

DOSSIER DE PRESSE

RESPIRE LA VIE

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

16^{ème}
ÉDITION



LA ROCHELLE

Parc des Expositions de 10h à 19h



www.respirelavie.fr

Spas
Organisation

SOMMAIRE

3 JOURS DE RENCONTRES AUTOUR DE L'ÉCOLOGIE, DU DÉVELOPPEMENT DURABLE ET DU BIEN ÊTRE AU NATUREL

p.3

LE MARCHÉ DES PRODUCTEURS LOCAUX

p.4

LES TEMPS FORTS DU SALON

p.5

SAISON BARBECUES & APÉROS BIO

p.7

LA DÉTOX AVANT L'ÉTÉ

p.8

MÉNAGE DE PRINTEMPS : DU PROPRE ET UN INTÉRIEUR ZÉRO DÉCHETS

p.9

PROFITER DES BEAUX JOURS

p.10

EN PRATIQUE

p.11



3 jours

De rencontres autour de l'agriculture biologique, de l'écologie, du développement durable et du bien-être au naturel



Du 22 au 24 mars 2019, la 16ème édition du salon Respire La Vie La Rochelle accueille **170 exposants** respectueux de la nature et des hommes qui présenteront leurs produits et feront découvrir leurs méthodes.

Car mieux vivre, c'est d'abord bien vivre, en adoptant des éco-réflexes dans tous les domaines. Cette année, le salon propose un programme riche de solutions et de réponses en provenance de spécialistes de leur domaine et de nombreuses nouveautés.

SES ENGAGEMENTS ÉTHIQUES

Un comité de sélection s'assure que les critères de qualité soient respectés pour tous les produits et services présentés, dans le respect d'une démarche environnementale.

La garantie d'une éthique pour effectuer une visite en toute confiance. La charte de nos engagements éthiques est disponible sur le site du salon www.respirelavie.fr

LES SECTEURS



ALIMENTATION BIO • VIN À L'HONNEUR • MODE ÉTHIQUE • HABITAT SAIN • ENVIRONNEMENT • TOURISME, JARDIN • BEAUTÉ, BIEN-ÊTRE, SANTÉ • DÉVELOPPEMENT PERSONNEL • THÉRAPIES DOUCES • FORMATION • MASSAGE



MARCHÉ DES PRODUCTEURS ORGANISÉ PAR LE GAB 17



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 et défend les agriculteurs biologiques.

Il représente près de 70% des producteurs biologiques du département. A la fin de l'année 2013, le GAB17 compte 184 adhérents, dont 145 agriculteurs installés en bio, 11 porteurs de projet, 8 agriculteurs en conversion et 19 sympathisants. Il adhère à la structure régionale Agrobio Poitou Charentes et fait également partie de la FNAB, la Fédération Nationale de l'Agriculture Biologique.

Ses objectifs sont de développer et maintenir l'agriculture biologique, représenter, informer et défendre les professionnels de la bio en lien avec la FNAB (Fédération Nationale de l'Agriculture Biologique), être un réseau d'échanges et d'information

MARCHÉ DES PRODUCTEURS LOCAUX B2 / C1 - B4 / C3 - C2 - C4

100% VEGETAL

Gastronomie végétal et biologique
/ fabrication artisanale

BOUYER VALERY

Plantes aromatiques et médicinales :
tisanes, huiles essentielles et hydrolats

BRASSERIE DU VAL DE SEVRE

Bières artisanales

CHANTE ALOUETTE

Méthodes traditionnelle brut, demi-sec blanc
et rosé, pétillant de raisin, jus, vin, farine

