

ZEN&BIO

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

15^{ème}
ÉDITION



ANGERS

Parc des Expositions de 10h à 19h



www.salon-zenetbio.com



DOSSIER DE PRESSE

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

SOMMAIRE

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

p.3

LES TEMPS FORTS DU SALON

p.5

UNE ALIMENTATION BIO, SAIN ET LOCALE, C'EST POSSIBLE !

p.7

FOCUS : FAIRE LE PLEIN DE VITALITÉ POUR LE PRINTEMPS

p.9

UN GRAND MÉNAGE DE PRINTEMPS VERSION ÉCOLO

p.12

RETOUR AU JARDIN

p.12

EN PRATIQUE

p.13



3 jours

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

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 **ZEN & BIO ANGERS** répond par **son authenticité** et son **offre toujours exhaustive**.

Le salon attend pour sa **15ème édition du 1er au 3 mars, près de 12 700 visiteurs et 170 exposants** de différents univers : alimentation saine, mode, maison écologique, habitat, environnement, associations, jardin, vacances, beauté, santé, développement personnel...

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.

Car mieux vivre, c'est d'abord bien vivre en adoptant des éco-réflexes dans tous les domaines, **le salon ZEN & BIO** s'attache à accompagner ces consommateurs engagés et de plus en plus attentif 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, ZEN & BIO ANGERS est soumis à la **charte de sélection rigoureuse** du Réseau ZEN & BIO*.

Par ailleurs, le salon propose un contenu riche de part :

- **Son marché de producteurs bio**, une occasion de découvrir des produits locaux (fromages, charcuteries, tisanes, miels, vins, épices...) et de faire son marché ;
- **Ses 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) ;
- **Ses conférences exposants** pour découvrir et mieux comprendre les méthodes et produits présentés sur le salon par les exposants ou des intervenants locaux ;
- **Ses ateliers bien-être**, pour s'initier à des techniques relaxantes pour le corps et l'esprit ;
- **Ses 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.
- **Ses cours de pratiques corporelles** pour ressentir leurs bienfaits sur le plan physique, émotionnel et mental.
- **L'espace Art et Création** pour se reconnecter à soi en pleine conscience le temps d'une peinture !
- **La ferme pédagogique**, une occasion pour les enfants de découvrir les animaux et d'apprendre à en prendre soin
- **L'espace Jardin et Nature** pour découvrir le jardinage écologique, l'agriculture, la permaculture etc.
- **La visite de la Tiny House**, un habitat éco construit et mobile
- **L'espace Jeux** pour un moment convivial en famille

LES SECTEURS À RETROUVER SUR LE SALON

Alimentation et marché bio

Fruits et légumes, céréales, thés et tisanes, vins et boissons, plats cuisinés, produits laitiers. Produits alimentaires pour allergiques. Pains, épicerie, huiles, fromages, charcuteries, algues...



Santé, beauté, bien-être

Cosmétiques et maquillage bio, huiles essentielles, élixirs floraux, compléments alimentaires, plantes médicinales, savons. Appareils de remise en forme & de massage...



Développement personnel

Coaching, massages, gym douce. Formations, médecines douces, thérapeutes, écoles de formation.

Maison écologique, habitat sain

Mobilier ergonomique, literie, ioniseurs, filtres à eau et économiseurs d'eau, matériel culinaire, produits d'entretien verts, équipement ménager à faible consommation énergétique. Économie d'énergie. Isolation, rénovation, décoration...



Environnement, tourisme vert et jardinage

Associations et organismes d'environnement. Graines, semences, terreau, compost, engrais vert, matériel de jardin. Vacances nature et tourisme solidaire (parcs naturels, gîtes, séjours verts, randonnées et sports nature)



Mode, déco et artisanat

Vêtements en fibres naturelles, chaussures, sacs, bijoux. Objets déco, jouets.



LES TEMPS FORTS DU SALON

LE PROGRAMME DES ATELIERS

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 !

