



Le salon RESPIRE LA VIE 3 jours autour de la bio, du bon et du bien-être

Prendre soin de soi, manger mieux, consommer bio, retrouver la forme, apprendre à se connaître, respecter l'environnement, privilégier les remèdes naturels... Autant de préoccupations auxquelles le salon RESPIRE LA VIE POITIERS répond par son authenticité et son offre toujours exhaustive. Le salon attend pour sa 19^{ème} édition du 22 au 24 novembre, près de 12 000 visiteurs et 170 exposants de différents univers : alimentation saine, habitat, environnement, associations, jardin, vacances, développement personnel, mode, maison écologique, beauté, santé...



DÉCOUVRIR LES TENDANCES DE LA BIO ET DU BIEN-ÊTRE

Chaque année, le salon RESPIRE LA VIE invite le public à adopter la bio et à consommer de façon responsable tout en se faisant plaisir. Cette tendance, qui se décline dans tous les domaines de la vie courante, rassemble un nombre toujours plus grand d'adeptes. Grâce à leur expertise, les exposants proposent des produits, alternatives et conseils simples pour booster son quotidien.

Afin de garantir à tous les visiteurs de rencontrer des exposants triés sur le volet proposant des produits bio, naturels et des services de qualité, RESPIRE LA VIE POITIERS est soumis à la charte de sélection rigoureuse du Réseau ZEN & BIO*.

NOUVEAUTÉ  **viniBIO**
L'excellence du vin bio

L'espace ViniBio regroupe une quinzaine de vignerons travaillant dans le respect de l'environnement des règles de l'agriculture et de la vinification biologique. Au cours du salon, des dégustations thématiques commentées vous seront proposées par des experts du secteur.

UN SALON PLACE SOUS LE SIGNE DE L'ÉCHANGE

- **Des conférences animées par des experts** intervenant sur des thématiques telles que l'alimentation, la santé et le développement personnel (2 conférences experts par jour d'une durée d'1h30) ;
- **Des conférences exposants** pour découvrir et mieux comprendre les méthodes et produits présentés sur le salon ;
- **Des ateliers « Bien-être »**, pour expérimenter des nouvelles pratiques de développement personnel et dialoguer avec des praticiens ;
- **Des animations créatives** qui permettent de vivre des expériences inédites : apprendre à utiliser des produits naturels, à les combiner pour créer sa cosmétique, entretenir sa maison de façon naturelle et écologique et économique ;
- **Le workshop Bougez Zen**, pour s'initier au cœur du salon à des nouvelles techniques corporelles.

CONSOMMER BIO, SAIN ET LOCAL



Une prise de conscience générale sur l'équilibre alimentaire guide aujourd'hui les consommateurs, préoccupés par leur santé, et qui savent, plus que jamais, que leurs choix de consommation auront une incidence majeure sur leur bien-être à court mais aussi à long terme. Prendre conscience, c'est aller vers des **systèmes alternatifs** quant à l'approvisionnement, c'est réduire ses quantités de viande, prendre conscience de l'importance du maintien de l'agriculture paysanne et de l'éthique vis-à-vis des animaux et de l'environnement.

LA PRISE DE CONSCIENCE ZÉRO DÉCHET

Plus qu'une prise de conscience contre la surconsommation, le **zéro déchet** est un **mode de vie plus écologique et respectueux de notre environnement** qui peut se mettre en place dans chaque geste de notre quotidien.

Le zéro déchet, c'est consommer moins mais mieux et de façon plus responsable, tout en faisant des économies.

Cela paraît parfois difficile mais l'objectif zéro déchet est accessible à tout le monde en se fixant ses propres attentes. Le salon met à l'honneur de nombreux acteurs autour de ces gestes du quotidien qui facilitent la vie et protègent l'environnement.



PRENDRE SOIN DE SOI A L'APPROCHE DE L'HIVER



Le changement de saison est souvent synonyme de fatigue, voire de déprime : le manque de lumière, la baisse des températures extérieures, une activité professionnelle ou scolaire intense et stressante fragilisent le moral et l'organisme. Il est donc très important **de prendre soin de soi pour affronter l'hiver** qui arrive. Quelques bons gestes de prévention santé, des remèdes doux pour les petits maux, une alimentation équilibrée, et de quoi se vêtir chaudement et confortablement. Les conseils et les produits adaptés sont nombreux sur le salon.

