

DOSSIER DE PRESSE

Réseau 
ZEN&BIO

Réseau
ZEN&BIO

RESPIRE LA VIE

Salon Bio, Bien-être et Habitat Sain

LA ROCHELLE
1^{er}-3 AVRIL
Parc des expo
10h - 19h

170 Exposants
Des conférences
Des ateliers
Des animations...



Spas
Vegetarienne

Téléchargez votre arbrbis gratuite sur
www.respirelavie.com

SUD
OUEST

Association
Végétarienne
de la ROCHELLE

BIOaddict.fr

femini**bio**

SEVILLIA.COM

SOMMAIRE



Présentation	Page 3
Les exposants locaux	Page 6
Les nouveaux exposants	Page 8
Le programme des conférences, ateliers, animations	Page 10
Infos pratiques	Page 16

RESPIRE LA VIE

Salon Bio, Bien-être et Habitat

Respire La Vie La Rochelle en chiffres...

- 9 000 visiteurs
- 200 exposants
- 13^{ème} édition



SPAS Organisation

Leader en France de l'organisation de salons grand public et professionnels dédiés au bio, à la santé au naturel, au bien-être et au développement durable.

Organisateur des salons Marjolaine, Vivre Autrement, Natexpo, Zen, Bien-être Médecine douce et Thalasso, Thermalies, Zen & Bio Nantes, Artemisia Marseille, NaturaBio Lille, Respire La Vie Vannes, Rennes, La Rochelle, le Mans, Angers et Poitiers, BioFoodle Charleroi, Conférences Innov'Eco.

VOTRE RENDEZ-VOUS

BIO ET BIEN-ÊTRE EN POITOU-CHARENTES

Venez vous redécouvrir au salon **Respire La Vie** ! Pour être bien dans son corps, dans sa tête et dans son environnement, le salon emmène ses visiteurs à la découverte de mille idées et solutions pour être bien naturellement !

Qu'il consomme occasionnellement du bio ou qu'il soit fervent adepte, sensible aux enjeux environnementaux ou simple curieux, chaque visiteur trouvera au sein des allées de précieux conseils pour impulser cette bio-révolution !

Les visiteurs pourront aussi explorer de nouvelles méthodes de développement personnel et thérapeutiques pour être zen.

3 jours pour adopter un nouveau style de vie...

Pour sa 13^{ème} édition, le salon **Respire La Vie** a rassemblé pour vous 200 professionnels pour vous aider à vivre plus sainement et plus zen. Protéger la planète, consommer bio et responsable, se sentir bien dans sa tête et dans son corps, partager et échanger... Toutes les clefs pour adopter un mode de vie *nature* sont à **Respire La Vie**.



Marché bio

Venez découvrir mille saveurs bio et locales ! Fruits et légumes, céréales, thés, plats cuisinés, fromages et salaison des producteurs de votre région.



Le vin bio

Venez déguster des vins bios et échanger avec les viticulteurs présents.



Ecoproduits, maison écologique

Mobilier, literie, matériel culinaire, produits d'entretien verts, économiseurs d'eau.



Habitat sain

Construction écologique, isolation, économie d'énergie, rénovation, finition, décoration...



Presse et édition

Livres, magazines, CD et DVD sur l'écologie et le bien-être.



Prêt-à-porter, accessoires, déco nature

Vêtements en fibres naturelles, chaussures, sacs, bijoux, objets déco, jouets... Pour se faire un style bio & éthique !



Environnement

Associations et organismes engagés pour la protection de la planète.



Vacances nature et bien-être

Gîtes, séjours verts, randonnées.



Beauté, bien-être et santé

Cosmétiques bio, huiles essentielles, élixirs floraux, compléments alimentaires, appareils de santé.



Art du Bien-être et Formation

Coaching, méthodes de soins naturels et massages pour évacuer le stress et dénouer les tensions. Professionnels pour guider vers l'épanouissement.

La région à l'honneur

Retrouvez cette année encore **le pôle régional bio organisé par GAB 17** : un marché de producteurs bio vous accueillera avec fromages, légumes, viandes... De quoi se préparer pour les beaux jours en faisant le plein de bonnes choses !

