairent utilement les visiteurs. 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.

LES CONFÉRENCES EXPERTS : alimentation, santé, développement personnel

LES CONFÉRENCES EXPOSANTS : méthodes et produits applicables à de nombreuses problématiques

LES ATELIERS BIEN-ÊTRE : découvrir et mettre en pratique des techniques pour se sentir mieux

LES ANIMATIONS CRÉATIVES : mettre la main à la pâte et apprendre à faire soi-même

LE SALON EN CHIFFRES

240

exposants

20 300

visiteurs

4 600 M²

d'expositions

600 M²

d'animations

11^{ème} édition

12 secteurs répartis sur 2 halls :

BIO : pause gourmande - associations, tourisme vert et jardinage - le vin à l'honneur - mode éthique - maison saine

ZEN : beauté - santé et forme bio - art du bien-être - formation

Spas
Organisation



LE MARCHÉ DU BIO



PANORAMA ET ENJEUX D'UNE MUTATION

Prendre soin de soi, manger sainement, trouver l'équilibre, retrouver la forme, mieux se connaître, veiller sur soi, consommer bio, respecter l'environnement, privilégier les remèdes naturels... Autant de préoccupations ambitieuses au coeur des aspirations montantes des français. Le salon ZEN & BIO, créé en 2008 à Nantes, grandit chaque année et attend pour sa 11ème édition en 2018, plus de 20 000 visiteurs et 240 exposants. Et le spectre est large : alimentation, habitat, environnement, économie, jardin, vacances, développement personnel, prêt-à-porter, maison écologique, beauté, santé...

Tout est réflexion dans un monde qui s'interroge sur ses modes de vie et de consommation. Précurseur dans la région Grand Ouest, le salon ZEN & BIO séduit, depuis des années, par son authenticité et son offre exhaustive autour de sa thématique. Les consommateurs français sont, chaque année, plus nombreux à se tourner vers les produits bio. Selon les chiffres publiés par l'Agence Bio*, vendredi 1er juin 2018, les achats de produits bio ont doublé en cinq ans, entre 2012 et 2017, passant de 4,189 milliards d'euros à 8,373 milliards d'euros.

Pas étonnant qu'un salon comme ZEN & BIO ait pris une telle ampleur, répondant aux questionnements d'une population engagée et attentive à son environnement. Les problématiques de santé publique, les crises sanitaires, les incidents agro-alimentaires sont autant de facteurs qui maintiennent les consommateurs en éveil. De fait, l'offre s'adapte.

*Étude menée par Internet, via l'Access panel grand public CSA buzz, du 16 au 22 novembre 2017 auprès d'un échantillon représentatif de 1002 Français âgés de 18 ans et plus, constitué d'après la méthode des quotas.



QUI SONT LES NÉO-BIO ?

Les néo-bio partagent des valeurs, des modes de communication et des langages communs. Selon le baromètre Agence Bio/CSA 2018, 5 profils de consommateurs bio se dessinent :

- **Les Vigilants** : 78% consomment bio pour leur santé et celle de leurs enfants (dont 31% principalement pour cette raison en particulier pour les 50-64 ans, 38%).
- **Les Sélectifs** : 67% consomment des produits bio bien particuliers (dont 23% en premier notamment auprès des 35-49 ans, 33%).
- **Les Pragmatiques** : 60% consomment des produits bio quand ils en trouvent (dont 23% en principale raison, plutôt auprès des 65 ans et plus, 35%).
- **Les Engagés** : 53% le font pour soutenir l'agriculture bio (dont 14% en principale raison, en particulier chez les moins de 35 ans).
- **Les Hédonistes** : 41% le font par plaisir, raison plus importante chez les 35-49 ans.



QU'EST-CE QU'ON ATTEND POUR ÊTRE BIO ?

Porté par la demande des consommateurs français soucieux de manger sain et de son environnement, le marché bio se sent pousser des ailes. Plus de 9 Français sur 10 privilégient les produits respectueux de l'environnement et/ou des principes du développement durable dans leurs actes d'achat (94%).

Le marché a ainsi augmenté de 16% l'an dernier par rapport à 2016 pour atteindre 7,85 milliards d'euros. Selon le dernier baromètre Agence bio/CSA, 73% des Français, interrogés en novembre 2017, déclarent consommer un produit bio au moins une fois par mois et 16% des sondés quotidiennement. Les fruits et légumes bio restent les produits les plus achetés des consommateurs (59% des sondés), suivis des produits laitiers (52%) ou encore des œufs (47%).



LE DYNAMISME DES PAYS DE LA LOIRE

Les Pays de la Loire, une des régions les plus dynamiques dans le bio en France, sera présente sur une grande partie du salon avec les acteurs de la filière régionale, des initiatives locales et des nouveautés produits.

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

¹Surface Agricole Utile

DÉCOUVRIR

Bien représentée sur le salon, la filière bio des Pays de la Loire démontrera son dynamisme et sa créativité grâce aux ressources issues du territoire, à la capacité à inventer et réinventer de nouveaux concepts et à valoriser des savoir-faire locaux.

LA ROUTE DES COMPTOIRS

LE LANDREAU (44)

Création d'infusions artisanales bio. 150 références de la gamme sont préparées et conditionnées en France.

HALL BIO - Stand D10

GUÉRANDE COSMETICS

GUÉRANDE (44)

Gamme de cosmétiques à base de ressources naturelles des marais salants de Guérande et de ses bienfaits sur la peau.

HALL ZEN - Stand F8

BULLE DE BIEN-ÊTRE

SUCÉ SUR ERDRE (44)

L'institut s'installera sur le salon pour présenter la rigologie, méditation, sophrologie, relaxation, massage...