COGNAC ALAIN CHADUTAUD

Cognac, Pineau des Charentes,
vin de Pays Charentais, jus de raisin

DOMAINE ANDRÉ

Vins Charentais, pétillants,
jus de raisin, gelée de raisin

DOMAINE BIAU'CEAN

Confitures, sirop, vinaigre, pâte à tartiner,
fruits sauvages et fruits cultivés

ESTANCIA BEL AIR

Plantes à parfums aromatiques et médicinales

FERME DE BELLEVUE

Farines, huile chanvre, tisane, tilleul

FERME DE BONNEVILLE

Farine, pâtes, huiles et légumes secs

L'ACCUEILLETTE DU MIGNON

Safran et maraichage

LA COCHONNE RIT

Charcuterie fermière bio

LA SAVONNERIE CHAMPAGNE

Savonnerie artisanale, fabrication
par méthode traditionnelle à froid

LES JARDINS DU CHAT BLANC

Plantes aromatiques : tisanes, aromates, sels,
sirops, vinaigres aromatisés, ail des ours

SPIRULINE DE HAUTE SAINTONGE

Spiruline paillettes en sachet



LES TEMPS FORTS DU SALON

3 jours de rencontres, d'échanges et de découvertes. Les exposants vous proposeront leurs produits et feront découvrir leurs méthodes car mieux vivre, c'est d'abord bien vivre en **adoptant des éco-réflexes** dans tous les domaines.

Profitez d'un salon dynamique pour découvrir de **nouvelles pratiques** pour se sentir **bien dans son corps** et dans sa tête. Dialoguez avec des praticiens, bénéficiez de leurs connaissances et vivez une véritable **expérience interactive** !

DES CONFÉRENCES EXPERTS

qui feront le tour des principales thématiques liées à l'alimentation, la santé et le développement personnel.

LES CONFÉRENCES À NE PAS MANQUER

Vendredi à 12:00

Changer sa nutrition pour retrouver la santé

Olivia Charlet

Samedi à 15:30

Cosette et princesse, gavroche et superman : composer avec ces extrêmes dans nos personnalités

Bénédicte Ann

Dimanche à 15:30

Les produits de la ruche pour votre santé

Nicolas Cardinault

Vendredi 22 mars 2019

14:00 Etre soi et rencontrer l'autre

Laure Sauvâtre et Christinie Wachenheim

16:00 A la découverte des huiles essentielles et hydrolats : le pouvoir des PAM

Elise Portes

Samedi 23 mars 2019

11:00 Réduire le stress au quotidien

Anne-Laure Guinot

15:00 Quelle acupuncture pour améliorer la santé au quotidien?

Chang-Hyeon Hwang

Dimanche 24 mars 2019

13:00 Psycho généalogie et constellations familiales

Sandrine Duquesne

16:00 Le merveilleux pouvoir de votre inconscient

Lionel Agullo

DES CONFÉRENCES EXPOSANTS

pour permettre au public de découvrir et de mieux comprendre les méthodes et les produits présentés sur le salon par les exposants ou des intervenants locaux.



Vendredi 22 mars 2019

16:00 Fabrication de 2 remèdes répulsifs curatifs
Moune, L'atelier éco'naturel

Samedi 23 mars 2019

12:15 Fabrication d'une lessive et d'un nettoyant/désinfectant ménager
Moune, L'atelier éco'naturel

Dimanche 24 mars 2019

13:30 Découvrez les vertus du bicarbonate et de la grenade concentrée
Gagik Saakian

DES ANIMATIONS CRÉATIVES

pour mettre la main à la pâte, participer entre autres à des cours de cuisine saine et à la création de ses propres cosmétiques.



DES ATELIERS BIEN-ÊTRE

pour s'initier à différentes méthodes de bien-être

Vendredi 22 mars 2019

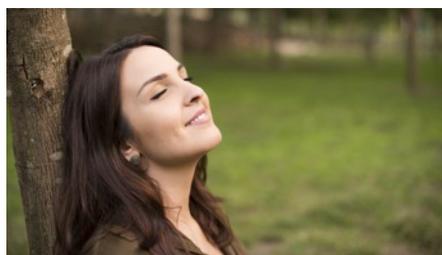
16:00 Mindful yoga - *Anne-Laure Guinot*

Samedi 23 mars 2019

17:00 Constellations ancestrales - *Jacqueline Gateau*

Dimanche 24 mars 2019

12:45 Les 7 points de la guérison - *Xavier Gridelet*





SAISON BARBECUES & APÉROS BIO

Le **printemps** est la saison idéale pour profiter de belles journées en extérieur ! Pique Niques et barbecues peuvent se conjuguer avec **produits bio et légumes & fruits de saison**.

