

# RESPIRE LA VIE

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

16<sup>ème</sup> édition

21 - 23  
FÉVRIER  
2020



## RENNES

PARC DES EXPOSITIONS - DE 10H À 19H

## DOSSIER DE PRESSE

Sara GANGLOFF – Responsable du salon - [sgangloff@spas-expo.com](mailto:sgangloff@spas-expo.com) - 06 70 20 38 38  
Alicia SMADJA – Chargée de communication – [asmadja@spas-expo.com](mailto:asmadja@spas-expo.com) – 01 77 37 63 48

# SOMMAIRE

---

---

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

p.3

---

**VERS DE NOUVELLES HABITUDES ALIMENTAIRES**

p.4

---

**BIEN VIVRE SANS GASPILLER : LA PRISE DE CONSCIENCE ZÉRO DÉCHET**

p.7

---

**LE BIEN-ÊTRE : UNE QUESTION D'ÉQUILIBRE ENTRE LE CORPS ET L'ESPRIT**

p.9

---

**RESPIRE LA VIE RENNES, UNE SALON POUR TOUTE LA FAMILLE**

p.12

---

**SE TOURNER VERS LE NATUREL : MODE, MAISON, TOURISME**

p.14

---

**EN PRATIQUE**

p.15

---



# 3 jours

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



Pour sa 16<sup>ème</sup> édition, le salon **RESPIRE LA VIE RENNES** revient avec des thèmes incontournables pour vivre éco-citoyennement. Qu'il consomme occasionnellement du bio, qu'il soit un fervent consommateur, sensible aux enjeux environnementaux ou simple curieux, chaque visiteur trouvera de précieux conseils pour lui permettre de se sentir bien dans **son esprit**, dans **son corps** et dans **son environnement**.

**230 exposants** triés sur le volet sont attendus pour échanger, partager et présenter les nouveautés et dernières tendances green dans les **domaines aussi variés** que l'alimentation et le vin bio, la mode et artisanat, l'habitat sain, l'environnement, la beauté, la santé, le bien-être, le développement personnel, la médecine douce...

## UNE OFFRE COMPLÈTE POUR DÉCOUVRIR ET APPRENDRE

Les consommateurs français sont, chaque année, plus nombreux à se tourner vers une consommation plus responsable et bio. Selon les chiffres publiés par l'Agence Bio en juin 2018, les achats de produits bio ont doublé en cinq ans, entre 2012 et 2017, passant de 4,189 milliards d'euros à 8,373 milliards d'euros.

Car mieux vivre, c'est d'abord bien vivre en adoptant des éco-réflexes dans tous les domaines, **le salon RESPIRE LA VIE** s'attache à accompagner ces consommateurs engagés et de plus en plus attentifs à leur environnement.

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 RENNES est soumis à la charte de sélection rigoureuse du Réseau ZEN & BIO. (voir p.17)

Par ailleurs, le salon propose un contenu riche :

- **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, cuisiner sainement.
- **Un workshop Bougez Zen**, pour s'initier au cœur du salon à des nouvelles techniques corporelles tel que le yoga, le qi gong, le taichi.
- **Le nouvel Espace ViniBio**, regroupant des vignerons travaillant dans le respect de l'environnement, des règles de l'agriculture et de la vinification biologique.



# VERS DE NOUVELLES HABITUDES ALIMENTAIRES

Une **prise de conscience générale** sur l'équilibre alimentaire guide aujourd'hui les consommateurs, **préoccupés par leur santé**, et qui savent que leurs choix de consommation auront une incidence majeure sur leur bien-être.

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 etc.

Depuis quelques années, le salon Respire a pris une nouvelle dimension et répond aussi aux questionnements d'un **public plus jeune et plus engagé**. Les problématiques de santé publique, les crises sanitaires, les incidents agro-alimentaires sont à l'origine d'une conscience grandissante qui maintiennent les consommateurs en éveil.

Le public a choisi de prendre sa vie en main et de bien réfléchir aux aliments qu'il consomme.

Découverte de ces **nouveaux modes de consommations**.



