



ZEN&BIO

NANTES 9-11 octobre 2020

Parc des Expositions de 10h à 19h

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

3 JOURS DE RENCONTRES,
D'ÉCHANGES, DE DÉCOUVERTES
ENTRE PLUS DE 21 000 VISITEURS
ET 250 EXPOSANTS, EXPERTS
ET PASSIONNÉS DE LA BIO
ET DU BIEN-ÊTRE, DE NOMBREUSES
PROPOSITIONS : CONFÉRENCES,
ATELIERS BIEN-ÊTRE,
ANIMATIONS CRÉATIVES...

13^{ème}
ÉDITION

EN 2020, SOYONS GREEN ET AUTONOMES, CULTIVONS NOTRE JARDIN, MANGEONS BIO ET SAIN

En Pays de la Loire - quatrième région bio française – la Loire-Atlantique et le Maine-et-Loire caracolent en tête pour la production maraîchère bio avec 20 % des surfaces en légumes frais, 22 % en légumes secs, 19 % en fruits et 16 % en plantes aromatiques et médicinales*. (source : ORAB, Observatoire régional de l'agriculture biologique des Pays de la Loire).

Prise de conscience, signe des temps et volonté d'atteindre même à petite échelle l'autosuffisance alimentaire, la terre nourricière retrouve une place de premier plan dans les villes : les fermes urbaines et les potagers se développent dans les espaces verts de la cité, les jardins citoyens et partagés se multiplient dans les quartiers, les micro-potagers urbains investissent les balcons et les terrasses des particuliers.

BIENVENUE AU POTAGER AVEC L'ESPACE NATURE & JARDIN DE ZEN & BIO

La cour extérieure du salon est transformée pour vivre in situ le jardinage écologique. Pensé pour apprendre, échanger, et informer, l'Espace Nature & Jardin accueille des animations toute la journée : l'association [Compostri](http://www.compostri.fr) met en place des solutions de compostage de proximité, www.obiotager.fr, le paysagiste [O'Bio Potager](http://www.lespotagersessaimés.com) est spécialiste de la mise en œuvre de jardins bio de A à Z. www.lespotagersessaimés.com), [La Sauge](http://www.lasaug.fr) www.lasaug.fr ou encore [Les Nourritures Urbaines](http://www.lesnourrituresurbaines.com) www.lesnourrituresurbaines.com, transmettent leur savoir-faire : tout est réuni pour apprendre les bonnes pratiques de l'agriculture urbaine, la permaculture, pour favoriser la biodiversité et valoriser les déchets.



En famille aussi avec Marmaille et Pissenlit

Pauline est formée à la pédagogie par la nature et anime une multitude d'activités buissonnières à vivre en famille dans le petit lieu-dit «la Tartouzerie», à Saint-Hilaire-de-Chaléons. Plusieurs formats sont possibles : des journées parents-enfants, des ateliers et des stages, toujours bienveillants. www.marmaille-et-pissenlit.fr





ZEN & BIO

NANTES 9-11 octobre 2020

Parc des Expositions de 10h à 19h

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

13^{ème}
ÉDITION

EN 2020, SOYONS GREEN ET AUTONOMES, CULTIVONS NOTRE JARDIN, MANGEONS BIO ET SAIN

En Pays de la Loire - quatrième région bio française – la Loire-Atlantique et le Maine-et-Loire caracolent en tête pour la production maraîchère bio avec 20 % des surfaces en légumes frais, 22 % en légumes secs, 19 % en fruits et 16 % en plantes aromatiques et médicinales*. (source : ORAB, Observatoire régional de l'agriculture biologique des Pays de la Loire).

Prise de conscience, signe des temps et volonté d'atteindre même à petite échelle l'autosuffisance alimentaire, la terre nourricière retrouve une place de premier plan dans les villes : les fermes urbaines et les potagers se développent dans les espaces verts de la cité, les jardins citoyens et partagés se multiplient dans les quartiers, les micro-potagers urbains investissent les balcons et les terrasses des particuliers.

3 JOURS DE RENCONTRES,
D'ÉCHANGES, DE DÉCOUVERTES
ENTRE PLUS DE 21 000 VISITEURS
ET 250 EXPOSANTS, EXPERTS
ET PASSIONNÉS DE LA BIO
ET DU BIEN-ÊTRE, DE NOMBREUSES
PROPOSITIONS : CONFÉRENCES,
ATELIERS BIEN-ÊTRE,
ANIMATIONS CRÉATIVES...