Le salon est propice à la découverte de produits d'épicerie pour accompagner les moments de convivialité tout en saveurs, **Bio bien sûr !**



ALIMENTAIRE



MARLETTE

17137 L'houmeau
www.marlette.fr

Créateur de préparation à desserts cookies, fondant au chocolat ou encore pain d'épices... Il n'y a plus qu'à ajouter les produits frais comme le beurre, les œufs ou le lait. Les ingrédients composants les préparations proviennent des fermes bio de la région. Parfait pour un goûter au soleil !

CARBEL

21000 Dijon
www.extracteur-de-jus.eu

Extracteur de jus à vitesse lente

Les jus détox permettent de se régénérer grâce aux fibres contenues dans les fruits frais qui ne sont pas abimées lorsqu'elles sont passées dans l'extracteur. Parfait pour un petit déjeuner printanier !



COULEURS D'ÉPICES

44340 Bouguenais
www.couleursdepices.fr

Vincent propose un vaste de choix d'épices pour assaisonner ses plats ainsi que des mélanges inédits ratatouilles, cajun, viandes rouges, ... Idéal pour accommoder viandes, poissons, légumes et grillades faits au barbecue ou sur le feu.



SAVEURS LUSITANES

93130 Noisy Le Sec
www.aldartisanal.com

Alda propose des produits aux couleurs et aux saveurs ensoleillés du Portugal : lupin, thon albacore, huiles d'olives pimenté, pois chiche etc. Parfait pour un apéritif dans un parc entre amis sain et bio



LA DÉTOX AVANT L'ÉTÉ

le printemps est LE **symbole de l'éveil**, du renouveau et de la régénération. Comme la nature, notre corps est lui aussi prêt à faire son grand ménage !

C'est donc le moment idéal pour se purifier et être en pleine forme pour l'arrivée de l'été ! De nombreuses **alternatives naturelles** sont proposées pour **se faire du bien à l'intérieur et à l'extérieur** !

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL



BEAUTÉ / BIEN-ÊTRE

CABINET AMETHYST

17290 Thaire d'Aunis

www.cabinetamethyste.net

Catherine Renou, praticienne en hypnose et en sophrologie accompagne ses patients dans les changements qu'ils souhaitent mettre en place : addictions, sevrage, concentration, motivation, phobies, insomnies, problèmes de peau, perte de poids, stress, tensions, douleurs...



MADEMOISELLE BOTANIQUE

17400 Aytré

www.mademoisellebotanique.fr

Herboristerie de métier, Ambre a une passion dévorante pour les plantes, la nature, la botanique et la santé. Elle combine ses talents pour créer des cosmétiques et des mélanges de plantes pour une beauté, saine et au naturel



COUPE DE CHEVEUX ÉNERGÉTIQUE

17000 La Rochelle

www.coiffeuse-energetique-larochelle.com

Valérie Ragot est coiffeuse énergéticienne. Formée en coiffure et développement personnel, elle a rejoint le croupe Remi Portrait. La coupe énergétique en lien avec la médecine chinoise permet de partir à la découverte de notre beauté intérieure et extérieure : un outil thérapeutique capable de révéler les blocages, mémoires ou difficultés et les dépasser.