Le GAB17 est un syndicat agricole créé en 1987 ayant pour vocation de fédérer les agriculteurs biologiques du département. C'est un organisme départemental de développement de l'agriculture biologique qui accompagne, structure, défend les agriculteurs biologiques.



Il représente près de 70% des producteurs biologiques du département. Il adhère à la structure régionale Agrobio Poitou Charentes et fait également partie de la FNAB, la fédération nationale de l'agriculture biologique.

Les petits + du salon

Un salon interactif

Venez pousser la réflexion plus loin en assistant à des conférences animées par des spécialistes sur des thèmes variés, découvrez de nouvelles pratiques en participant aux ateliers, ou mettez la main à la pâte avec les animations accessibles à tous sur le salon !

-  **3 conférences thématiques** animées par des spécialistes de la bio et du bien-être
-  **40 ateliers-conférences** pour permettre au public de découvrir et mieux comprendre les méthodes et les produits présentés sur le salon : alimentation, médecine chinoise, Feng Shui, naturopathie,...
-  **20 animations créatives** pour s'initier : cuisine saine, et cuisine végétarienne, cosmétiques naturels, dégustations de vins bios...

Espace Bébé

Un espace aménagé et dédié aux bébés et à leurs parents pour une pause biberon, change et câlins à l'écart de l'agitation du salon.



Sevellia.com

Une marketplace pour effectuer tous vos achats en ligne ! Pour en savoir plus : www.sevellia.com

Une nouvelle charte de sélection

Plus rigoureuse, pour garantir à tous les visiteurs des produits bio, naturels et des services de qualités (vous pouvez consulter l'intégralité de la charte sur le site internet www.respirelavie.com)



Le réseau Zen & Bio

Les salons Respire La Vie rejoignent le Réseau des salons Zen & Bio !

Ce réseau, le plus grand de salons bio et bien-être en France, rassemble 10 événements installés durablement au sein des régions, en Belgique, 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 pour vous fournir des produits garantis biologiques, des cosmétiques naturelles et des services de qualité.

Découvrez des secteurs variés : alimentation et vins bio, mode et artisanat, tourisme, beauté et bien-être, développement personnel, habitat sain, etc. Ici, les éco-citoyens engagés aussi bien que les curieux à la recherche de nouvelles solutions durables, trouveront chaussure à leur pied.

Retrouvez désormais sous l'égide Zen & Bio les salons Artemisia Marseille, NaturaBio Lille, Zen & Bio Nantes, Respire La Vie Vannes, Rennes, La Rochelle, Le Mans, Angers et Poitiers, et BioFoodle Charleroi (Belgique). Spas Organisation, spécialiste des salons dédiés au bio et au bien être, les a regroupé sous l'étendard du Réseau Zen & Bio.

En s'appuyant sur plus de 30 ans d'expertise dans l'organisation d'événements dans ce domaine et d'une connaissance du tissu régional, SPAS Organisation met à l'honneur des valeurs éthiques, une même charte de sélection des exposants exigeante et commune à l'ensemble des événements.

VOS EXPOSANTS LOCAUX

A TABLE NATURELLEMENT

Depuis 2009, À Table Naturellement, cuisine pour vous, au gré des saisons, des saveurs, en mettant la Nature au centre de votre table.

Plus que jamais, ils mettent en valeur les circuits courts, les acteurs dynamiques de l'agriculture biologique et locale.

Ils valorisent ainsi, à travers leur démarche, les produits de la Région Poitou-Charentes et agissent pour l'environnement.

Leur cuisine, savoureuse et colorée, s'adresse à tous les inconditionnels des produits sains !



FLORE DE SAINTONGE



Le laboratoire Flore de Saintonge est né en 1982 de la rencontre entre Yvonne Reiter, naturopathe, et Bernard Briaud, biologiste, Dr ès Sciences, chargé de recherches au CNRS.

Dès le départ la nature a été au centre de leurs préoccupations et c'est ainsi qu'ils ont fait partie des pionniers de la cosmétique bio en France.