HALL ZEN - Stand K3

HAPPY NATURIST'FAMILY

LA LIMOUZINIÈRE (44)

LE NATURISME, UNE TENDANCE QUI PROGRESSE EN FRANCE !

Avec 500 espaces autorisés et 2,6 millions de pratiquants, la France est la 1^{ère} destination naturiste mondiale. Cette philosophie de vie où nature et respect sont les valeurs maîtresses augmente de 2% chaque année.

HALL BIO - Stand A26

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

ZEN & BIO, FOU DE FOOD

Cette année plus encore, les nouveaux courants alimentaires, l'alimentation saine et naturelle ainsi que les produits gourmands bio sont au coeur de la proposition du salon.



ZOOM SUR CONFÉRENCE EXPERT

Salle LOIRE - Hall BIO

SAMEDI 6 OCTOBRE

16h30 : Je me libère du sucre !
Marion Thelliez

ZOOM SUR ANIMATION CRÉATIVE

Salle BERLINGOT - Hall BIO

SAMEDI 6 OCTOBRE

13h30 : Cuisinons les algues bretonnes
Karine Thibaud, Toque-Trotteuse



CONSOMMER MIEUX POUR MIEUX VIVRE, PARI GAGNANT OU PARI FOU ?

Cette année plus encore, les nouveaux courants alimentaires, l'alimentation saine et naturelle et les produits gourmands bio sont au coeur de la proposition du salon. Se mettre à l'heure « bio », c'est également réduire ses quantités de viande, aller vers des systèmes alternatifs quant à l'approvisionnement, prendre conscience de l'importance du maintien de l'agriculture paysanne mais également de l'éthique vis-à-vis des animaux et de l'environnement. C'est aussi avoir la volonté de préserver sa santé. Il est d'ailleurs prouvé que consommer des fruits, légumes et céréales bio aide à ralentir le vieillissement des cellules du corps et à éviter de développer certains cancers et maladies cardio-vasculaires.



UN PANIER DE SAISON, EN TOUTE SAISON, OUI C'EST POSSIBLE !

Écouter la nature de manière raisonnée et au rythme des saisons, c'est l'ADN même des « paniers de saison », véritable boom de consommation pour les clients en recherche de produits frais, bio et locaux. Les paniers de saison, rendent abordable la consommation régulière de fruits et légumes sains et bio et favorisent la créativité culinaire en incitant à composer des recettes parfois oubliées.

DÉCOUVRIR

LES PANIERS BIO SOLIDAIRES - E6

CHATEAUNEUF SUR SARTHE (49)

Les paniers bio solidaires vous proposent des paniers de fruits et légumes bio, locaux de saison.

lespaniersbiosolidaires.fr

GRAINES D'ICI - E2

NANTES (44)

Paniers de fruits et légumes locaux à la maison et au bureau.

grainesdici.fr

KERBIO - C1 / D4

NANTES (44)

kerbio.fr

ZEN & BIO, FOU DE FOOD



LA VAGUE VEGAN

La baisse de la consommation de viande est confirmée depuis plus de 20 ans. 30% des Français seraient « flexitariens », alternant un régime végétarien et omnivore. De plus en plus de Français se déclarent également végétarien, végétalien ou vegan.

Créé en 1944 par l'anglais Donald Watson (co-fondateur de la Vegan Society et premier adepte du véganisme) à partir des premières et dernières lettres de « Vegetarian » le mot « vegan » désigne une façon de vivre basée sur le refus d'exploiter les animaux. En plus d'être végétalien, le vegan n'utilise aucun produit d'origine animale non seulement dans l'alimentation mais aussi dans tous les aspects de la vie courante. On cherche ici par tous les moyens à ce que l'homme ne soit pas source de souffrance pour les animaux.

Si les végétariens excluent les produits à base de chair animale (viande, poisson, fruit de mer), les végétaliens excluent, en plus de leur alimentation, tout produit d'origine animale (oeuf, fromage, lait, miel) et les vegan les excluent de leur mode de vie (laine, soie, cuir... pour le mobilier, les vêtements et accessoires, maquillage, parfum...). Sur les devantures des restaurants, dans les supermarchés, sur les étiquettes des produits fleurissent le terme « vegan » ou « vegan-friendly ».



Les animations créatives organisées par l'association VegoResto permettront d'approfondir concrètement l'esprit vegan du salon avec les visiteurs : 2 fois par jour des chefs de restaurants locaux viennent faire découvrir des recettes végétariennes et/ou vegan.



L'ALIMENTATION ANTI-ALLERGIES OU SAVOIR RECONNAÎTRE LES ALIMENTS À PRIVILÉGIER

La France connaît une véritable explosion du nombre d'allergies alimentaires. Près de 4% des adultes et 8% des enfants doivent ainsi surveiller leur assiette, l'unique solution consistant à bannir la consommation des aliments allergènes et à en favoriser d'autres.

DÉCOUVRIR

BORD À BORD

ROSCOFF (29)

Récolte et transformation d'algues en Bretagne. Produits alimentaires 100% bio et 100% végétal
bord-a-bord.fr

SAS L'CHANVRE

GOUAREC (22)

Produits à base de chanvre.
lchanvre.com

LA MARMITE BRETONNE

PLOUGOUMELLEN (56)

Tartinables, soupes, sauces, plats préparés, purées de légumes et fruits.
lamarmitebretonne.bzh

CORIANES

ROUFFIGNAC-ST-CERNIN (24)

Régal végétal artisanal sans gluten/lactose : pâtes végétaux, biscuits
corianes.bio

ZEN & BIO, UN TEMPS POUR SOI



UN « AVANT » ET UN « APRÈS » SALON

La particularité du salon ZEN & BIO réside dans le contenu de ses conférences avec des experts intervenant sur des thématiques telles que l'alimentation, la santé et le développement personnel.