LES RENDEZ-VOUS À NE PAS MANQUER

Vendredi à 14:00 L'approche naturopathique et quantique de la santé – Philippe Cleyet Merle	Samedi à 12:00 Les maux / mots du corps , un message positif pour avancer dans sa vie – Églantine Goussiez Soret	Dimanche à 13:30 Les plantes sauvages au service de notre douleur et de notre santé Jean-Paul Clesse
Vendredi à 15:30 Comment éliminer l' état inflammatoire chronique bas, responsable des maladies dégénératives ? France Guillain	Samedi à 18:00 Le jeûne , une pratique bien-être pour une meilleure santé Alexandre Tonnelier	Dimanche à 15:30 Moins de viande : vers une transition au profit de notre santé, du monde vivant et de l'environnement Dr Jean-Paul Curtay

L'ESPACE BOUGEZ ZEN - NOUVEAUTÉS

Pour que les visiteurs puissent découvrir une technique ou l'approfondir, toute la journée seront organisés des cours de yoga ayurveda, kundalini yoga, Halta yoga ou encore Tai chi chuan , d'une durée de 1h à 1h30 (soit une quinzaine de cours pendant toute la durée du salon).

Les cours seront animés par des associations angevines et se tiendront sur un espace ouvert au cœur du salon. Ils pourront accueillir environ 20 personnes. Adaptés à chacun selon son niveau, ils s'adresseront aux débutants comme aux pratiquants confirmés. Des tapis de yoga seront mis à la disposition de tous.



LES ATELIERS BOUGEZ ZEN À NE PAS MANQUER

Vendredi à 14:15 Initiation au Tai chi chuan <i>Françoise Cordaro, Association de Taiji Quan de l'Anjou</i>	Samedi à 16:00 Hatha-Yoga, travail sur l'alignement <i>Hamadi Remii</i>	Dimanche à 14:15 Yoga Ayurveda <i>Catherine Douat</i>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------

LES ANIMATIONS

L'ESPACE ART ET CRÉATION

www.emiliearttherapie.com

49320 CHALONNES SUR LOIRE

Une activité de créativité libre, pour se reconnecter à soi en pleine conscience le temps d'une peinture. Pour se connecter à sa joie de vivre, à ses ressources et à ses rêves afin de les incarner au quotidien avec toujours plus de bonheur.



LA FERME PÉDAGOGIQUE

www.ferme-elizea.fr

49320 LES ALLEUDS

La Ferme d'Elizéa est une ferme pédagogique du Maine et Loire qui s'adapte aux visiteurs. Cette ferme se compose de nombreux animaux : bœufs, moutons, chèvres, poules, lapins, cochons d'inde, cochons ...

La ferme propose des ateliers de médiation animale.

L'ESPACE JARDIN ET NATURE AVEC : LA FORÊT NOURRICIÈRE

www.laforetnourriciere.org

49500 SAINT MARTIN DU BOIS

Association de Recherches pionnières en permaculture, La Forêt Nourricière développe les ressources francophones pour la réalisation de jardins-forêts dans tous les contextes du climat tempéré avec deux axes de recherche : la synergie végétale et la synergie humaine.



TINY HOUSE

<http://revez-bois.fr/>

49125 CHEFFES SUR SARTHE

L'entreprise Révez Bois est née d'une passion pour l'habitat écologique et mieux intégré dans son environnement et des voyages en France et à l'étranger. La Tiny House "L'Aventure" a donc découlé de cette réflexion. Gîte insolite, maison de vacances, commerce itinérant, maison, Révez-bois réalise toutes vos envies d'habitat éco construit et mobile.

L'ESPACE JEUX AVEC ABCJEUX

www.acbjeux.fr

45000 ST GERMAIN DES PRES

Pour un moment convivial et ludique en famille

Fabricant et créateur de Jeux en bois Revente de jouets pour tout âge et tout prix à base de différentes essences de bois.





UNE ALIMENTATION BIO, SAINE ET LOCALE, C'EST POSSIBLE !

LES PROTÉINES VÉGÉTALES

Alternatives à la viande, **les protéines végétales** ont une empreinte écologique moindre que la viande, œufs et le poisson. En effet, la production bovine, par exemple, nécessite 15 fois plus d'eau pour 1kg, et rejette x28 plus de Co2 que la production d'1 kilo de lentilles.