Ils sont implantés dans le nord de la Saintonge romane, sur l'axe Poitiers-Saintes, à la hauteur de La Rochelle, à 60 km à l'intérieur des terres, au cœur d'un vaste massif forestier, loin des grands axes de circulation, dans des conditions propices à une activité ayant trait à la nature.

Leur activité est très variée. Elle va de la culture de plantes aromatiques au conditionnement des produits finis en passant par l'extraction des principes actifs et les différentes fabrications. Mais le cœur de leur savoir-faire réside dans les macérations solaires.

VELOVOLT

Vélovolt vous propose une large gamme de vélos standard et électriques, en vente ou en location, pour des balades respectueuses de l'environnement et sans effort !



ART THERAPIE



L'Atelier d'art-thérapie évolutive, un voyage créatif à la rencontre de soi. Dessiner, peindre, découper, coller, modeler, danser, observer, analyser, comprendre, transformer ... oser évoluer !

L'art-thérapie évolutive utilise le support artistique comme moyen d'expression, de connaissance de soi et d'évolution. Il est inutile de savoir dessiner pour bénéficier de cette démarche qui s'adresse à tous, à tout âge. Accompagnée par l'art-

thérapeute, la personne prend peu à peu conscience de ses croyances limitantes pour mieux se libérer de ses blocages. En lâchant ses peurs, elle fait évoluer ses productions ; elle peut renouer avec la confiance et l'estime de soi et se libérer de sa dépendance à autrui. L'art-thérapie évolutive permet de retrouver le plaisir d'être et de créer. Elle favorise une meilleure communication avec soi-même et le monde extérieur pour s'épanouir en toute harmonie : ses bienfaits se mesurent sur les plans physique, mental, émotionnel et spirituel.

LES NOUVEAUX EXPOSANTS

ARDELAINE

Depuis plus de 30 ans, le village de 540 habitants de Saint-Pierreville abrite la coopérative Ardelaine qui fabrique des matelas, des couettes et des vêtements en laine. Cette entreprise a réussi à relancer la filière textile dans la région. Ils tondent, cardent, filent, tricotent la laine locale avec des procédés de fabrication respectueux de l'environnement.



LES JARDINS DE GAÏA



Pionniers du thé bio depuis leur création en 1994, Les Jardins de Gaïa proposent aujourd'hui près de 500 thés et tisanes bios d'excellence, dont la majeure partie en commerce équitable et certains en biodynamie.

C'est grâce à des relations durables et soutenues avec les producteurs que les Jardins de Gaïa proposent une gamme exceptionnelle de bons thés et de très grands crus, adressés tant aux novices qu'aux amateurs et fins connaisseurs !

Des thés nature d'origine aux mélanges maisons inédits, tout est réalisé artisanalement, dans leurs locaux en Alsace.

GALIPOLI

Marre d'utiliser des produits toxiques pour faire briller votre maison ? Galipoli vous propose des solutions pour des produits d'entretien écologiques, naturels. En remettant au goût du jour des recettes de grand-mères, en simplifiant la fabrication, Galipoli vous met à disposition tous les outils pour un ménage plus sain ! Des recettes, des astuces, tous les ingrédients naturels nécessaires et pour élaborer vos produits, et vous simplifier encore plus la vie, Galipoli a mis au point des flacons recette gradués, pour des préparations inratables !



UNASOL BIJOUX

Sensible à l'environnement, Lunasol Bijoux crée des bijoux à partir de matières naturelles et en particulier à partir de la Tagua, connue sous le nom Ivoire Végétal. L'originalité, la créativité de leurs collections et l'esprit de la marque trouvent leur origine dans la nature.

Les avantages de l'Ivoire Végétal sont multiples. Non toxique, c'est un produit naturel dont les formes sont uniques car aucune graine n'est semblable à l'autre. Il s'agit d'une véritable alternative esthétique à l'ivoire animalier.

LUNASOL associe les matières naturelles avec de l'argent, des pierres fines, du

verre et utilise de nombreuses techniques de fabrication comme la fonte à la cire perdue, la filigrane afin d'harmoniser bijouterie contemporaine et bijouterie fantaisie.