• **Agrobio 35** •

Les Agriculteurs **BIO** d'Ille et Vilaine

## S'ENGAGER EN CONSOMMANT LOCAL

Cette année, le salon Respire La Vie sera la vitrine d'une **vingtaine d'exposants de L'Ille et Vilaine**. La région met en avant son dynamisme et ses initiatives originales et indépendantes qui **favorisent le consommer local**. Bien représentée sur le salon, la filière bio d'Ille et Vilaine démontre, une nouvelle fois, son dynamisme et sa créativité grâce aux ressources issues du territoire, à la capacité à inventer et réinventer de nouveaux concepts et à valoriser des **savoir-faire locaux**.



### L'Ille et Vilaine, un département dynamique en AB

AGROBIO 35 est le groupement des agrobiologistes d'Ille-et-Vilaine, numéro 1 du développement de la bio sur son département. Créé il y a plus de 20 ans, AGROBIO 35 a pour fondement le développement économique et la promotion de l'agro-alimentaire biologique régional.

### ZOOM / marché des producteurs

Sur le salon, retrouvez la **vingtaine de producteurs** du marché organisé par **AGROBIO 35** (Groupement des Agriculteurs Biologistes d'Ille et Vilaine) avec en autres :

- Fagots & Froments : pains paysans et pâtisseries – ESSE
- Le Champ de l'air : plantes aromatiques et médicinales – BAULON
- Amicalement bio : production de poulets œufs – LAILLE
- Van Valenberg : producteur de glaces fermières – JANZE
- Le Champ des vents : fruits, jus et farines : ARGENTRE DU PLESSIS
- Hery Productions : fruits légumes et jeunes plantes - BRUZ

## LA VAGUE GREEN ET VEGAN

Devenir végétarien, c'est avant tout des convictions : pour protéger l'environnement, améliorer sa santé, diminuer la souffrance animale mais aussi faire des économies.

En France, le marché végétarien et vegan a augmenté de 24 % en 2018. Ils ne sont encore que 2,5% des consommateurs à l'être mais on compte désormais 1/3 de la population comme flexitarienne, principal moteur de ce marché.

Pour aller plus loin avec nos exposants sur le salon :

### L'CHANVRE – Stand C16

[www.lchanvre.com](http://www.lchanvre.com)

22000 GOUAREC

Des produits à base de chanvre alimentaire (graines et huiles) riche en protéines complètes, minéraux, fibres, oméga 3 et 6.



### NATURE ZEN – Stand E1

[www.nature-zen.com](http://www.nature-zen.com)

79000 ST MAIXENT

Des poudres de riz et de pois à mélanger à des laits végétaux ou des yaourts pour faire le plein de protéines végétales

## LE DÉVELOPPEMENT DES GAMMES POUR INTOLÉRANTS ET ALLERGIQUES

La France connaît une véritable explosion du nombre d'allergies alimentaires. Près de 4% des adultes et 8% des enfants doivent ainsi surveiller leur assiette, l'unique solution consistant à bannir la consommation des aliments allergènes et à en favoriser d'autres.

Sur le salon, pour remplacer par exemple le gluten qu'on trouve dans le blé, le seigle ou encore l'orge :

### CROC'ENVIE – Stand C15

[www.crocenvie.com](http://www.crocenvie.com)

56000 PLOEMEUR

Barres énergétiques à base de graines de fruits séchés et d'oléagineux



### SAVEURS LUSITANES – Stand A16

Légumineuses

## CONSOMMER DES PRODUITS SAINS

En se tournant vers une alimentation bio, on fait le choix de bannir les pesticides et autres produits chimiques pour la santé. Mais on sélectionne aussi des produits moins gras, plus sains et donc meilleurs pour la santé.