Moins de graisses et **plus de fibres** et **de minéraux** dans votre alimentation
Moins de gaz à effet de serre, de pesticides (il faut entre 2 et 9 calories végétales pour faire une calorie animale), moins d'antibiotiques, moins d'eau consommée et d'eau polluée
Moins d'animaux que l'on fera naître dans le seul but de les envoyer à l'abattoir

Des alternatives écologiques existe, pour réduire notre consommation tout en gardant **l'apport en protéines**.



LCHANVRE

www.lchanvre.com
22570 GOUAREC

L'Chanvre, spécialiste du chanvre biologique français, propose une gamme de produits alimentaires au chanvre 100 % biologique, d'origine française.

Utilisés par les sportifs vegan pour l'apport protéinique

AKAL FOOD

www.akalfood.com
14950 SAINT PIERRE AZIF

Spiruline pure et production artisanale

La spiruline est une algue produite et séchées de manière artisanale.

Elle permet aux consommateurs de limiter leur empreinte carbone & la pollution liée à la production de viande, poissons...

Permet de remplacer la viande. Faible en calorie et excellente source de protéines, fer, caroténoïdes et acides gras essentiels.

Elle a également des propriétés anti-oxydantes.



DU BIO À PORTÉE DE MAIN

Se mettre à l'heure « bio », c'est aller vers des **systèmes alternatifs** quant à l'approvisionnement, prendre conscience de l'importance du maintien de l'agriculture paysanne mais également de l'éthique vis-à-vis des animaux et de l'environnement.

C'est aussi avoir la volonté de retrouver **l'authenticité des aliments** et bien-sûr de préserver sa santé.

PANIERES BIO SOLIDAIRES

lespaniersbiosolidaires.fr

49330 CHATEAUNEUF SUR SARTHE

Paniers de légumes et de fruits de saison, pour manger bio et local.

Ces paniers sont emballés par des structures d'insertion sociale.



LA FERME DU POINT DU JOUR

www.fermebiodupointdujour.com

49140 JARZE

Variétés de pâtes faites à base de blés bio.

CULTIVATEUR EN HERBE

49170 SAINT GERMAIN DES PRÉS

Producteurs et cueilleur d'herbes aromatiques et médicinales en Anjou



JARDIN DE COCAGNE

<http://www.jardin-cocagne-angers.org>

49124 ST BARTHÉLEMY D'ANJOU

Association de réinsertion sociale.

Paniers de fruits et légumes



FOCUS : FAIRE LE PLEIN DE VITALITÉ POUR LE PRINTEMPS

Un grand ménage de printemps dans votre corps

Le changement de saison est propice à une cure.

Pourquoi ?

Il s'agit d'apporter un soutien et de renforcer ponctuellement le **drainage des toxines**. Les filtres ont besoin d'être nettoyés en profondeur pour fonctionner plus efficacement.

Comme son nom l'indique, c'est une cure, elle doit être faite sur un temps donné, sur une période courte, [entre 2/3 semaines et 8 semaines grand maximum] pour 3 raisons :

- Eviter d'épuiser son organisme
- Maximiser son efficacité
- Eviter de rendre les toxines fainéantes

Ajouter au **retour des beaux jours** et de **la lumière**, cela permet de mieux supporter la cure et de refaire **le plein de vitalité** !

ARBRES ET AVENIR

www.arbresetavenir.com

44440 RIALLE

Vente de sève de bouleau, arboriculture paysanne et de conservation

La cure d'eau de bouleau est bonne pour nettoyer l'organisme, le foie notamment très bien après des fêtes arrosées.



LERECA

www.lereca.com

93600 AULNAY SOUS BAS

Compléments alimentaires ciblés sur la détoxification et l'équilibre acido-basique de notre intestin, la fatigue et le stress.



LUXOPUNCTURE ET CRYO

<http://lepelletiersophie.wix.com/cabinetluxoangers>

49130 LES PONTS DE CE

Soins de réflexothérapie basés sur les principes de la médecine traditionnelle chinoise : l'acupuncture. C'est une méthode douce 100% naturelle (sans aiguille ni substance donc indolore).