ARBRES ET AVENIR

44440 Raillé

www.arbresetavenir.com

Arbres et avenir est un collectif de producteurs, paysagistes réunis autour des problématiques de santé et de protection de la nature : conseils et prestations arborées, plantation et aménagement d'espace dans l'esprit de la permaculture, ainsi que des produits naturels issus des arbres ou de cultures tels que l'eau de boulot, allié indispensable pour nettoyer ses organes et détoxifier son organisme en changement de saison !

JEÛNER SUR L'ILE DE RÉ

17940 Rivedoux Plage

www.rire-entreprises.com

Propice aux plaisirs des sens et à une bonne oxygénation, Ré la Blanche, joyau de la côte Atlantique, offre ses couleurs, son charme et ses parfums aux détours des chemins.

Le jeûne permet une détox en profondeur de l'organisme, les tissus se régénèrent, le système digestif au repos permet au corps de nettoyer, de retrouver des forces et de booster le système immunitaire.





MÉNAGE DE PRINTEMPS : DU PROPRE ET UN INTÉRIEUR ZÉRO DÉCHET

Le printemps est là et avec lui, la période du **grand nettoyage annuel**. Plus qu'une prise de conscience, un **mode de vie plus écologique** et **respectueux de notre environnement** peut se mettre en place dans chaque geste de notre quotidien. Chaque pas et chaque action, petite ou grande, peut influencer vers **une issue positive sur la planète et aussi sur notre porte-monnaie**. Et ça commence d'abord... à la maison !



ARTISANAT / MAISON



SEL DÉTACHANT / CADE
83640 Plan D'Aups Sainte Baume
www.alchimiedecade.com

Comme son nom l'indique, le sel détachant permet d'enlever des taches tenaces qui ne partent pas. Si la javel est parfois utilisée sur des vêtements blancs à détacher, on constate que très vite, le vêtement jauni...

BODY NATURE
79250 Nueil Les Aubiers
www.body-nature.fr

Produits qui utilisent les propriétés des huiles essentielles pour assainir et nettoyer notre intérieur.



CLAU VERT
47300 Le Ledat
www.clau-vert.com

Produits d'entretien naturels et biodégradables à base de plantes. Produits naturels et économiques !



BEAUTÉ / BIEN-ÊTRE



LANGE DE FLO
17000 La Rochelle
charente-maritime.lpo.fr

Créée en 1912, la LPO est aujourd'hui la première association de protection de la nature en France. Elle œuvre au quotidien pour la protection des espèces, la préservation des espaces et pour l'éducation et la sensibilisation à l'environnement. Elle a été reconnue d'utilité publique en 1986.

LES ATELIERS À NE PAS MANQUER

Vendredi à 16:00
Fabrication de 2 remèdes répulsifs

Samedi à 12:15
Fabrication d'une lessive et d'un nettoyant / désinfectant ménager

Dimanche à 12:15
Fabrication d'une huile macérée et d'une huile de soin





PROFITER DES BEAUX JOURS

Après de longs mois d'hiver, on profite des beaux jours pour **faire le plein d'énergie** ! L'été avec sa **lumière solaire** plus vive et ses jours plus longs, offrent plus d'opportunités de profiter de la nature qui nous entoure. Journées plus longues rime également avec activités physiques.

Il apporte aussi l'opportunité de se **connecter plus facilement aux autres et à notre planète** !



VELOVOLT

67730 Chatenois
www.velovolt.fr

Velvolt est un magasin de vente et de location de vélo à assistance électrique. Pour une 1/2 journée ou un weekend, partez à la découverte des paysages de La Rochelle et de la région.

Les vélos sont tous de marques françaises.

ANTIOCHE KAYAK

17450 Fouras les Bains
www.antioche-kayak.com

Antioche Kayak vous propose des balades en kayak commentées en compagnie d'un guide certifié. Une promenade au fil de l'eau pour découvrir la Charente Maritime, au beau milieu du futur "Parc Naturel Marin des Pertuis Charentais". Site naturel protégé qui accueille au Sud et au Nord deux réserves de la LPO.