VERS UN ÉPANOUISSEMENT PERSONNEL ET CORPOREL

Comment découvrir le chemin du bien-être et de l'épanouissement de soi qui joue un rôle majeur dans la vie quotidienne comme dans le cadre professionnel ? **Le développement personnel n'est plus réservé à quelques aficionados** mais se développe et se propage à une population à l'écoute. L'écoute de soi d'abord, l'écoute de l'autre ensuite. Car le développement personnel, est certes, un accueil de ses émotions mais surtout l'apprentissage de leur gestion



JARDINAGE ÉCOLO, MAISON SAIN, TRUCS ET ASTUCES

Notre santé dépend aussi de l'endroit où nous vivons, qui nous expose trop souvent à de nombreux risques. Les consommateurs sont donc plus vigilants et de plus en plus nombreux à changer leur mode de consommation pour se tourner vers des produits verts meilleurs pour la planète, notre santé et notre bonne humeur !



Même en hiver, il est possible de profiter de son extérieur, de jardiner, de planter, de découvrir de nouvelles activités, ou tout simplement se détendre !

INFORMATIONS PRATIQUES

Informations et invitations à tarif réduit à télécharger sur www.respirelavie.fr

LIEU : Parc des expositions de Poitiers - Hall B
Du vendredi 22 au dimanche 24 novembre 2019 de 10h00 à 19h00 - dernière entrée à 18h30

PLEIN TARIF : 5 €* - donnant accès aux stands conférences et animations

**Montant à régler sur place uniquement si vous ne disposez pas d'une entrée à tarif réduit ou d'une invitation gratuite*

TARIF REDUIT : 3 €* - pour toute inscription sur le site internet du salon

**Montant à régler sur le site internet du salon ou à l'accueil/caisse du salon*

GRATUIT pour les demandeurs d'emploi, personnes à mobilité réduite, étudiants et enfants de moins de 12 ans

SERVICES VISITEURS

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

LIVRAISON A LA VOITURE pour les achats encombrants
VESTIAIRE 2€

CONSIGNE gratuite pour les achats du salon

SAC EN COTON BIOLOGIQUE 3€

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

RESTAURATION BIO SUR PLACE

ESPACE ENFANT GRATUIT

Réseau Zen & Bio

Le réseau Zen & Bio est le plus grand réseau de salons bio et bien-être en France, 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 30 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, des espaces tendances, ainsi qu'une place de marché en ligne.

- **Les salons Bio et Nature** : Marjolaine (Paris), Vivre Autrement (Paris), Naturally (Paris), Noël en bio (Paris), Vivez Nature (Paris), Permae (Paris)
- **Les salons professionnels** : medFEL (Perpignan), Natexpo (Paris, Lyon), Natexpo International Tour (programme itinérant)
- **Le réseau des salons Zen & Bio en régions** : Zen & Bio (Nantes, Angers, Tours, Bordeaux), Artemisia (Marseille), NaturaBio (Lille), Respire La Vie (Poitiers, Vannes, Rennes, La Rochelle), Vivez Nature (Lyon)
- **Les salons Bien-être et Art de vivre** : Bien-être Médecine Douce et Thalasso (Paris, Lyon, Marseille), Les Thermalies (Paris, Lyon), Zen (Paris), Mednat & Agrobio Expo (Lausanne), Saveurs des Plaisirs Gourmands (Paris)
- **Les espaces Tendances** : SPAS révèle les tendances de demain et les met en lumière via des espaces dédiés : Bio & Vegan, ViniBio, Go Healthy et Le Rendez-vous de la conscience sur ses salons grand public.
- **Sevellia.com** : site de vente de produits biologiques et naturels (400 marchands et 22 000 références)

CONTACTS PRESSE

Sara GANGLOFF – Responsable Réseau Zen&Bio – 01 77 37 63 34 – sgangloff@spas-expo.com
Alicia SMADJA – Chargée de communication Réseau Zen&Bio – 01 77 37 63 48 – asmadja@spas-expo.com