Avec ses ateliers « Bien-être », le salon livre des recettes imparables pour améliorer son rapport à soi et à son environnement. Des interventions aussi diverses sur l'auto-hypnose, le yoga de la vue, les bactéries, peuvent être des moments inédits et fondateurs pour le public qui connaîtra un avant et un après salon.

ZEN & BIO poursuit ses recherches dans tous les domaines sur les éco-réflexes et le mieux-être qui seront distillés dans les conférences, ateliers et animations toujours plus qualitatifs.



ZOOM SUR LES ATELIERS BIEN-ÊTRE Salle JULES VERNE - Hall Zen

VENDREDI 5 OCTOBRE

13:00 - Faites l'expérience d'un outil de coaching de vie et découvrez des ressources qui sont en vous !
Gilles Guyon

SAMEDI 6 OCTOBRE

13:00 - Atelier « Coeur de Femmes » Comment retrouver la confiance en soi ? - Nathalie Rouché

DIMANCHE 7 OCTOBRE

17:00 - Découvrez le féminin et le masculin en vous - Gilles Guyon



ZOOM SUR « BOUGEZ ZEN » Salle JULES VERNE - Hall Zen

VENDREDI 5 OCTOBRE

15:15 - Kundalini Yoga (1h30) - Marie, Gobinda

SAMEDI 6 OCTOBRE

10:30 - Danse du sensible (1h30) - Chandervev Kaur, Mouvheart

DIMANCHE 7 OCTOBRE

15:30 - Qi Gong de la Verticalité intérieure (1h30)
Gérard Etienne, Ecole Wu Taiji Quan

LE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL : OÙ EN SOMMES-NOUS ?



Le développement personnel n'est plus réservé à quelques aficionados mais se développe et se propage à une population ouverte à l'écoute. L'écoute de soi d'abord, l'écoute de l'autre ensuite. Car le développement personnel, est certes, un accueil de ses émotions mais surtout l'apprentissage de leur gestion. Rester humble devant les pensées qui animent chacun et apprendre à relativiser le positif comme le négatif. En quelque sorte, rester zen.

Cette année plus encore, des ateliers « Bien-être » sur la gestion des émotions, les constellations familiales, la numérologie créative, la rigologie, etc. donnent à comprendre et à voir de nouveaux horizons personnels.



LES ARTS MARTIAUX, PRATIQUES NOUVELLES OU ANCESTRALES ?



Les arts martiaux tels que le Qi Gong, le Tai Chi Chuan et les disciplines comme le yoga, la danse du sensible ont rencontré un franc succès en 2017. Cette année, l'espace proposera de nouveau des ateliers de pratique corporelle pour s'ouvrir à soi-même, se recentrer et s'aligner.

Si ancestrales soient-elles, ces disciplines regorgent de clés pour se recentrer et s'aligner. Ces disciplines font leurs preuves chez les adeptes et chacun peut trouver la discipline de son choix en fonction de ses attentes et de sa personnalité. Il n'y a pas de règles, uniquement celle de suivre son instinct et être en phase avec son professeur. Par exemple, les adeptes du QI GONG vont avoir le choix entre le Qi GONG de la verticalité ou le « Yangscheng » souligne un des exposants du salon.

ZEN & BIO, UN TEMPS POUR SOI



LES ARBRES DE VIE ESPACE ZEN / MÉDITATION - HALL ZEN

Au cœur des arbres de vie, le salon propose aux visiteurs de s'arrêter ici le temps d'une pause zen pour retrouver le chemin de son calme intérieur. Réalisées à partir d'Arbres tombés dans les tempêtes ou en fin de Vie, les sculptures de Philippe BRAY proposent de vivre une expérience étonnante : s'asseoir au cœur des Arbres. Régal des yeux, les formes des Arbres appellent aussi la caresse... Le toucher est naturel, d'une douceur sensuelle, chacun peut ressentir la relation qu'il a avec la texture de l'Arbre.



LA MÉDITATION, CLÉ DU MIEUX-ÊTRE

Dix minutes de méditation par jour améliorent l'efficacité du cerveau en le rendant disponible à l'écoute et à la concentration. Méditer contribue à aller mieux, mais aussi à mieux manger ou à se débarrasser de mauvaises habitudes. La méditation, c'est écouter attentivement ses émotions, les identifier puis les accueillir pour bien les gérer. En favorisant une certaine plénitude, la méditation prévient souvent les maux avant qu'ils n'arrivent. De nombreuses techniques existent aujourd'hui permettant de trouver le chemin de sa propre méditation en fonction de ses attentes et de sa personnalité. Le salon offre des conférences et des ateliers en lien avec la méditation ou plus généralement le développement personnel.

DÉCOUVRIR

LE TEMPS DES COULEURS - K25

NANTES (44)

Cours et stages d'aquarelle thérapeutique selon la méthode Hauschka
atelierletempsdescouleurs.com

COACHING CONFIANCE - K19

SAINT BRÉVIN LES PINS (44)

Coaching confiance, équipocoaching, équithérapie.
coachingconfiance.fr

ÊTRE ZEN & BIO



LA MAISON NATURELLE, UNE PHILOSOPHIE, UN ART DE VIVRE

Qu'est-ce qu'une maison vraiment naturelle ? Comment agir pour mieux respirer, pour que sa maison soit le reflet d'une hygiène saine et d'un environnement préservé ? Notre santé dépend de l'endroit où nous vivons, qui nous expose trop souvent à de nombreux risques.