Des collections à la fois de la bijouterie fantaisie, urbaine et écologique.



CONFÉRENCES

Vendredi 01 avril 2016

13:00 Happy Thérapie, mettez du soleil dans votre vie

Cette conférence est organisée par les éditions Eyrolles
<http://www.eyrolles.com/>



« Happy thérapie », un titre de livre qui sonne juste, comme une belle promesse pour engager l'année 2016, année de la joie sur une note positive.

« Rire plus, pour mieux vivre » c'est la proposition de Martine Medjber- Leignel, psychothérapeute et rigologue experte qui zoomera sur cette tendance bien Française à la critique, à la fermeture et à la bouderie. Mécanisme de défense pour les grands émotifs, travers insupportable pour les autres, se refermer sur soi assombrit notre quotidien dans tous les domaines. Au bureau, en famille, dans le couple, un visage fermé et un silence ravageur n'épargne personne... surtout pas ceux qui disent ne jamais en user. Et vous, faites-vous la gueule ?

Jamais !

Un peu... quand on me froisse.

Beaucoup, je suis facilement blessé(e).

Tout le temps, je ne vois pas comment faire autrement !

Que vous soyez victime de boudeurs en série ou de vos propres réflexes, vous découvrirez comment dissiper la mauvaise humeur. Les clefs d'une HAPPY THERAPIE, lors de cette conférence vous donneront des pistes pour mettre plus de soleil dans votre vie.



Martine Medjber-Leignel, Psychothérapeute et Rigologue enseigne à l'École Internationale du Rire et du Bonheur et intervient dans les entreprises depuis une douzaine d'années. Elle a coécrit avec Joëlle Cuvilliez: **Le rire pour les nuls**, First 2013, **Maintenant, réjouissez-vous !** First 2014, **50 Exercices de Rire**, Eyrolles, 2014.

Samedi 02 avril 2016

13:00 La Beauté au naturel – Sylvie Hampikian

Cette conférence est organisée par les éditions Terre Vivante
<http://www.terrevivante.org/>



La plupart des cosmétiques du commerce sont conçus à base d'ingrédients nocifs ou qui participent à la destruction d'éco-systèmes. Il est possible de préparer soi-même ses cosmétiques à base de produits naturels et bio : soins pour le corps, le visage et les cheveux, pour toute la famille. Une façon agréable et économique de protéger sa santé et l'environnement.



Sylvie Hampikian : Passionnée par la botanique et les plantes médicinales, mais aussi docteur vétérinaire et expert pharmaco-toxicologue, Sylvie Hampikian porte un regard scientifique sur les plantes et les actifs naturels. Grâce à ses livres, elle espère apporter le crédit mérité aux pratiques traditionnelles, tout en les inscrivant dans une démarche moderne.

Dimanche 03 avril 2016

13:00 Le Côlon notre 2° cerveau - Pourquoi notre santé dépend du côlon et de l'alimentation - Docteur Pourtalet

Cette conférence est organisée par les éditions du dauphin
<http://www.editionsdudauphin.com/>



A l'heure où l'on découvre la formidable concentration en neurones et fibres nerveuses du côlon sans en connaître réellement la fonction, le Docteur Pourtalet à la fois médecin et chirurgien nous montre par sa pratique quotidienne depuis plus de cinquante ans, les relations étroites entre côlon, alimentation et appendice, une autre conception du fonctionnement digestif.

Notre alimentation moderne surdosée en liquides sucrés et lactés serait à l'origine d'une surproduction de sucs biliopancréatiques qui lorsqu'ils arrivent intacts dans le côlon l'endommagent. Production excessive due au stress, aux facteurs médicamenteux et à l'alimentation d'aujourd'hui. Comment protéger ce côlon et ainsi prolonger notre vie.



Après quatre années de formation chirurgicale dans le service du Professeur Yves-Jacques Longuet à l'hôpital Rotchild, et deux années en tant que chirurgien à Trêves, le Docteur Pourtalet s'installe à Paris en 1961 et exerce une double activité de médecin et chirurgien, tout en continuant ses travaux sur le côlon et l'appendice dont la fonction a toujours été négligée par la médecine officielle.

