

RESPIRE LA VIE RENNES

13-15 FÉV. 2026

PARC DES EXPOSITIONS - HALL 10A

COMMUNIQUÉ DE PRESSE **Fév 2026**

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,
RESPIRE LA VIE RENNES
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 13 au 15 février 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 160 exposants, 10 000 visiteurs attendus et une programmation gratuite riche en conférences, ateliers et animations, RESPIRE LA VIE offre le cadre idéal pour s'informer, expérimenter et faire des choix qui font du bien, à soi comme à la planète.



80 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 :

Inflammation, perte osseuse, dents qui se déchaussent : comment s'en sortir avec la Méthode France Guillaïn ?

France GUILLAIN

Vendredi 14h – Salle Évasion

Nos divers microbiotes : celui du cerveau est identique à celui de notre intestin

France GUILLAIN

Dimanche 13h – Salle Évasion

Guérir le passé : les 6 étapes pour réparer son chemin de vie

Hélène GIRARDIN

Vendredi 16h – Salle Vitalité

Guérir son enfant intérieur : cultiver la résilience

Hélène Girardin

Dimanche 14h – Salle Nature

Et aussi :

D'un job qui vous épuise à un job qui vous fait vibrer

Astrid LE FUR

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

Alfred PFENNING

Les super aliments et les trois piliers fondamentaux de la santé

Céline FAUVEL

Fatigué de revivre les mêmes schémas ?

Réaccordez votre vibration

Frédéric BUISSON

Nourritures physique, intellectuelle, spirituelle : quels impacts sur notre vitalité quotidienne ?

Monique PELLEN

Fabuleux pouvoir de la régénération cellulaire

Jacques PRUNIER

Un salon à vivre, pas seulement à visiter

À Respire La Vie Rennes, 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

LE VILLAGE DES PRODUCTEURS LOCAUX

accueille **Agrobio 35**, un syndicat de producteurs engagé dans la promotion de l'agriculture biologique, pour y installer un marché bio régional à la fois gourmand et engagé. Des agriculteurs passionnés y défendront une agriculture vertueuse, équitable et en harmonie avec l'environnement.

Au programme : confitures et compotes de rhubarbe d'Alice Saule, tartinades et soupes du Jardin bio des Cleiottes, hydrolats et eaux florales de Plantes Pays, sans oublier des producteurs bio de safran et d'algues médicinales du Finistère Sud... Saveurs authentiques et belles découvertes garanties !

STAND C6/B3



L'ESPACE "LES P'TITS NOUVEAUX"

met en lumière les jeunes entreprises innovantes. Une véritable pépinière d'idées audacieuses et de pratiques nouvelles. Parmi eux :

LA FÉE SPAGYRIA

Des solutions spagyriques sans alcool pour accompagner les déséquilibres physiques et émotionnels.

STAND D14

lafeespagyria.com

SAVONNERIE MOUSSAILLON

Cosmétiques 100 % d'origine naturelle, saponifiés à froid en Bretagne, sans huiles essentielles

STAND D15

savonnerie-moussaillon.fr

AIRPURLABS

Purificateur d'air médaillé au concours Lépine, issu de recherches CNRS et fabriqué en France, pour un intérieur réellement plus sain.

STAND D17

airpurlabs.com

PROGRAMME COMPLET

www.respirelavie.fr/rennes/programme-du-salon/

UN ANCRAGE RÉGIONAL FORT

Respire La Vie Rennes est un salon à taille humaine, profondément connecté à son territoire valorise le tissu local :

54

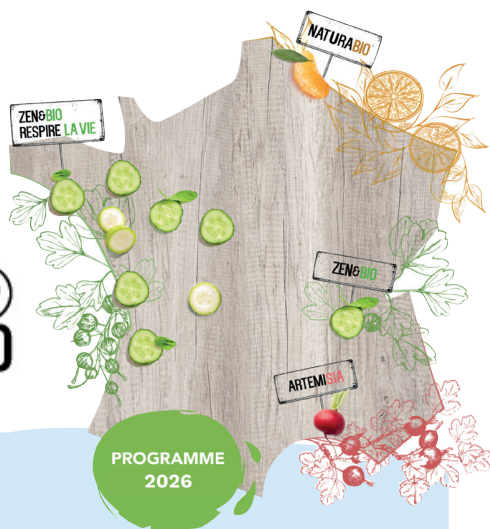
EXPOSANTS
BRETONS

20

INTERVENANTS BRETONS
(CONFÉRENCES, ATELIERS, ANIMATIONS)

8

PARTENAIRES
LOCAUX



Le Réseau Zen & Bio, plus grand réseau de salons bio & bien-être en France, rassemble 6 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 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).

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

Le réseau des salons Zen & Bio en régions : Zen & Bio (Nantes, Lyon, 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).

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

13-15 FÉV. 2026 RENNES PARC DES EXPOSITIONS HALL 10A



CONTACT PRESSE :

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

Programme et infos salon :
www.respirelavie.fr/rennes

@Réseau des salons Zen & Bio
 @SalonsRespire
 @salonsrespirerennes