Des analyses récentes ont été réalisées au sein des habitations par divers organismes (UFC, Que Choisir, Greenpeace...) et reprises par l'Observatoire de la Qualité de l'Air Intérieur. Plusieurs centaines de polluants ont ainsi été retrouvés dans l'air intérieur formant un véritable cocktail chimique sans connaître, pour nombre d'entre eux, l'effet réel sur l'organisme humain en particulier les effets à long terme (cancers, stérilité, atteinte du Système Nerveux Central...).

Tout comme les cosmétiques, certains ingrédients de nos produits ménagers sont également soupçonnés d'être des perturbateurs endocriniens et/ou allergènes tout en étant un danger potentiel pour la planète. Les consommateurs sont donc plus vigilants et sont de plus en plus nombreux à se tourner vers les basiques comme le savon, mais aussi vers les produits écologiques.

Nettoyants pour le sol, détergents, produits W.C. ou pour les vitres, aujourd'hui tous les produits ménagers se trouvent en version « bio » dans les grandes surfaces. Pour y voir plus clair quatre labels sont gage de confiance : Nature & Progrès, Ecocert, NF Environnement et Eco-label Européen.

Pour lutter contre la sur-consommation et préserver la planète, de plus en plus de particuliers se lancent également dans des solutions locales de recyclage de déchets de manière à réutiliser la matière jetée pour lui donner une seconde vie : cuir des anciens équipements sportifs, plastique des bouteilles, laine des vieux pulls, palettes en bois... Le recyclage devient alors un art et une source d'inspiration !

Comment construire, rénover, entretenir un habitat pour qu'il soit non toxique ? Quels produits ménagers favoriser ? Les exposants et experts du pôle « habitat sain » vous donneront les solutions !

DÉCOUVRIR

SCOP ARDELAINE - A22

ST PIERREVILLE (07)

Literie naturelle.
ardelaine.fr

STONART ISOLATION - B20

COUERON (44)

Isolation thermique par l'extérieur avec du liège.
stonart.fr

DOULTON AQUA-TECHNIQUES - B16

MOISSAC (82)

Doulton purificateur d'eau.
aqua-techniques.fr

BIOPROLINE - E14

HOUILLES (78)

Baume d'entretien pour le cuir, il protège, nourrit et imperméabilise tous les cuirs, certifié ECOCERT
bioproline.fr

BIOSFAIRE - B18

NANTES (44)

Matériaux écologiques pour l'habitat (isolants, revêtements, peintures, enduits...)
biosfaire-materiaux.com

ÊTRE ZEN & BIO



LA COSMÉTIQUE BIO, UNE OFFRE QUI S'ENRICHIT

Selon le dernier baromètre de l'Agence Bio / CSA, 43% des Français ont déclaré avoir acheté au moins un produit cosmétique ou d'hygiène bio au cours de l'année. Avec un débat toujours plus actif sur la composition des cosmétiques, notamment la question des perturbateurs endocriniens, choisir ses cosmétiques devient essentiel. En 2017 plusieurs labels européens, dont COSMEBIO ou encore le référentiel français Ecocert, se sont entendus sur un cahier des charges commun, le référentiel COSMOS. La charte implique que 95% à 100% des ingrédients soient d'origine naturelle et qu'il y ait au moins 20% de bio au total et 95% de bio dans les ingrédients végétaux.

Le marché des cosmétiques bio confirme aussi son essor et sera à l'honneur avec la présentation de jolies nouveautés produits et des innovations labellisées. Les ateliers et les conférences du salon alliés à la rencontre d'exposants dédiés donnent un fil rouge aux visiteurs dans leur quête de bien-être.

Après l'alimentation et la mode, la beauté passe également à l'heure vegan, retirant de la composition tout ingrédient d'origine animale (y compris le lait, les oeufs, la cire, la lanoline, la résine de shellac, les graisses animales) et que les produits ne soient pas testés sur les animaux (produits intitulés ou reconnaissables par la mention « Cruelty Free » ou « Sans Cruauté »).

Le petit dernier dans le secteur des cosmétiques naturels : la Slow Cosmétique. C'est un mode de consommation écologique de la beauté, qui invite à consommer moins, mais mieux. Moins, car on utilise un même produit cosmétique pour plusieurs utilisations (comme l'Aloe Vera, les huiles végétales, le beurre de karité ou l'argile) et mieux, quand on prend le temps de sélectionner uniquement les formules à base d'ingrédients naturels de qualité, les moins transformés. Il s'agit donc d'une consommation raisonnable et naturelle des produits de beauté.

DÉCOUVRIR

OZOANE - F16

OZON (65)

Savons et cosmétiques Bio au lait frais d'ânesse.
ozoane.net

LAIT DE JUMENT BIO - I6

VOLMUNSTER (57)

Cures de lait de jument, soins cosmétiques.
jumvoilac.com

SARMANCE - H4

GÉTIGNÉ (44)

Première marque de cosmétiques issue de vignes biologiques aux bienfaits antioxydants et hydratants
sarmance.com

MLLE AGATHE - F1

LUCEAU (72)

Gamme de cosmétiques bio et compléments alimentaires bio à la bave d'escargot.
mlle-agathe.fr

MAISON BERTHE GUILHEM - G3

LA BASTIDE DE BESLAS (09)

Maison fondée sur le respect de la nature et le maintien de la tradition familiale fabricant des cosmétiques.
bertheguilhem-cosmetique.fr

PROPOLIA - H12

CLERMONT L'HERAULT (34)

Propolia allie les bienfaits des produits de la ruche et des plantes.
propolia.com

ÊTRE ZEN & BIO



JARDINER ÉCOLO, TRUCS ET ASTUCES

L'espace Jardin & Nature, marquera une nouvelle fois le salon, avec ses astuces de jardinage écologique et la découverte de la permaculture. Il sera assuré par 5 associations locales qui favorisent la biodiversité et valorisent les déchets.