Pour aller plus loin avec nos exposants sur le salon :

### L'ATELIER DU FERMENT – Stand A3

[www.latelierduferment.com](http://www.latelierduferment.com)

53000 COURBEVILLE

Du Kéfir de fruit artisanal, une boisson fermentée sans alcool, naturellement pétillante et très peu sucrée



### L'USTENSILE DURO – Stand C18

[www.durofrance.com](http://www.durofrance.com)

93000 NOISY LE GRAND

Des appareils de cuisson basse température, sans eau, sans vapeur et sans matière grasse

## ESPACE VINIBIO – NOUVEAU !

**viniBIO**  
L'excellence  
du vin bio

Cette année, pour la première fois, le salon Respire La Vie accueille l'espace Vinibio consacré aux vignerons et vigneronnes travaillant selon les règles de l'agriculture biologique et/ou biodynamique ou ayant entamé une démarche de conversion biologique.

Une quinzaine de vignerons y seront réunis, venant des différentes régions viticoles de France, et présenteront leurs plus belles cuvées.

L'occasion de rencontrer les producteurs en direct pour les visiteurs mais également de découvrir des vins respectueux de l'environnement, authentiques et sincères.

Vous pourrez également participer à une dégustation commentée des vins du salon le vendredi 21 février à 12h30, animé par Lilas Carité, Guide du vin bio, Éditions Utovie.



LES RENDEZ-VOUS À NE PAS MANQUER

<p><b>CONFÉRENCE EXPERT</b> <b>Vendredi à 11h30</b> Les 7 aliments qui vont doper votre santé <i>France Guillain</i></p>	<p><b>ANIMATION CRÉATIVE</b> <b>Vendredi à 14h00</b> Chiche ! Houmous et mousse au chocolat version végétale ! <i>Association Végétarienne de France</i></p>
<p><b>CONFÉRENCE EXPERT</b> <b>Dimanche à 11h30</b> L'alimentation selon l'Ayurvéda <i>Emmanuelle Soni-Dessaigne</i></p>	<p><b>ANIMATION CRÉATIVE</b> <b>Samedi à 15h30</b> Cours de cuisine bio <i>Solène Taslaud, Du Bonheur Au Quotidien</i></p>
<p><b>CONFÉRENCE EXPERT</b> <b>Dimanche à 15h00</b> J'améliore mon alimentation <i>Danielle Guesnet</i></p>	
<p><b>CONFÉRENCE EXPERT</b> <b>Dimanche à 17h30</b> Le goût silencieux, la pratique zen de la nourriture <i>Valérie Duvauchelle</i></p>	<p><b>ANIMATION CRÉATIVE</b> <b>Dimanche à 11h00</b> Cuisson basse température : de l'entrée au dessert en une seule cuisson <i>L'Omnicuseur Vitalité</i></p>





# BIEN VIVRE SANS GASPILLER : 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.

L'Union Européenne a décidé d'interdire les cotons tiges, les bouteilles en plastique, les pailles, les touillettes, les gobelets et autres couverts en plastiques jetables d'ici à 2021, avec pour objectif de limiter la pollution des océans. On estime que ces produits représentent plus de 70 % des déchets marins.

Voici quelques-unes des **très nombreuses astuces** à retrouver sur le salon :

## LINGETTE DÉMAQUILLANTE

**LANGES DE FLO – Stand D23**

[www.langesdeflo.com](http://www.langesdeflo.com)

85150 LA CHAPELLE ACHARD

Alternatives lavables, faciles pour réduire nos déchets



## PROTECTION INTIME LAVABLE ET CUP

**PLIM POSITIVE INTIMITÉ – Stand D1**

[www.plim.fr](http://www.plim.fr)

79500 MELLE

Alternatives lavables, faciles pour réduire nos déchets

## CURE OREILLE RÉUTILISABLE

**ESCURETTE – Stand E18**

[www.escurette.fr](http://www.escurette.fr)

35340 LIFFRE

L'alternative au coton-tige, le cure oreille responsable



## FILTRE À THÉ ET À CAFÉ

**SAKAIDE – Stand D29**

[www.sakaide.fr](http://www.sakaide.fr)

44390 PETIT MARS

Un filtre à thé en voile de lin cultivé en France, le compagnon idéal de votre thé en vrac

## UN SHAMPOING ET UN SAVON SOLIDE

**SAVONDOU – Stand E9**

[www.savondou.fr](http://www.savondou.fr)