BIENVENUE AU POTAGER AVEC L'ESPACE NATURE & JARDIN DE ZEN & BIO

La cour extérieure du salon est transformée pour vivre in situ le jardinage écologique. Pensé pour apprendre, échanger, et informer, l'Espace Nature & Jardin accueille des animations toute la journée : l'association **Compostri** met en place des solutions de compostage de proximité, www.compostri.fr, le paysagiste **O'Bio Potager** est spécialiste de la mise en œuvre de jardins bio de A à Z. www.obiototager.fr, **Les Potagers Essaimés** www.lespotagersessaimés.com, **La Sauge** www.lasauge.fr ou encore **Les Nourritures Urbaines** www.lesnourrituresurbaines.com, transmettent leur savoir-faire : tout est réuni pour apprendre les bonnes pratiques de l'agriculture urbaine, la permaculture, pour favoriser la biodiversité et valoriser les déchets.



En famille aussi avec Marmaille et Pissenlit

Pauline est formée à la pédagogie par la nature et anime une multitude d'activités buissonnières à vivre en famille dans le petit lieu-dit «la Tartouzerie», à Saint-Hilaire-de-Chaléons. Plusieurs formats sont possibles : des journées parents-enfants, des ateliers et des stages, toujours bienveillants. www.marmaille-et-pissenlit.fr



ARRÊTS SUR STANDS, LE MEILLEUR DES ARTISANS DE LA BIO

L'association **Kokopelli** est engagée pour la préservation de la biodiversité cultivée et sauvage : sa collection planétaire de semences reproductibles et bio de potagères, florales, médicinales est riche de plus de 1400 variétés. www.kokopelli-semences.fr

Entreprise familiale, **La Mandorle** est pionnière dans la conception de produits sans lait et sans gluten, à base d'amandes et de fruits secs : ses boissons végétales et son lait d'amandes bio font référence depuis 30 ans. www.lamandorle.com

Installés à Vertou, **Les Coteaux Nantais** produisent et transforment des fruits biologiques. Leurs pommes, poires et autres fruits deviennent compote et purée, confiture et gelée, jus et nectar cidre et vinaigre. Une institution dans la région ! www.coteaux-nantais.com

Végéta'Love, la pause gourmande

Dans son food truck, Emmanuelle Grasset travaille exclusivement des produits ultra locaux et bio pour préparer ses petits plats végétariens ou végétaliens, sans gluten, sans sel et sans sucre, toujours à prix ultra sages. [facebook.com/grassetmanue](https://www.facebook.com/grassetmanue)



ÉCOUTER ET OBSERVER POUR MIEUX APPRENDRE : DES DÉMONSTRATIONS QUI COMPTENT

Comment équilibrer ses repas végétariens

Cuisinière et formatrice, Rose anime au nord de Nantes des ateliers de cuisine saine et naturelle et de découverte des plantes sauvages comestibles. Elle partage les astuces d'**Ombelles à croquer**. www.ombellesacroquer.wixsite.com

Vendredi 9/10 à 12h30 et samedi 10/10 à 11h

Tout savoir de la lactofermentation végétale et la fabrication d'un fromage végétal

Première spécialiste nantaise de la cuisine végétale crue, Arianne exerce une double activité : des cours ou ateliers et un service traiteur exclusivement raw food. Elle donne en deux temps les bases pour se lancer. **Les cRAWquantes**. www.lescrawquantes.fr

Vendredi 9/10 à 17h et samedi 10/10 à 12h30

Comment créer son jardin nourricier

L'entreprise nantaise de conseil nourricier, **Les Nourritures Urbaines**, accompagne les particuliers et les collectivités dans la mise en place de jardins potagers bio et urbains sur mesure. www.lesnourrituresurbaines.com

Dimanche 11/10 à 17h



VIVRE LA PRATIQUE : DES ATELIERS EN MODE DIY AVEC LA SAUGE ET L'AGRONAUTE

La Société d'Agriculture Urbaine Généreuse et Engagée développe avec ses adhérents des jardins pour former des ambassadeurs de la ville comestible et autonomiser les populations locales sur la transition écologique. **La Sauge** est notamment à l'origine de **L'Agronaute**, cette ferme urbaine éphémère installée dans l'ancien site du M.I.N. à Nantes. www.lasauge.fr

L'association organise quatre ateliers pratiques et interactifs (participation 5€) :

- Apprendre à faire ses micro-pousses samedi 10/10 et dimanche 11/10 à 14h.
- Apprendre à bouturer, samedi 10/10 et dimanche 11/10 à 15h30.