La **luxopuncture** se pratique avec un appareil générant un rayonnement infrarouge avec un stylet, dont l'énergie est transférée efficacement à des points réflexes bien précis du corps, stimulant des zones cutanées précises en incitant l'activité du système nerveux végétatif, qui va rétablir l'équilibre fonctionnel d'un organe, par exemple le système hormonal, lymphatique ou digestif.

Faire le plein d'énergie !

A la sortie de l'hiver, nous nous sentons un peu fatigués, un peu terne... Nous manquons d'énergie, tout simplement. Et pourtant **le printemps arrive** ! Alors pour pouvoir en profiter pleinement, nous vous donnons quelques conseils pour faire le plein d'énergie sans se prendre la tête, et tout au long de l'année !

CARBEL

www.extracteur-de-jus.eu

21000 DIJON

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.



PLAISIRS DE FRUITS

www.plaisirs-de-fruits.com

56450 THEIX



Disponible toute l'année, les **fruits à coques** (noisettes, amandes, noix,...) sont également une **source concentrée d'énergie** et de nutriments.

La plupart sont d'excellentes sources de **vitamine E, B 2 , B9**, de fibres et de minéraux essentiels comme le magnésium, le potassium, le calcium, le phosphore, le cuivre ou le sélénium. Un seul exemple : 100 g d'amandes contiennent environ 240 mg de calcium contre 120 mg dans 100 ml de lait de vache !

Concernant les fruits déshydratés ou séchés, outre les bénéfiques bien connus des nombreux minéraux et vitamines qu'ils contiennent (seule la vitamine C souffre en général du séchage), les fruits secs et séchés étant des sources concentrées de nutriments et d'énergie (sucres à faible IG dans les fruits séchés), ils sont en général parfaits en cas de fatigue, d'activité sportive (avant ou après l'effort) ou à la saison froide, quand notre organisme a besoin être soutenu.

Idéal pour sortir de l'hiver avec une forme olympique !

NATURE ET BEAUTÉ

www.nature-et-beaute.com

38140 LA MURETTE

Idéal pour renforcer ses défenses immunitaires dès qu'on sent qu'un microbe arrive ou pour éviter de récupérer les microbes du voisin !

Nous avons choisi pour vous le CITRO +



HE DE CAROTTES

Dépurative et régénérante, elle est indiquée pour la stimulation et régénération l'organisme au changement de saison.



HE DE CITRON

Détoxifiante par excellence, elle est également drainante et énergisante. Idéale à la sortie de l'hiver pour aider le corps à éliminer les toxines qui ont pu s'accumuler dans le foie et stimuler la circulation.



HE D'ESTRAGON

Cette huile essentielle à l'odeur très agréable est indispensable pour les personnes qui souffrent d'allergie au pollen ou de rhinite allergique car elle est antihistaminique et a une action anti-démangeaisons.



HE D'ORANGE DOUCE

Donner un coup de pouce aux envies de changement qui surviennent souvent avec le printemps ! Elle a la capacité d'éclaircir les idées tout en apportant de la bonne humeur.



**LE TOP 5 DES HUILES ESSENTIELLES
POUR LE PRINTEMPS À RETROUVER
CHEZ...**

HUILES ESSENTIELLES MARTINETTI

www.martinettibio.com
58290 SERMAGES

Réveiller son corps à la sortie de l'hiver

Bien-être et zen attitude, après l'hiver, place au printemps ! Avec notre sélection, on fait le plein d'énergie.

ASSOCIATION CORPS ET BIEN-ÊTRE

49000 ANGERS

Enseigner la découverte et la pratique de techniques de bien-être, notamment par le biais de cours et de stages à dénouer les tensions physiques, à combattre le stress et à favoriser le développement personnel : relaxation, stretching postural ; l'association propose des séances individuelles ou collectives.

SHIZEN SCHOOL

www.shizen-school.fr

44000 ANGERS

Centre de formation et de massages bien-être dans la région Pays de La Loire / Bretagne : massages indiens, thaïlandais, japonais, chinois....