22380 SAINT CAST LE GUILDO

Savons 100% naturels faits main par saponification à froid



## PAILLE EN BAMBOU

**MAMIE MESURE – Stand D19**

[www.mamiemesure.fr](http://www.mamiemesure.fr)

35000 RENNES



## ESSUIE-TOUT RÉUTILISABLE

**OUIZIOU – Stand C23**

[www.ouziou.eproshopping.fr](http://www.ouziou.eproshopping.fr)

50300 MARCEY LES GRÈVES

## BOITE DE CONSERVATION

**CARBEL – Stand B22**

[www.cabelfrance.fr](http://www.cabelfrance.fr)

21000 DIJON

Boîtes de conservation sous vide Vidy



## BICARBONATE ET PERCARBONATE

Plus besoin de multiplier les produits d'entretien, quelques composants simples suffisent pour toute la maison !  
Bye Bye la surconsommation de bouteilles en plastique.

**GRENADE DATTE BICARBONATE – Stand C19**

72000 LE MANS

## PURIFICATEUR D'EAU

**AQUASELF – Stand B32**

[www.aquaself.fr](http://www.aquaself.fr)

29490 GUIPAVAS

## COMPOSTAGE ET TRI DES DÉCHETS

**RENNES MÉTROPOLE – Stand A29**

[www.metropole.rennes.fr](http://www.metropole.rennes.fr)

35200 RENNES

## DES EXPÉRIENCES À VIVRE SUR LE SALON

Le visiteur pourra aussi vivre des expériences inédites, apprendra à utiliser les produits naturels, à les combiner pour créer lui-même sa cosmétique ou encore entretenir sa maison.

### LES INCONTOURNABLES DES ANIMATIONS DIY

#### ANIMATION CRÉATIVE

**Vendredi à 15h30**

Réalisation d'une lessive, d'un nettoyant multi-usages et de pastilles lave-vaisselle  
*Emilie Briot, Cosmétiques en cuisine*

#### ANIMATION CRÉATIVE

**Samedi à 15h40**

Atelier compostage pour un jardin au naturel  
*Rennes Métropole*

#### ANIMATION CRÉATIVE

**Samedi à 12h40**

Atelier de fabrication réemploi et zéro déchet  
*La Belle Déchette*

#### ANIMATION CRÉATIVE

**Samedi à 17h10**

Réalisation d'un déodorant et d'un shampoing solide  
*Emilie Briot, Cosmétiques en cuisine*

#### ANIMATION CRÉATIVE

**Dimanche à 13h10**

Réduire mes déchets et fabrication de tawashi et de bee wrap  
*Rennes Métropole*

#### ANIMATION CRÉATIVE

**Dimanche à 17h00**

Le kit zéro déchet : déodorant solide, shampoing solide, baume à lèvres et sérum bonne mine solide  
*Justine Vettier, My Little Tambouilles*





# LE BIEN-ÊTRE : UNE QUESTION D'ÉQUILIBRE ENTRE LE CORPS ET L'ESPRIT

C'est reconnu, le bien-être et la santé sont intimement liés. Pour lutter contre les agressions extérieures, le stress ou la fatigue, la nature nous propose de nombreuses solutions.

Voici une sélection de bonnes idées pour visiter le salon et prendre soin de vous !

## SE FAIRE UNE BEAUTÉ AU NATUREL

Fini les ingrédients dangereux ou agressif, place aux cosmétiques bio ou naturels pour protéger et nourrir sa peau et adopter une routine quotidienne au plus près des plantes.

### PERLUCINE – Stand E29

[www.perlucine.fr](http://www.perlucine.fr)  
56350 ALLAIRE

Gamme bretonne de soins d'hygiène et cosmétiques à base de poudre de coquille d'huître blanche et d'argile marine



### BOMOÏ – Stand E13

[www.bomoi.fr](http://www.bomoi.fr)  
49440 CANDÉ

Gamme de soins cosmétiques conçus à partir d'huiles végétales, d'essences et de plantes naturelles bio

## CONSERVER SON ÉNERGIE MÊME EN HIVER

Pour rester en forme, on s'active, on fait du sport, on se promène dès qu'il y a un rayon de soleil et on n'oublie pas de profiter des forces de la nature avec des compléments nutritionnels, des oligo-éléments, des vitamines...

