

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

NANTES

Parc de La Beaujoire de 10h à 19h

EXPOSANTS
CONFÉRENCES
ATELIERS CONFÉRENCES
ATELIERS PRATIQUES
ANIMATIONS CRÉATIVES
SERVICES AUX FAMILLES



Un salon agrandi et encore plus animé pour un anniversaire créatif !

220 exposants et une surface d'exposition qui passe de 1 900 à 2 300 m², dont 300 m² consacrés aux animations spéciales anniversaire : le salon Zen & Bio 2017 entend fêter dignement ses 10 ans.

2 HALLS

Les 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).

GRANDES CONFÉRENCES : 3 JOURS, 3 THÉMATIQUES

Les grandes conférences, rendez-vous très attendu 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 Médiçi.

SUJETS VARIÉS POUR LES ATELIERS-CONFÉRENCES

Les intervenants des ateliers-conférences feront connaître **les méthodes et les produits applicables à de nombreuses problématiques** : santé et hypnose, addictions et hypnose, mémoire, intolérance et allergie, naturopathie, aromathérapie et hiver, stress et douleurs, fatigue et immunité, communication animale, constellations familiales, clés du couple, etc.

DÉCOUVERTE DE TECHNIQUES EN PETITS GROUPES AVEC LES ATELIERS PRATIQUES

Découvrir et mettre en pratique des techniques très utiles pour se sentir mieux, tel sera l'objectif des animateurs des ateliers pratiques. Au programme : shiatsu, tambour chamanique, yoga des yeux, numérologie créative, féminité et créativité, thème de cristal ou encore qi gong.

FAIRE SOI-MÊME GRÂCE AUX ANIMATIONS CRÉATIVES

Mettre la main à la pâte et apprendre à faire soi-même, les animations créatives seront, comme chaque année, pédagogiques, écologiques, économiques et ludiques. Au menu : la saponification à froid (savon), le shampoing, le lait hydratant pour le corps, la cuisine saine, les produits d'entretien, etc.

Spécial 10^e anniversaire sur 300 m²

un espace jardin et nature • une tiny house • un arbre de vie
un espace pour bouger zen • une zone d'expression libre

L'ESPACE JARDIN ET NATURE

Parce que la nature a plus que jamais besoin que nous prenions soin d'elle pour qu'elle continue à prendre soin de nous, en lien avec plusieurs associations régionales, le salon composera un **espace autour du jardinage, de l'agriculture urbaine, de la permaculture et du compostage**. Les visiteurs pourront venir s'informer, échanger avec les professionnels présents et s'initier aux techniques du jardinage écologique. Seront présents (entre autres) :

- Les **Potagers Essaimés** proposeront une formation au jardinage potager.
- Le **Jardin Ressource** proposera des formations au jardinage écologique et à l'éco-conception paysagère en permaculture.
- **O Bio Potager** proposera une initiation à la création et à l'entretien de potagers, de vergers, de jardins biologiques et raisonnés.

LA TINY HOUSE

Les tiny houses (littéralement minuscules maisons), souvent sur roues, sont apparues

en Amérique du Nord. Majoritairement en bois, elles offrent une surface habitable inférieure à 10 m². Pour autant, ce sont de vraies maisons conçues pour être habitées à l'année. **La tiny house du salon sera présentée par l'équipe de Baluchon** (Loire-Atlantique), fabricant de tiny houses sur mesure et fournisseur d'outils pour les auto-constructeurs.

L'ARBRE DE VIE

Au cœur du salon, un espace zen/méditation permettra aux visiteurs de **retrouver le chemin du calme intérieur en s'installant au cœur d'un arbre de vie** (sculpté au sein même d'une souche). L'arbre de vie 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.

L'ESPACE BOUGER ZEN

Une quinzaine de cours d'1h à 1h30 se succéderont pendant les trois jours de salon. Ils auront lieu dans un espace ouvert et pourront accueillir environ 70 participants. Dispensés par différentes

associations nantaises, ils seront **adaptés aux débutants comme aux pratiquants confirmés**. Ils permettront aux premiers de découvrir une technique et aux seconds de l'approfondir. Sont notamment prévus **yoga de l'énergie, kundalini yoga, pilate, yoga tibétain, yangshen, qi gong, tai chi chuan**.

LA ZONE D'EXPRESSION LIBRE

Le mur d'expression du salon proposera à chaque visiteur de **déclarer son amour tout en couleur**, à la bio, à la vie, aux autres etc., pour **laisser une trace de son passage**.

Un grand jeu concours

sera proposé aux visiteurs du salon, avec la **complicité des exposants** qui offriront des **lots aux gagnants**.



SERVICES AUX VISITEURS ET INFORMATIONS PRATIQUES

ZEN&BIO

- 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



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