JEÛNER SUR L'ÎLE DE RE

www.rire-entreprises.com

17940 RIVEDOUX-PLAGE

Dans un cadre propice à la détente et au lâcher-prise, des séjours pour se ressourcer, faire une pause, laissez derrière vous les toxines et les soucis. Un temps pour soi à l'écoute de son corps.

LA RAISON D'ÊTRE

www.laraisondetre-angers.fr

49000 ANGERS

Les séances de sophrologie et les cours de yoga permettent de travailler la gestion du stress, des émotions, le burn out, le surmenage, la préparation mentale, harmoniser sa vie, améliorer son quotidien, développer son potentiel, évacuer les tensions, retrouver sérénité, énergie, concentration, équilibre, souplesse, confiance en soi, bien-être.



UN GRAND MÉNAGE DE PRINTEMPS VERSION ÉCOLO

Les **produits de nettoyage** font partie des produits les plus polluants utilisés dans notre quotidien. Le printemps est le moment pour faire le ménage de fond en comble et en profiter pour **changer son mode de consommation**. Des **produits verts**, tout aussi efficace que les nettoyeurs conventionnels mais **meilleurs pour la planète et la santé**.

PURE

www.etrepure.fr

49120 CHEMILLE EN ANJOU

Une gamme large de produits nettoyants pour la cuisine, salle de bain, les matières spécifiques comme le cuir, ...

SEL DETACHANT

www.alchimiedecade.com

83640 PLAN D'AUPS SAINTE BAUME

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.



CLAU VERT

www.clau-vert.com

47300 LE LEDAT

Produits d'entretien naturels biodégradables à base de plantes.

BODY NATURE

www.body-nature.fr

79250 NUEIL LES AUBIERS

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



RETOUR AU JARDIN

Lorsque l'hiver touche à sa fin, que les journées rallongent et que le soleil se fait plus présent malgré le froid, il est temps pour les jardiniers en herbe de préparer l'arrivée du printemps !

HISTOIRE DE SEMENCES

www.histoiredesemence.eu

79000 NIORT

Producteurs de graines anciennes, livres sur le jardinage

LA FORÊT NOURRICIÈRE

www.laforetnourriciere.org

49500 SAINT MARTIN DU BOIS

La Forêt Nourricière développe les ressources francophones pour la réalisation de jardins-forêts dans tous les contextes du climat tempéré avec deux axes de recherche : la synergie végétale et la synergie humaine.

PANSER NATURE

www.pansernature.org

37300 JOUE LES TOURS

Promotion de l'Agriculture Naturelle pour la Santé de l'Environnement Retrouvé : "Pansez la Nature, c'est soigner la vie"



EN PRATIQUE

PRIX D'ENTRÉE = 5€ sur place

Salon gratuit pour les chômeurs, invalides, étudiants et enfants de moins de 12 ans. Stands, conférences et animations GRATUITS.

Informations et invitations gratuites à télécharger sur

www.salon-zentetbio.com

Parc des expositions d'Angers

Du vendredi 1er au dimanche 3 mars 2019
de 10h00 à 19h00 – dernière entrée à 18h30

SERVICES VISITEURS

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

VESTIAIRE : 2 euros

CONSIGNE : gratuite pour les achats du salon

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

RESTAURATION BIO

Tous les exposants n'acceptent pas les CB.
Distributeur Automatique sur 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. 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 écocitoyens 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, 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 ainsi qu'une place de marché en ligne.

- SALONS BIO À PARIS : Vivre autrement, Bio & Vegan, ViniBio, Marjolaine, Vivez Nature, Naturally, Noël en Bio, Natexpo (Paris et Lyon).
- SALONS BIEN-ÊTRE & ART DE VIVRE : Bien-Être Médecine douce & Thalasso (Paris et Lyon), Thermalies (Paris et Lyon), Zen, Saveurs des Plaisirs Gourmands, Salons des Thérapies, Salon Go Healthy (Paris et Lyon).
- SALONS BIO EN RÉGION : Zen & Bio (Nantes, Angers, Tours et Bordeaux), Artemisia (Marseille), NaturaBio (Lille), Respire la Vie (Vannes, La Rochelle, Rennes et Poitiers), Vivez Nature (Lyon).

PARTENAIRES DU SALON