### ALGO SYSTEMS – Stand E8

[www.algosystems.org](http://www.algosystems.org)  
91420 MORANGIS

Compléments alimentaires à base d'algues de Bretagne

### BIOOPTIMAL – Stand D2

[www.biooptimal.fr](http://www.biooptimal.fr)  
44160 PONTCHÂTEAU

Produits diététiques sains, naturels, bio et écoresponsables pour la santé et le bien-être



## SE PROTÉGER DES AGRESSIONS EXTÉRIEURES

Pensez à aérer régulièrement votre intérieur, à bien vous couvrir lorsque vous sortez, mais aussi à utiliser les huiles essentielles. Les huiles essentielles d'Eucalyptus ou de citron sont par exemple apaisantes pour la gorge.

### BIOFLORAL – Stand E24

[www.biofloral.fr](http://www.biofloral.fr)

43260 ST PIERRE EYNAC

Pranarôm aromatique, HerbalGem gemmothérapie



## PRENDRE SOIN DE SA DIGESTION

Une bonne digestion est essentielle pour se sentir en forme. Manger léger le soir, bannir les sauces ou les sodas qui ballonnent. Et penser aux compléments alimentaires pour faciliter la digestion, ainsi qu'à certaines tisanes.

### LABORATOIRE LERECA – Stand D14

[www.lereca.com](http://www.lereca.com)

93600 AULNAY SOUS BOIS

Compléments alimentaires naturels spécialisés dans l'équilibre acide-base

### ASIECO GINSENG – Stand G7

[www.asieco.com](http://www.asieco.com)

75015 PARIS

Ginseng rouge de corée, goji bio, moringa bio, maca, guarana, gelée yuzu...



## FAIRE LE PLEIN D'APPAREILS BIEN-ÊTRE & SANTÉ

Pour renforcer son bien-être au quotidien, pour se détendre, pour se sentir bien jour après jour, il existe de nombreuses solutions pour bénéficier d'une meilleure qualité de vie.

### **BOL D'AIR JACQUIER – Stand F7**

[www.holiste.com](http://www.holiste.com)

71110 ARTAIX

Appareil de méthode d'oxygénation naturelle capable d'apporter à la cellule l'oxygène dont elle a besoin

### **BOULADO RÉVOLUTION – Stand E23**

[www.boulado.com](http://www.boulado.com)

35650 LA BREDE

Appareil d'auto-massage, bien-être et sport



### **TERAFORCE – Stand G13**

[www.teraforce.fr](http://www.teraforce.fr)

75014 PARIS

Appareil thérapeutique des points d'acupuncture non-électrique

### **WATERWAVE – Stands E16 / F11**

[www.waterwave-spas.com](http://www.waterwave-spas.com)

56250 SAINT NOLFF

Spas et jacuzzi pour une relaxation idéale

## SE MAINTENIR EN FORME

Faire du sport est un atout pour votre capital santé. Réconciliez-vous avec votre corps par le yoga, le tai chi, le kinomichi, le Qi gong, les arts martiaux, la danse, les gyms douces...

### **YOGAJUST YOGIZEF – Stand G15**

[www.yogajust.fr](http://www.yogajust.fr)

35000 RENNES

Yogajust : accessoire multifonctions

Yogazef : Yoga assis au travail



### **L'ORANGE BLEU MON COACH**

**WELLNESS – Stand D18**

35000 RENNES

Accompagnement de remise en forme complète et individuelle

## OPTER POUR DES MÉTHODES DOUCES ET NATURELLES

Rencontrez et échangez avec des professionnels pour prévenir ou soulager différents problèmes de santé.