Aujourd'hui retraité, il continue ses recherches dans le domaine digestif, sa passion.

ATELIERS - CONFÉRENCES

Salle de la GROSSE HORLOGE

Salle du VIEUX PORT

Vendredi 1er avril :

- 11h00 : Retrouver le sommeil, naturellement – Sophie Doucher
- 11h00 : Retrouver notre Nature : Animaux totem et savoir Ancestraux – Isabelle Girard
- 12h00 : Réflexologie faciale émotionnelle et taothérapie – Nhuan Le Quang
- 12h00 : Vivre dans un habitat revitalisant - Gilbert Lavalliere
- 13h00 : L'utilisation des minéraux et des cristaux pour le Bien Être et les Lieux de Vie – Jean-Claude Kennedec
- 14h00 : Bols tibétains - Alain Métraux
- 14h30 : Le Thème de Cristal: votre portrait minéral de naissance - Wydiane Khaoua
- 15h00 : Réflexologie faciale émotionnelle et taothérapie – Nhuan Le Quang
- 15h30 : Orgonites protections électromagnétiques - Thierry Hermann
- 16h00 : La géobiologie énergétique - Hervé Rouché
- 16h30 : Biologie et nutrition, que d'erreurs ! - Luc Le Metayer Landré
- 17h00 : L'hypnose et l'autohypnose comme outil de connaissance de soi – Hélène Girardin
- 17h30 : Évolution de conscience: Comment mieux vivre aujourd'hui ? - Isabelle Girard
- 18h00 : Pourquoi n'osons nous pas dire non? - Sabrina Bannier et Annabel Bodrant

Samedi 2 avril :

- 11h00 : Les intolérances alimentaires – Sophie Doucher
- 11h00 : CEF (plaque de Koltsov) une protection quantique contre les abus de la société technocratique à outrance - Lioudmila Lazuima
- 12h00 : Le Thème de Cristal: votre portrait minéral de naissance - Wydiane Khaoua
- 12h00 : Orgonites protections électromagnétiques - Thierry Hermann
- 13h00 : L'autohypnose comme outil de connaissance de soi - Hélène Girardin
- 14h00 : Les bienfaits des argiles de couleur et leurs énergies ancestrales - Willie Raynaud
- 14h30 : Bols de cristal, méditation - Alain Métraux
- 15h00 : Action énergétique des minéraux - Hervé Rouché
- 15h30 : La bromatologie ou nutrition humaine - Luc Le Metayer Landré
- 16h00 : Retrouver et guérir son enfant intérieur: la résilience - Hélène Girardin
- 16h30 : Atrapuncture, médecine chinoise – Bernard Delemont
- 17h00 : Pourquoi attirons-nous le même type de relations? - Ulysse Meglio
- 17h30 : Des soins quantiques avec les Formes et les Élixirs Isoris – Gilbert Lavalliere

Dimanche 3 avril :

11h00 : Retrouver le sommeil, naturellement – Sophie Doucher

11h00 : Réflexologie faciale émotionnelle et taothérapie – Nhuan Le Quang

12h00 : L'autohypnose comme outil de connaissance de soi - Hélène Girardin

12h00 : Atrapuncture, médecine chinoise – Bernard Delemont

13h00 : La PNL, mode d'emploi de notre cerveau - Sandrine Bruneau

14h00 : L'utilisation des minéraux et des cristaux pour le Bien Être et les Lieux de Vie – Jean-Claude Kennedec

14h30 : Pourquoi attirons-nous le même type de relations? - Ulysse Meglio

15h00 : Le véritable argent colloïdal - Justine ou Germain Leborgne

15h30 : Le Thème de Cristal: votre portrait minéral de naissance - Wydiane Khaoua

16h00 : Orgonites protections électromagnétiques - Thierry Hermann

16h30 : L'intérêt d'un extracteur de jus pour optimiser sa santé - Catherine Jouannic

17h00 : Retrouver et guérir son enfant intérieur: la résilience - Hélène Girardin