Être ZEN & BIO, c'est aussi prendre le temps de s'occuper de son jardin. Les exposants mettent en lumière les techniques pour jardiner de façon écologique.

LE JARDIN RESSOURCE
LES POTAGERS ESSAIMÉS
O'BIO POTAGER
LA TRICYCLERIE
PERMACULTURE 44

DÉCOUVRIR

OYAS ENVIRONNEMENT - A13

SAINT JEAN DE FOS (34)

Poteries d'arrosage écologiques.
oyas-environnement.com

HISTOIRE DE SEMENCE - A14

NIORT (79)

Semences anciennes, livres cuisine, livres jardinage bio.
histoiredesemence.eu

JARDIN DE FRANCE - B15

CERNAY (68)

Outils de jardinage, sans effort et dédiés à la taille douce des plantes.
jardin-defrance.com

ASSOCIATION KOKOPELLI - E24

LE MAS D'AZIL (09)

Pionnier pour les semences libres.
kokopelli-semences.fr



ZOOM « 0 DÉCHET »

Un Français produit en moyenne 500 kilos de déchets par an. Seules 35 % de ces ordures sont recyclées. Le 0 déchet consiste à éviter de produire des déchets qui ne pourront être ni recyclés ni compostés. Le salon met à l'honneur de nombreux acteurs autour de ces gestes du quotidien qui facilitent la vie et protègent l'environnement.

DÉCOUVRIR

Ô BOCAL - D5

NANTES (44)

Boutique de produits bio vendus sans emballage dédiée au zéro déchet.
obocal.com

GASPAJOE - C2

PARIS (75)

Marque pionnière en France de la bouteille inox saine et durable.
gaspajoe.fr

FOODY-FOOD - B8

DREUX (28)

Univers de la conservation sous-vide des aliments crus et cuits.
foody-food.fr

PLIM - G7

MELLE (79)

Protections intimes en coton certifié, coupes menstruelles...
plim.fr

COVERFLEX - D13

NEZIGNAN L'ÉVEQUE (34)

Couvre plats extensible s'adapte sur toutes les formes de plats et toutes les matières.

SAKAÏDÉ - D8

PETIT MARS (44)

Produits textiles réutilisables.
sakaide.fr

LES COUSERIES DE MÉLO - E15

VALLET (44)

Alternatives textiles lavables pour un mode de vie zéro déchet.
Facebook : [les couseries de melo](https://www.facebook.com/lescouseriesdemelo)

ECOLYNE - I20

AOSTE (38)

Fabricants de produits alternatifs au jetable en coton biologique.
ecolyne.fr

ZEN & BIO, UNE OFFRE TOUJOURS PLUS COMPLÈTE

Les ateliers et les conférences proposés par le salon révèlent des chemins à prendre pour atteindre l'équilibre et l'harmonie tant recherchés par chacun.



LES ATELIERS ET ANIMATIONS CRÉATIVES, MOMENTS ABSOLUS

Les ateliers proposés par ZEN & BIO sont de véritables ouvertures à de nouvelles cultures, des découvertes atypiques et décalées. Des techniques innovantes ou d'audacieux parti-pris inviteront les néophytes comme les familiers dans des univers parfois totalement méconnus.

Les animations créatives du salon sont très sollicitées et appréciées par les habitués. Cuisiner vegan, fabriquer sa cosmétique bio, déguster des vins bio grâce aux conseils d'experts, se fabriquer un savon maison... Ce ne sont pas de simples activités mais de véritables expériences à vivre pour amorcer un changement des usages.

<p>VENDREDI 5 OCTOBRE</p> <p>11:00 Vegoresto : cuisine végétale et nillettes d'artichaut - Le SAS</p> <p>12:30 Préparation d'un savon maison par saponification à froid Jeff Renault, Savondou</p> <p>14:00 Fabrication d'un lait corps et visage bio (3€) Marie Freour, Ateliers au Naturel</p> <p>15:30 Vegoresto : muffin au citron La Cuisine Végétale de Jan</p> <p>17:00 Découvrez les vertus du bicarbonate et de la grenade concentrée Gagik Saakian</p> <p>SAMEDI 6 OCTOBRE</p> <p>10:30 Vegoresto : maké et okonomiyaki avec "mayonnaise" - Espace Zola</p> <p>12:00 ViniBio : Dégustation commentée des vins du salon - Lilas Carité, Guide du vin bio, Editions Utovie</p> <p>13:30 Cuisinons les algues bretonnes Karine Thibaud, Toque-Trotteuse</p> <p>15:00 Vegoresto : bavaoïs à la poire caramélisée, mousse chocolat amer, caramel de gingembre Totum Cantine Bio</p> <p>16:30 Fabrication de rouge à lèvres Nadine Bouillon, Jacaranda</p>		<p>DIMANCHE 7 OCTOBRE</p> <p>10:30 Vegoresto : curry de légumes et lentilles Cuisine qui roule</p> <p>12:00 BOMOI "CosmEthiques" vous invite à devenir Consomm'acteur pour votre peau ! - Julien Brault</p> <p>13:30 Cuisson basse température : de l'entrée au dessert en une seule cuisson L'Omnicuseur Vitalité</p> <p>15:00 Vegoresto : far breton aux pruneaux Végane de Bretagne</p> <p>16:30 Fabrication d'un lait corps et visage bio (3€) Marie Freour, Ateliers au Naturel</p> <p>Goûter, testez, découvrez et mettez la main à la pâte !</p>	<p>VENDREDI 5 OCTOBRE 2018</p> <p>11:00 7 points de gestion des émotions Marie-Christine Poesres</p> <p>12:00 Le thème de Cristal : quand les pierres nous aident à révéler notre identité Wydiane Khaoua</p> <p>13:00 Faites l'expérience d'un outil de coaching de vie et découvrez des ressources qui sont en vous ! Gilles Guyon</p> <p>14:00 Atelier «Coeur de Femmes» : contacter le féminin Sacré en Soi Nathalie Rouché</p> <p>15:00 Couples, célibataires, les clés des délices Rachid Alaoul</p> <p>16:00 Concert thérapeutique Éléonore de Lardemelle</p> <p>17:00 Perception et propriétés de l'aura - Dominique Bourdin</p> <p>18:00 La rigologie®, une pratique insolite pour se reconnecter à sa joie de vivre Sylvie Maisonneuve</p> <p>SAMEDI 6 OCTOBRE 2018</p> <p>11:00 Spécial thérapeutes : développez votre patientèle Dany Dan Debelx</p> <p>12:00 Yoga de Samara Marie-Christine Poesres</p> <p>13:00 Atelier «Coeur de Femmes» Comment retrouver la confiance en soi Nathalie Rouché</p> <p>14:00 Yoga du visage : lifting énergétique manuel Alain Penichot</p>	<p>15:00 Renaissance, changez de recettes ! Rachid Alaoul</p> <p>16:00 Modelage crânien shirochamp Alain Penichot</p> <p>17:00 Initiation au shiatsu (2h) Xavier Porter-Ladousse</p> <p>DIMANCHE 7 OCTOBRE 2018</p> <p>11:00 Atelier gongs - Alain Mettraux</p> <p>12:00 Le thème de Cristal : quand les pierres nous aident à révéler notre identité Wydiane Khaoua</p> <p>13:00 Le yoga des yeux et les conseils pour fortifier sa vue Philippe Cleyet Merle</p> <p>14:00 Dien Cham Taokama Françoise Meslé</p> <p>15:00 Réussir ses projets avec la Numérologie Créative Laurence Thievin</p> <p>16:00 Constellations familiales Jaqueline Gateau</p> <p>17:00 Découvrez le féminin et le masculin en vous Gilles Guyon</p> <p>18:00 Concert thérapeutique Éléonore de Lardemelle</p>
--	--	---	---	---