### **ÉNERGIES ET NATUROPATHIE – Stand G25**

[www.energiesetnaturopathie.com](http://www.energiesetnaturopathie.com)

35530 SERVON-SUR-VILAINE

Naturopathe, bilan flash iridologie, massage bien-être

### **ART DE VOIR D. CESBRON – Stand F23**

[www.art-de-voir.com](http://www.art-de-voir.com)

56120 JOSSELIN

Comment retrouver une bonne vue : stages, séances individuelles

## APPRENDRE À LÂCHER PRISE

Libérez-vous du stress quotidien, éliminer vos tensions et savourez des massages



### **IPSAE COACHING – Stand G21**

[www.ipsaecoaching.com](http://www.ipsaecoaching.com)

35134 THOURIE

Accompagnement assisté par le cheval

### **ERVE CENTRE-OUEST – Stand G29**

[www.erve-france.org](http://www.erve-france.org)

36000 CHATEAUROUX

Réflexologie Erve

### **MAMA DEVA – Stand G26**

22100 DINAN

Sophrologie et développement personnel

## TROUVER UNE FORMATION PROFESSIONNELLE

Si satisfaire le bien-être des autres au quotidien est votre vocation, pour entamer une reconversion dans le secteur du bien-être.

### SHHIZEN SCHOOL – Stand F25

[www.shizen-school.fr](http://www.shizen-school.fr)

44188 NANTES

Centre de formation en massage bien-être



### ÉCOLE DE SOPHROLOGIE – Stand F31

[www.ecole-sophrologie-rennes.com](http://www.ecole-sophrologie-rennes.com)

35700 RENNES

Se former à la sophrologie authentique

## CONFÉRENCES ET ATELIERS, DES MOMENTS ABSOLUS

### LES CONFÉRENCES

#### Vendredi 21 février

**14:00** | Incroyable pouvoir de l'acupuncture ! Quelle acupuncture pour améliorer la santé au quotidien ? *Lee Chang*

**15:00** | Allégez votre charge mentale - *Christèle Rakotondrainy*

**15:00** | Intestin et microbiote au centre de la santé - *Patricia Paisant*

#### Samedi 22 février

**13:00** | L'approche naturopathique et holistique de la santé – *Philippe Cleyet Merle*

**17:30** | Oser prendre la parole – *Aurore Debierre*

**18:00** | Comment se forme un blocage ? Comment dépasser nos peurs ? – *Karine Le Dour*

#### Dimanche 23 février

**12:00** | Différent, hypersensibles, spirituels ? Déployez vos potentiels – *Edwige Machelard et Erwann Clément*

**13:00** | La sophrologie : authenticité et idées reçues – *Lionel Moal*

**16:30** | Les 3 clés du succès pour créer la vie que vous désirez vraiment – *Laurence Arpi*

### WORKSHOP BOUGEZ ZEN

#### Vendredi 21 février

**11:00** | Kundalini yoga, la technologie de la conscience - *Siri Avtar*

**12:30** | Yoga et Ayurvéda – *Julie Beis*

**14:00** | Au travail ou dans les transports : techniques de Yoga à réutiliser au quotidien – *Carole Jégou*

#### Samedi 22 février

**12:30** | Qi Gong et sophrologie : détente en pleine présence – *Christine Sans*

**15:30** | Auto-massage et posture anti-stress – *Béatrice Berthelot*

#### Dimanche 23 février

**12:30** | Pilates débutant – *Charlotte Gadd*

**17:00** | Découverte de Yogajust, le premier accessoire de yoga multifonction – *Thiébaut Ficht*





# RESPIRE LA VIE RENNES, UN SALON POUR TOUTE LA FAMILLE

De plus en plus de jeunes parents sont adeptes d'un **mode de vie bio et responsable**, attentif à des valeurs et des choix qu'ils transmettent à leurs enfants.

Le salon **Respire La Vie** les accompagne dans leur rôle pédagogique en aménageant plusieurs espaces et animations particulièrement pensés pour les plus petits et les plus grands !

## DÈS LE PLUS JEUNE ÂGE ET MÊME AVANT

### LANGES DE FLO – Stand D23

[www.langesdeflo.com](http://www.langesdeflo.com)

85150 LA CHAPELLE ACHARD

Couches lavables, couches aquatiques et bonnets de bain pour les bébés



### ESPACE PARENTALITÉ – Stand G32

[www.dodelune.fr](http://www.dodelune.fr)

35750 IFFENDIC

Le bien être est au cœur de la parentalité et de la grossesse, nombreux ateliers à découvrir pendant le salon : massage bébé, rigologie, grossesse au naturel, portage, émotions, allaitement...