Animations créatives : pensez à vous inscrire !

Démonstrations ou ateliers pratiques, les capacités d'accueil sont limitées à trente participants.

Les inscriptions se font 1h avant le rendez-vous.

Programme détaillé et informations pratiques :
salon-zenetbio.com/nantes

DEUX PERSONNALITÉS RÉGIONALES, DEUX CONFÉRENCES DE HAUT-VOL



Geneviève Martin-Callède : « Des épices dans notre cuisine : c'est bon pour la santé ! »

Infirmière et consultante en Ayurveda installée dans le Maine-et-Loire, elle a publié « Le livre santé des épices » : 27 épices et leurs bienfaits sur la santé. Comment les intégrer dans la cuisine avec 200 recettes aux éditions. du Dauphin, véritable encyclopédie pratique : chaque épice est présentée à travers son histoire, les traditions qui l'entourent, ses vertus et les divers usages que l'on peut en faire. **Salle LOIRE, Dimanche 11/10 à 12h.**

Gilles Daveau : « Cuisiner simple et bon »

Grand spécialiste de la cuisine bio et alternative, formateur et conférencier, Gilles Daveau a également exercé comme cuisinier, restaurateur et traiteur bio certifié en région nantaise jusqu'en 2010. Il est l'auteur de plusieurs ouvrages : Savez-vous goûter... Les légumes secs ? aux Presses EHESP en 2014, Le manuel de cuisine alternative chez Actes Sud en 2014, Manger moins (et mieux) de viande chez Actes Sud dans la collection Je passe à l'acte. Et, toujours, dans cette même collection, un dernier opus paru en 2019, Cuisiner simple et bon, co-écrit avec Bruno Couderc, lui-même cuisinier et formateur et déjà complice du premier ouvrage consacré aux légumes secs.

Salle LOIRE dimanche 11/10 à 16h30.

*source : ORAB, Observatoire régional de l'agriculture biologique des Pays de la Loire.



Le Réseau Zen & Bio, plus grand réseau de salons bio & bien-être en France, rassemble 11 événements installés durablement au sein des régions, 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.

Il garantit de rencontrer des exposants triés sur le volet, et des professionnels sélectionnés pour leurs produits garantis biologiques, des cosmétiques naturelles et des services de qualité. Alimentation & vins bio, mode & artisanat, tourisme, beauté & bien-être, développement personnel, habitat sain, etc.

SPAS Organisation est le plus grand organisateur en France d'événements grand public et professionnels dédiés au bio, à la nature, au bien-être et à l'art de vivre. SPAS Organisation totalise 30 manifestations, des espaces tendances, ainsi qu'une place de marché en ligne.

Les salons Bio et Nature : Marjolaine (Paris), Vivre Autrement (Paris), Naturally (Paris), Vivez Nature (Paris), Permae (Paris)

Les salons professionnels : Natexpo (Paris, Lyon), Natexpo International Tour (programme itinérant)

Le réseau des salons Zen & Bio en régions : Zen & Bio (Nantes, Lyon, Angers, Tours, Bordeaux), Artemisia (Marseille), NaturaBio (Lille), Respire La Vie (Poitiers, Vannes, Rennes, La Rochelle)

Les salons Bien-être et Art de vivre : Bien-être Médecine Douce (Paris, Lyon, Marseille), Les Thermalies (Paris, Lyon), Zen (Paris), Saveurs des Plaisirs Gourmands (Paris), Mednat & AgroBIO Expo (Lausanne)

Les espaces Tendances : SPAS révèle les tendances de demain et les met en lumière via des espaces dédiés : Bio & Vegan, ViniBio, Go Healthy et le Rendez-vous de la Conscience sur ses salons grand public.

Sevellia.com : site de vente de produits biologiques et naturels (500 marchands et 27 000 références)

Infos pratiques

**Du vendredi 9
au dimanche 11 octobre 2020**

10h-19h / Halls 1 et 2 / Parc des Expositions

Nantes

Programme et infos salon :

<https://www.salon-zenetbio.com/nantes>



@zenetbio

Partenaires du salon



Contact presse :



Violaine Marin

02 53 45 13 55
06 22 82 27 44

violaine@agence-k-v.com

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