17h30 : Et si vos yeux tentaient de vous parler ! – Patrice Morchain

ANIMATIONS CRÉATIVES

Espace du Bout du Monde

Vendredi 1er avril :

- 11h00 : Les Huiles végétales et Huiles Essentielles anti-âge : Réalisation d'un sérum anti-âge, d'un soin jeunesse à la rose, d'un masque anti-rides repulpant - Virginie Brevard - Aromaconseils
- 12h15 : Conseils et gestes au quotidien pour prendre soin de sa peau - Bomoï
- 13h30 : Cuisson à basse température, à l'Omniciseur Vitalité - Armelle Galisson
- 14h45 : Fabriquer soi-même ses produits cosmétiques, c'est facile ! – Bernard Briaud - Flore de Saintonge
- 16h00 : Redécouvrir le bicarbonate et le percabonate - Josette Lescouarch
- 17h15 : Atelier Entretien Jardin par Moune Hognon – L'atelier éco'naturel
- décoction répulsive /insecticide
 - infusion fortifiante/stimulant
 - préparation curative insecticide (cochenilles ...)

Samedi 2 avril :

- 11h00 : La cuisine végétarienne vous intrigue ou vous tente? Cet atelier est fait pour vous! - Sylvie Marsollier - AVF
- 12h15 : Conseils et gestes au quotidien pour prendre soin de sa peau - Bomoï
- 13h30 : Cuisson à basse température, à l'Omniciseur Vitalité - Armelle Galisson
- 14h45 : Redécouvrir le bicarbonate et le percabonate - Josette Lescouarch
- 16h00 : Atelier Plantes Sauvages : Plantain, Souci, Aubépine, Origan, Achillée ... par Moune Hognon – L'atelier éco'naturel
- où les trouver, les reconnaître
 - préparer sa teinture mère
 - préparer ses huiles macérées
- 17h15 : Atelier Remèdes et Mieux Être aux Plantes Sauvages par Moune Hognon
- L'atelier éco'naturel
- faire une huile de soin
 - faire un onguent de soin
 - préparer une huile anti inflammatoire

Dimanche 3 avril :

- 11h00 : Atelier Hygiène Cosmétique et Entretien Maison - Moune Hognon - L'atelier éco'naturel
- 12h15 : Dégustation des vins du salon – Lilas Carité, œnologue - Guide du vin bio / Éditions Utovie
- 13h30 : Cuisson à basse température, à l'Omniciseur Vitalité - Armelle Galisson
- 14h45 : Fabriquer soi-même ses produits cosmétiques, c'est facile ! – Bernard Briaud - Flore de Saintonge
- 16h00 : La cuisine végétarienne vous intrigue ou vous tente? Cet atelier est fait pour vous! - Sylvie Marsollier - AVF
- 17h15 : Les Huiles végétales et Huiles Essentielles anti-âge - Réalisation d'un sérum anti-âge, d'un soin jeunesse à la rose, d'un masque anti-rides repulpant - Virginie Brevard - Aromaconseils

INFOS PRATIQUES

Dates : du vendredi 1er au dimanche 3 avril 2016

Horaires : 10h à 19h - dernière entrée à 18h30

Lieu : Parc des expositions de La Rochelle

Prix d'entrée : 5€ – gratuit pour les -12 ans, les chômeurs, handicapés, étudiants et bénéficiaires du RSA.

Invitations gratuites à télécharger et Informations sur : www.respirelavie.com



Services proposés

- Espace Bébé : espace aménagé et dédié aux bébés et à leurs parents pour une pause biberon, change et câlins à l'écart de l'agitation du salon
- Consigne gratuite pour les achats
- Restauration Bio sur place
- **Sevellia.com**, la marketplace pour effectuer tous vos achats en ligne !

Pour en savoir plus : www.sevellia.com



Pensez à apporter vos paniers et cabas pour éviter l'utilisation des sacs plastiques !

Munissez vous d'espèces, tous les exposants n'acceptent pas le paiement par chèque et/ou ne sont pas équipés d'un terminal de carte bleue !



Comment y aller ?

Parc des Expositions de La Rochelle

1, rue Henri Barbusse

17043 La Rochelle Cedex 1