HISTOIRE DE SEMENCES

79000 Niort
www.histoiredesemence.eu

Bruno s'applique à produire des semences de manière totalement naturelle et remet au goût du jour des graines de plantes méconnues ou anciennes : tomates bleues, topinambours... Une bonne excuse pour se remettre au jardinage.



TDS VOYAGES

49000 Angers
www.tourisme-dev-solidaires.org

Voyager pour de vrai ! TDS voyages propose des voyages dans le monde entier, à la découverte de peuples autochtones et de paysages en dehors des sentiers battus ! Des voyages engagés et solidaires pour la découverte, la rencontre, des temps d'immersion pour une intégration harmonieuse au rythme des pays.



COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE RANDONNÉE PEDESTRE

17400 Courcelles
charente-maritime.ffrandonnee.fr

La Fédération Française de Randonnée est une fédération sportive, délégataire de la pratique de la randonnée pédestre. Elle en définit les normes et entretient son "stade", un réseau dense de sentiers sur le territoire national.

Ils créent et balisent les itinéraires de randonnée pédestre, protègent, entretiennent et préservent l'accessibilité des sentiers.

RESPIRE LA VIE

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

**Informations et invitations gratuites
à télécharger sur www.respirelavie.fr**

LIEU : Parc des expositions de La Rochelle
Du vendredi 22 au dimanche 24 mars 2019
de 10h00 à 19h00 – dernière entrée à 18h30

PLEIN TARIF : 5 € - gratuit pour les moins de 12 ans
les chômeurs, Rmistes, étudiants et invalides



RESTAURATION BIO

Tous les exposants n'acceptent pas les CB. Pas de distributeur sur le site.

SERVICES VISITEURS

BOUTIQUE EN LIGNE : Commandez sur la boutique en ligne du salon (www.sevellia.com) et retirez vos achats sur place

VESTIAIRE 2€
CONSIGNE : gratuite pour les achats du salon

ACCUEIL VISITEURS : programmes, plans, renseignements à l'entrée du salon



Réseau Zen & Bio

Le réseau Zen & Bio est le plus grand réseau de salons bio et bien-être en France, il 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.

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.

SPAS Organisation

SPAS Organisation est le plus grand organisateur en France d'événements grand public et professionnels dédiés au bio, au bien-être, à l'art de vivre et au développement durable. SPAS Organisation totalise 31 manifestations : des salons bio, professionnel et grand-public à Paris et en région, des salons dédiés au bien-être et à l'art de vivre ainsi qu'une place de marché en ligne.

SALONS BIO A PARIS : Vivre Autrement, Bio & Vegan, ViniBio (Paris, Lyon), Marjolaine, Vivez Nature, Naturally, Noël en Bio, Natexpo (Paris, Lyon, Barcelone).

SALONS BIEN-ÊTRE ET ART DE VIVRE : Bien-être Médecine douce & Thalasso (Paris, Lyon, Marseille), Les Thermalies (Paris, Lyon), Zen, Saveurs des Plaisirs Gourmands, Salon des Thérapies, Salon Go Healthy (Paris, Lyon).

SALONS BIO EN RÉGION : Zen & Bio (Nantes, Angers, Tours, Bordeaux), Artemisia (Marseille), NaturaBio (Lille), Respire La Vie (Vannes, Rennes, La Rochelle, Poitiers), Vivez Nature (Lyon).

SEVELLIA.COM : site de vente en ligne de produits biologiques et naturels.

RESPIRE LA VIE

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

16^{ème}
ÉDITION



LA ROCHELLE

Parc des Expositions de 10h à 19h



www.respirelavie.fr



CONTACTS PRESSE

Sara GANGLOFF

Responsable du Réseau Zen & Bio
sgangloff@spas-expo.com - 06 70 20 38 38

Alicia SMADJA

Chargée de communication du Réseau Zen & Bio
asmadja@spas-expo.com - 01 77 37 63 48