

ZEN&BIO

9-11 OCTOBRE 2026

NANTES - PARC DES EXPOSITIONS - HALL 1 ET 2

3 jours pour se reconnecter
à l'essentiel, retrouver son équilibre
et découvrir le meilleur du bio
et du bien-être



DANS UN QUOTIDIEN
RYTHMÉ PAR
L'URGENCE, LE STRESS
ET DES MODES
DE VIE QUI NOUS
ÉLOIGNENT PARFOIS
DE NOS BESOINS
FONDAMENTAUX,
ZEN & BIO NANTES
S'IMPOSE COMME
UNE RESPIRATION
BIENVENUE.

Le salon propose un temps pour ralentir, prendre du recul et explorer des solutions concrètes en faveur d'un mieux-être global — personnel, physique, émotionnel et environnemental. Du 9 au 11 octobre 2026, l'événement devient un véritable espace d'exploration pour celles et ceux qui souhaitent adopter des habitudes plus saines et une consommation plus consciente. Avec plus de 180 exposants, 12 000 visiteurs attendus et une programmation gratuite riche en conférences, ateliers et animations, ZEN & BIO NANTES offre le cadre idéal pour s'informer, expérimenter et faire des choix qui font du bien, à soi comme à la planète.



70 conférences pour comprendre, apprendre, évoluer

Santé naturelle, écologie, nutrition, émotions, sens de la vie...
des intervenants reconnus partagent des outils accessibles et engagés.

Parmi les temps forts :

Les superaliments et les trois piliers fondamentaux de la santé

Céline Fauvel

Vendredi 13h – Salle Vitalité

Les 5 systèmes de défense du corps : comment les activer ?

France Guillain

Vendredi 15h - Salle Vitalité

Stress : soins quantiques et reconnexion cellulaire

Jean-Pierre Chamodot

Samedi 14h - Salle Nature

5 clés pour se reconnecter à soi

Sophie Touyon

Samedi 16h - Salle Harmonie

Et aussi :

Détoxifier et minéraliser son organisme grâce aux jus de légumes

Astrid Bonneman

Vendredi 10h30 - Salle Nature

Se libérer de la culpabilité

Sarah Guionie

Vendredi 11h - Espace Eveil (ateliers bien-être)

Ces énergies invisibles qui nous traversent

Douna Chéreau

Vendredi 15h - Salle Nature

Votre voix contient vos marqueurs de blocages : je vous les révèle en direct

Frédéric Buisson

Vendredi 16h30 - Salle Nature

Comment agir contre les tensions musculaires de la tête, de la nuque et du dos

Alfred Pfenning

Vendredi 17h - Salle Harmonie

Un salon à vivre, pas seulement à visiter

À ZEN & BIO NANTES, on ne fait pas que regarder : on participe, on teste, on découvre et on partage. Le salon se vit comme un moment convivial, accessible à tous, où petits curieux et grands explorateurs trouvent de quoi expérimenter, apprendre et s'amuser autour du mieux-vivre.



15 animations créatives

On met la main à la pâte ! Cuisine saine, ateliers zéro déchet, cosmétiques naturels, produits d'entretien écologiques, recyclage créatif, jardinage au naturel... des animations ludiques et concrètes pour découvrir des gestes simples à refaire chez soi.



25 ateliers bien-être

Envie d'essayer quelque chose de nouveau ? Méditation, yoga, danse créative, sophrologie, hypnose... Ces ateliers sont l'occasion de faire une pause, de se recentrer et de rencontrer des praticiens passionnés, dans une ambiance bienveillante et détendue.



Pause énergisante

Un moment pour souffler ensemble : initiation à la cohérence cardiaque, exercices de respiration... Quelques minutes suffisent pour relâcher la pression et repartir du bon pied.

Zoom sur les nouveautés et les talents locaux

L'ESPACE ANIMATIONS

Le salon Zen & Bio Nantes propose cette année des animations spéciales pour éveiller la curiosité et offrir aux visiteurs une expérience à la fois riche, conviviale et inspirante.