LES EXPÉRIENCES À VIVRE

L'espace « BOUGEZ ZEN » proposera des initiations à la pratique corporelle pour s'ouvrir à soi-même, se recentrer et s'aligner.

<p>BOUGEZ ZEN</p> <p>Espace de l'Éléphant Hall Zen - Espace ouvert - accès par trousses d'entrées, Places Gratuites.</p>		
<p>VENDREDI 5 OCTOBRE 2018</p> <p>10:30 Le Yangsheng qi gong de l'école du Dacheng quan (Yi Quan) (1h) Aurélien Garcia, Xiantian Nantes</p> <p>11:45 Qi Gong de la Verticalité intérieure (1h30) Gérard Etienne, Ecole Wu Taiji Quan</p> <p>13:30 Ba Gua Zhang (1h30) Gérard Etienne, Ecole Wu Taiji Quan</p>	<p>15:15 Kundalini Yoga (1h30) Marie, Gobinda</p> <p>17:00 Qi cong, Tai Chi Chuan style Wu (1h30) Erick Gullbaud, Ecole Wu Taiji Quan</p> <p>SAMEDI 6 OCTOBRE 2018</p> <p>10:30 Danse du sensible (1h30) Chanderdev Kaur, Mouvheart</p> <p>12:30 Yoga Kundalini (1h30) Chanderdev Kaur, Mouvheart</p> <p>14:15 Le Yangsheng qi gong de l'école du Dacheng quan (Yi Quan) (1h) Aurélien Garcia, Xiantian Nantes</p>	

ZEN & BIO, UNE OFFRE TOUJOURS PLUS COMPLÈTE



LES CONFÉRENCES « ÉVÉNEMENT »

90 conférences sur 3 jours, c'est dans une joyeuse effervescence que les sujets proposés promettent, sur un éventail large, d'éclairer les visiteurs et offrir des réponses. Les thématiques abordées sont nombreuses et suscitent réflexions : la microbiote, l'hypnose et l'auto-hypnose, le pouvoir de l'inconscient, le lâcher prise, la sexualité...