### ESPACE BÉBÉS

Espace aménagé et dédié aux bébés et à leurs parents pour une pause biberon, allaitement, change et câlins



## POUR S'AMUSER EN FAMILLE

### ÉDITIONS POURPENSER – Stand D21

[www.pourpenser.fr](http://www.pourpenser.fr)

49300 CHOLET

Livres et jeux pour toute la famille, pour mieux grandir, s'éveiller à l'essentiel

### ACB JEUX– Espace animations

[www.acbjeux.fr](http://www.acbjeux.fr)

45220 ST GERMAIN DES PRÉS

Fabricant et créateur de jeux en bois réalisés avec des essences de bois. Jeux et jouets pour tout âge

### ESPACE ENFANTS

Animations créatives et bricolages nature à base de matériaux de récupération. Tous les jours, à partir de 3 ans.

Organisé par *La Tête et Les Mains*



## POUR SE DÉTENDRE EN FAMILLE

### ESPACE ART & CRÉATION – Stand G3

[www.sophielatron.odexpo.com](http://www.sophielatron.odexpo.com)

35510 CESSON SEVIGNÉ

Un espace d'art thérapie pour stimuler sa créativité. Une activité pour se reconnecter à soi et vivre de façon positive au quotidien



## POUR S'ENGAGER EN FAMILLE

### PARRAINER UNE RUCHE – Stand A22

[www.lerucherduchampoivre.com](http://www.lerucherduchampoivre.com)

44810 HERIC

Parrainage éco citoyen et solidaire de ruche et fabrication de bougie en cire d'abeille



### ANIMATIONS RÉCUP'ART DO IT YOURSELF – Espace animations

Venez créer des Mandalas végétaux (1 atelier le matin / 1 atelier l'après-midi – gratuit), votre nichoir à mésange, votre gîte pour les chauves-souris et votre hôtel à insectes (10€)

Organisé par Luc Leguérinel

### ESPACE NATURE – Stand A32

Et si le lotus m'étais conté : exposition photo, ateliers scientifiques, ludiques, d'écriture et de dessin. Pour toute la famille, en continu sur le stand, en groupe limité

Organisé par Génération Verte 21



## POUR PRATIQUER EN FAMILLE



### WORKSHOP BOUGEZ ZEN

#### Vendredi 21 et Samedi 22 février

17:00 | Yoga pour les pré-ados et ados : préparation aux examens – *Béatrice Berthelot* (1h)

#### Dimanche 23 février

11:00 | Yoga ludique parents et enfants 3 à 6 ans – *Carole Jégou*

15:30 | Yoga ludique enfants 6-11 ans – *Carole Jégou*



# SE TOURNER VERS LE NATUREL : MODE, MAISON, TOURISME

## FOCUS MODE

Aujourd'hui l'industrie du textile est la deuxième industrie la plus polluante au monde. Sans compter les conditions de vie de travail des ouvriers.

On recherche donc de plus en plus une mode qui protège l'environnement et qui soit bénéfique pour l'Homme et pour les générations futures.

### TERRE ET OCÉAN – Stand C30

[www.terre-ocean.eu](http://www.terre-ocean.eu)

56750 DAMGAN

Découvrez les perles de lumières. Collection de bijoux montés sur argent

### LES CHAUSSONS D'ALICIA – Stand D27

[www.leschaussonsdalicia.com](http://www.leschaussonsdalicia.com)

22350 GUITTÉ

Produits chaussants en laine en peau de mouton, sabots en cuir et bois



### LES LUNETTES DE LOUISETTE – Stand E2

[www.leslunettesdelouissette.fr](http://www.leslunettesdelouissette.fr)