Les Escapades bio & gourmandes invitent le public à déguster des pépites sélectionnées auprès des producteurs et artisans présents sur le salon. Une belle occasion de découvrir des savoir-faire et des goûts différents à faire tester à la maison.



Au cœur du salon, **le village Les P'tits Nouveaux** met en lumière de jeunes marques engagées et innovantes. Produits modernes, solutions astucieuses et concepts responsables : ces nouveautés réinventent le quotidien en alliant le bon, le bien et le bio.

Le salon comme un **grand marché**, est une mine de pépites à découvrir : petits producteurs, transformateurs, artisans, distributeurs et associations partageront leurs offres bio et naturelles ainsi que leurs démarches écologiques, alternatives et durables.

Enfin, **la pause bio et gourmande** promet un vrai moment de plaisir : pakoras, gaufres, crêpes et autres gourmandises bio, préparés avec passion par des restaurateurs engagés. Une escale savoureuse pour allier bien-être et gourmandise.

Autant d'espaces pensés pour faire du salon un rendez-vous vivant et résolument tourné vers le mieux-vivre.

PROGRAMME COMPLET

www.salon-zenetbio.com/nantes/programme-complet

UN ANCRAGE RÉGIONAL FORT

Zen & Bio Nantes est un salon à taille humaine, profondément connecté à son territoire valorise le tissu local :

29

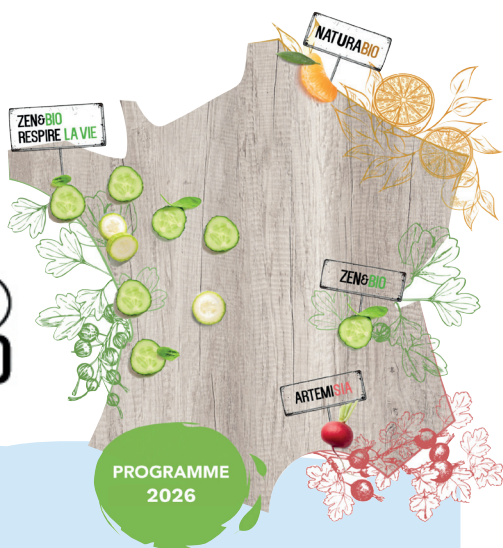
EXPOSANTS LOCAUX

(Parmi eux : des thés et infusions avec **La Route des Comptoirs**, des cosmétiques avec **Bomoï**, des savons avec **Klapotis**, parrainer une ruche avec **Parrainer une Ruche**, et bien d'autres...)

20

INTERVENANTS RÉGIONAUX

(conférences, ateliers, animations)



Le Réseau Zen & Bio, plus grand réseau de salons bio & bien-être en France, rassemble 5 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.



Membre d'Event Flow, le pôle événementiel d'UNIFY Group

SPAS Organisation est le plus grand organisateur en France d'événements grand public et professionnels dédiés à la bio, à la nature, au bien-être et à l'art de vivre. SPAS Organisation totalise 20 manifestations, des espaces tendances, ainsi qu'une place de marché en ligne.

Les salons Bio et Nature : Marjolaine (Paris), Vivre Autrement (Paris), Naturally (Paris), Made In Green (Bordeaux).

Les salons professionnels : medFEL (Perpignan), Natexpo (Paris, Lyon).

Le réseau des salons Zen & Bio en régions : Zen & Bio (Nantes, Angers), Artemisia (Marseille), NaturaBio (Lille), Respire La Vie (Rennes).

Les salons Bien-être et Art de vivre : Bien-être Médecine Douce (Paris, Lyon), Les Thermalies (Paris, Lyon), Zen (Paris), Saveurs des Plaisirs Gourmands (Paris), Made in Green (Bordeaux).

Les espaces Tendances : SPAS révèle les tendances de demain et les met en lumière via des espaces dédiés.

9-11 OCT. 2026 NANTES PARC DES EXPOSITIONS



CONTACT PRESSE :

Violaine Marin
06 22 82 27 44
violainemarin.neeliara@gmail.com

Programme et infos salon :
www.salon-zenetbio.com/nantes

@Réseau des salons Zen & Bio
 @Salons Zen&Bio
 @reseauzenetbio