CONFÉRENCES	
Repérez votre salle avec la couleur de l'horaire	
> Salle LOIRE • Hall Bio	> Salle CHÉZINE • Hall Zen
> Salle ERDRE • Hall Bio	> Salle SEVRE • Hall Zen
VENDREDI 5 OCTOBRE 2018	
11:00 Les plantes sauvages au service de nos douleurs et de notre santé <i>Jean-Paul Clesse</i>	16:00 Accompagner le lâcher prise au quotidien avec des cristaux <i>Wydiane Khaoua</i>
11:00 Bébé et microbiote - <i>Loetitia Mercury</i>	16:30 Les bactéries et l'homme, une cohabitation tumultueuse <i>Jean-Louis Fouchère</i> 
11:00 Les bienfaits du rire au travail <i>Julie Figureau & Clotilde Boucher</i>	17:00 Géobiologie scientifique et ondes électromagnétiques <i>David Averty</i>
11:00 Nos pieds nous parlent... <i>Jean-Luc Coquet</i>	17:00 Créer son bonheur avec la Numérologie Créative <i>Laurence Thiévin</i>
12:00 Les huiles essentielles : comment les utiliser efficacement en toute sécurité <i>Alexia Blondel</i> 	17:00 Comment l'intuition et le pouvoir de la pensée attirent le meilleur ? <i>Gilles Guyon</i>
12:00 Orgonites, protection des ondes électromagnétiques, wifi et géobiologie - <i>Thierry Hermann</i>	18:00 Combattre ces fléaux alimentaires qui nous mettent en danger, par la vraie diète-nutrition et la naturopathie <i>Luc Le Metayer</i>
12:00 Les couleurs au service de la santé <i>Dominique Bourdin</i>	18:00 Découvrez la photothérapie et ses effets sur le rajeunissement de la peau - <i>Chantal Joye</i>
12:00 Les outils d'Access Consciousness pour retrouver la joie - <i>Nelly Quil</i>	18:00 La pensée positive et la loi d'attraction par les forces énergétiques - <i>Ben Azri</i>
13:00 Comment booster sa régénération cellulaire naturellement ? <i>Renaud Richet</i>	
13:00 L'approche naturopathique et quantique de la santé <i>Philippe Cleyet Merle</i>	
13:00 Sexualité et E.F.T. - <i>Alain Maria</i>	
13:30 Irrigation colonique - <i>Jéline et Santé Dominique Bourdin</i>	
14:00 Le microbiote au centre de nos émotions et de la santé <i>Patricia Paisant</i>	
14:00 Les Minéraux dans notre Vie : Géologie - Gemmologie - Lithothérapie <i>Jean-Claude Kennedec</i>	
14:00 Référentiel de naissance <i>Claire Maria</i>	
14:30 Hypnose et auto-hypnose <i>Dany Dan Debeix</i>	
15:00 Géobiologie : Harmoniser durablement votre lieu de vie <i>Hervé Rouché</i>	
15:00 Une nouvelle psychologie spirituelle <i>Marie-Christine Poores</i>	
15:00 Comment retrouvez une bonne vue - <i>Danielle Cesbron</i>	
15:30 Le merveilleux pouvoir de votre inconscient - <i>Lionel Agullo</i>	
16:00 Améliorer votre vue avec le yoga des yeux - <i>Patrice Morchain</i>	
16:00 Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé (les ondes scalaires) <i>Hubert Mauerer</i>	
	SAMEDI 6 OCTOBRE 2018
	11:00 Les plantes sauvages au service de nos douleurs et de notre santé <i>Jean-Paul Clesse</i>
	11:00 Pour en finir avec les histoires de famille - <i>Elise Guet</i>
	11:00 Et si le monde n'était pas à changer... ? Comment se libérer dans l'instant - <i>Philippe Bray</i>
	11:00 Comment être acteur de sa vie et de sa santé avec Joie <i>Nelly Quil</i>
	12:00 Fasting et alimentation cétogène hypotoxique, pour qui ? pourquoi ? <i>Olivia Charlet</i> 
	12:00 Le chamane est les 4 univers (minéral, végétal, animal et humain) <i>Karine Laillier</i>
	12:00 La coloration végétale <i>Benoît Huguenin</i>
	12:00 Le merveilleux pouvoir de votre inconscient <i>Lionel Agullo</i>
	13:00 Référentiel de naissance <i>Claire Maria</i>
	13:00 Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé (les ondes scalaires) <i>Hubert Mauerer</i>
	13:00 Comment retrouvez une bonne vue - <i>Danielle Cesbron</i>
	13:30 Relation entre vie prénatale et vie d'adulte <i>Lucienne Bouttier</i>
	14:00 La médecine symbolique <i>Benoît Gandy</i>
	14:00 Les bols tibétains : histoire, tradition et utilisation en massage sonore - <i>Alain Metraux</i>
	14:00 Sexualité et E.F.T. - <i>Alain Maria</i>
	14:30 Curcuma, curcumine et naturopathie : la vérité sur la plante la plus étudiée au monde <i>Renaud Richet</i>
	15:00 Les 12 pierres essentielles en lithothérapie pour améliorer son bien-être au quotidien <i>Wydiane Khaoua</i>
	15:00 Réussir ses projets avec la Numérologie Créative <i>Laurence Thiévin</i>
	15:00 Le yoga des yeux, une approche holistique de la vision <i>Philippe Cleyet Merle</i>
	15:30 Comment trouver sa mission de vie, sa juste place avec le coaching intuitif ? - <i>Gilles Guyon</i>
	16:00 Devenir hypnothérapeute : Présentation et débouchés de formations - <i>Dany Dan Debeix</i>
	16:00 Coupe vibratoire résonance <i>Benoît Huguenin et Jean François Couchellou</i>
	16:00 Lithothérapie : Comment bénéficier de l'action énergétique des minéraux - <i>Hervé Rouché</i>
	16:30 Je me libère du sucre ! <i>Marion Thelliez</i> 
	17:00 Naturopathie facile au quotidien : petits conseils simples qui font une grande différence <i>Lola Marin-Blondel</i>
	17:00 Hygiène énergétique quotidienne <i>Marie-Christine Poores</i>
	17:00 Orgonites, protection des ondes électromagnétiques, wifi et géobiologie - <i>Thierry Hermann</i>
	18:00 Les algues séchées, aliments complets, épuratoires, vibratoires, essentielles pour notre santé <i>Luc Le Metayer</i>
	18:00 Géobiologie scientifique et ondes électromagnétiques - <i>David Averty</i>
	18:00 L'équilibre énergétique ACMOS <i>Serge Merlet</i>
	DIMANCHE 7 OCTOBRE 2018
	11:00 Constellations familiales <i>Jacqueline Gateau</i>
	11:00 Liens entre notre naissance et nos difficultés d'adultes <i>Lucienne Bouttier</i>
	11:00 Techniques d'hypnose pour communiquer et convaincre <i>Dany Dan Debeix</i>
	12:00 Contacter sa joie au-delà des conditionnements <i>Bénédictine Ann</i> 
	12:00 Myrtille, cassis, argousier, aronia, cette alimentation oubliée, vibratoire, vivante et pourtant essentielle - <i>Luc Le Metayer</i>
	12:00 Le microbiote au centre de nos émotions et de la santé <i>Patricia Paisant</i>
	12:00 Coupe vibratoire résonance <i>Benoît Huguenin et Jean François Couchellou</i>
	13:00 Orgonites, protection des ondes électromagnétiques, wifi et géobiologie - <i>Thierry Hermann</i>
	13:00 Les bols de cristal : méditation et utilisation dans le vie quotidienne <i>Alain Metraux</i>
	13:00 Développer intuition et clairvoyance à l'aide des cristaux et minéraux - <i>Hervé Rouché</i>
	13:30 Le fascia, objet essentiel du Bain Dérivatif : comment le faire travailler ? - <i>France Guilain</i>
	14:00 Découvrez comment donner du sens à ce qui vous arrive ... et aux signaux de la vie ! - <i>Gilles Guyon</i>
	14:00 Le merveilleux pouvoir de votre inconscient - <i>Lionel Agullo</i>
	14:00 La coloration végétale <i>Benoît Huguenin</i>
	14:30 L'hypertension et ses conséquences. Ses causes. Que faire pour s'en protéger ou y remédier ? - <i>Chantal Dargère</i>
	15:00 Quels oméga 3 pour un maximum de résultat ? - <i>Renaud Richet</i>
	15:00 Et si vos yeux tentaient de vous parler ? - <i>Patrice Morchain</i>
	15:00 L'approche naturopathique et quantique de la santé <i>Philippe Cleyet Merle</i>
	15:30 Loi d'attraction et hypnose : Comment changer vers le mieux-être - <i>Dany Dan Debeix</i>
	16:00 Améliorer l'intuition et la confiance en soi avec l'aide des cristaux <i>Wydiane Khaoua</i>
	16:00 Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé (les ondes scalaires) - <i>Hubert Mauerer</i>
	16:00 Comment retrouvez une bonne vue - <i>Danielle Cesbron</i>
	16:30 La révolution quantique du cœur <i>Stéphane Drouot</i> 
	17:00 Le rôle du chamane aujourd'hui : que peut-il vous apporter dans votre quotidien <i>Karine Laillier</i>
	17:00 Les plantes sauvages au service de nos douleurs et de notre santé <i>Jean-Paul Clesse</i>