44000 NANTES

Lunettes en circuit court : 100% françaises, au prix juste et à domicile



## FOCUS MAISON

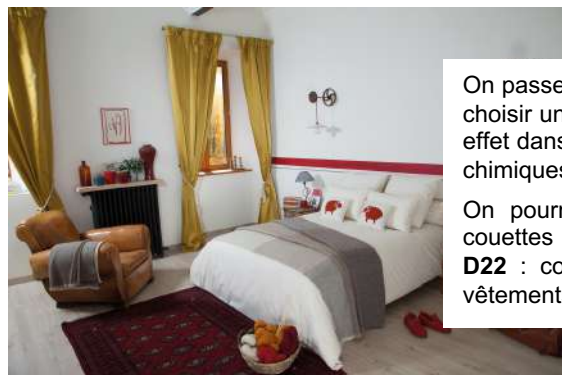
Isoler sa maison représente un investissement important, mais permet de réaliser d'importantes économies d'énergie. Et avec des matériaux écologiques, on s'engage pour une protection de l'environnement jusqu'au bout.

De plus les risques pour la santé sont aussi considérablement diminués.

### BRETIC 35 – Stand B33

[www.bretic.fr](http://www.bretic.fr)

35590 ST GILLES



On passerait **un tiers de notre vie** dans notre lit. Il est donc important de choisir une **literie plus saine et écologique** et tout aussi confortable. En effet dans les produits conventionnels, on trouve de multiples substances chimiques nocives pour l'environnement et pour la santé.

On pourra donc dormir sur ses deux oreilles avec des matelas et couettes écologiques que l'on peut trouver chez **Ardelaine**, sur le **stand D22** : coopérative en Ardèche qui fabrique des matelas, couettes et vêtements en pure laine locale et bio depuis 1982.

## FOCUS TOURISME

Avec le développement du **tourisme de masse**, de plus en plus de personnes ont besoin de revenir à des voyages avec des **valeurs et des rencontres**. Cela fait partie des engagements du **tourisme équitable** et **solidaire** avec un respect de la nature et de la culture du pays que l'on visite, où les échanges éthiques avec les locaux sont privilégiés.

### VOYAGER AUTREMENT TOGO – Stand A25

[www.voyagerautrement.org](http://www.voyagerautrement.org)

35000 RENNES

Organisation de voyages solidaires au Togo



### PACHAMAMA VOYAGES – Stand A31

[www.pachamama-voyages.com](http://www.pachamama-voyages.com)

35000 RENNES

Voyages responsables en Amérique Latine et au Népal



# EN PRATIQUE

PLEIN TARIF= 5€ sur place  
TARIF RÉDUIT = 3€ pour toute inscription sur le site du salon.

*Salon gratuit pour les demandeurs d'emploi, invalides, étudiants et enfants de moins de 12 ans. Stands, conférences et animations GRATUITS.*

Informations et invitations à tarif réduit à télécharger sur

[www.respirelavie.fr](http://www.respirelavie.fr)

Parc des expositions de Rennes  
Du vendredi 21 au dimanche 23 février 2020  
de 10h00 à 19h00 – dernière entrée à 18h30

## SERVICES VISITEURS

**BOUTIQUE EN LIGNE** : Commande sur la boutique en ligne du salon ([www.sevellia.com](http://www.sevellia.com)) et retirer ses achats sur place

**VESTIAIRE** : 2 euros

**CONSIGNE** : gratuite pour les achats du salon  
**Sacs en coton biologique à 3 euros**

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

## RESTAURATION BIO

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





## LE 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 et. Ils sont 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 qui proposent des produits garantis biologiques, des cosmétiques naturelles et des services de qualité.

Des secteurs variés : alimentation et vins bio, mode et artisanat, tourisme, beauté et bien-être, développement personnel, habitat sain, etc. Les éco-citoyens engagés aussi bien que les curieux y trouveront de nouvelles solutions durables.

## SPAS ORGANISATION

**SPAS Organisation** est le plus grand organisateur en France d'événements grand public et professionnels dédiés au bio, à la nature, au bien-être et à l'art de vivre. SPAS Organisation totalise 30 manifestations, 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)

## PARTENAIRES DU SALON