ZEN & BIO

LES SERVICES EN PLUS

RÉSEAU ZEN & BIO



Le réseau ZEN & BIO est le **plus grand réseau de salons bio et bien-être** en France. Il rassemble 11 événements installés durablement au sein des régions et en Belgique. 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, c'est la garantie de rencontrer des **exposants** triés sur le volet, et des **professionnels sélectionnés** qui **proposent des produits garantis biologiques**, des cosmétiques naturelles et des services de qualité.

Des **secteurs variés** : alimentation et vins bio, mode et artisanat, tourisme, beauté et bien-être, développement personnel, habitat sain, etc. Les éco-citoyens engagés aussi bien que les curieux y trouveront de **nouvelles solutions durables**.



SERVICES VISITEURS

CLICK & COLLECT : commandes sur la boutique en ligne du salon (SEVELLIA.COM) et retrait des achats sur place

VESTIAIRE : 2 € / CONSIGNE : gratuite pour les achats du salon

SACS EN COTON BIOLOGIQUE : 3 €

ACCUEIL VISITEURS : programmes, plans, renseignements à l'entrée du salon

EN PRATIQUE

Du vendredi **5** au dimanche **7 octobre** 2018

10h à 19h - dernière entrée à 18h30

Prix d'entrée : **5 €** Montant à régler sur place uniquement sans entrée à tarif réduit ou gratuite.

Tarif réduit : **3 €** pour toute inscription sur le site internet du salon. Montant à régler sur le site internet du salon ou à l'accueil /caisse du salon.

Le salon est **gratuit** pour les chômeurs, personnes à mobilité réduite, étudiants et enfants de moins de 12 ans

Parc des Expositions à **Nantes** (44)

SEVELLIA SEVELLIA.COM

SEVELLIA.COM, **place de marché des grands salons bio et bien-être** dédiée à la vente de produits biologiques, naturels et écologiques regroupe 375 marchands et 20 000 références. Les **produits des exposants du salon sont disponibles sur SEVELLIA.COM** et le retrait des achats est fait sur place ou à domicile.

SPAS ORGANISATION



SPAS Organisation est le **plus grand organisateur en France** d'événements **grand public et professionnels** dédiés au bio, au bien-être, à l'art de vivre et au développement durable. SPAS Organisation totalise **29 manifestations**.

SALONS BIO : Marjolaine, Vivre Autrement, Bio & Vegan, ViniBio, Vivez Nature (Janvier et Octobre), Naturally, Natexpo (Paris et Lyon), Noël en bio

SALONS DU RÉSEAU ZEN & BIO : ZEN & BIO (Nantes, Angers, Tours et Bordeaux), Artemisia (Marseille), NaturaBio (Lille), Respire La Vie (Vannes, La Rochelle, Rennes, Poitiers), Vivez Nature (Lyon)

SALONS BIEN-ÊTRE & ART DE VIVRE : Bien-être Médecine douce & Thalasso (Paris & Lyon), Thermalies (Paris et Lyon), Zen, Saveurs des Plaisirs Gourmands

SEVELLIA.COM : site de vente en ligne de produits biologiques et naturels



ZEN & BIO

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

11^{ème}
ÉDITION



PARTENAIRES DU SALON :



RELATIONS MEDIA

Noémie LUCAS et Soizic CHATELIER-DESAIZE | padamRP
10, bd de la Prairie-au-Duc
44200 Nantes
02 51 86 19 06 | media@padampadampadam.fr

ZEN & BIO

Sara GANGLOFF - Responsable du réseau ZEN & BIO
160 bis, rue de Paris
92645 Boulogne-Billancourt
Standard : 01 45 56 09 09