

salon
zen

1-5 oct. 2020

Espace Champerret
PARIS 17



un état
d'esprit

33^{ème}
édition



www.salon-zen.fr

#SalonZen2020

Spas
Organisation

Contacts presse : AB3C

Stéphane Barthélémi - T. 01 53 30 74 04 - stephane@ab3c.com

Fabienne Frédal - T. 01 53 30 74 07 - fabienne@ab3c.com

Octobre 2020

**Le Salon Zen met en place un protocole sanitaire rigoureux,
respectueux des exposants et des visiteurs, pour un salon en toute sérénité**

- Le port du masque est obligatoire pour tous dans l'enceinte du salon
- Des kits sanitaires (masques et gel hydro alcoolique) sont proposés à la vente dès l'accueil du salon
- Des affiches rappellent les gestes barrières
- Des distributeurs de gel hydro alcoolique sont disponibles à l'entrée et dans les allées du salon
- Les espaces communs sont régulièrement nettoyés
- Les salles de conférences et des ateliers sont adaptées pour respecter les distanciations physiques
- Si nécessaire, les entrées seront régulées, selon les règles édictées par la préfecture, dans le respect de la jauge maximale autorisée au moment du salon.



Le port du masque est obligatoire pour tous au sein du salon

SOMMAIRE

| | |
|--|------|
| Infos pratiques | p.04 |
| Le Salon Zen, un nouvel état d'esprit | p.05 |
| Se transformer pour une vie meilleure | p.09 |
| Se faire accompagner dans son projet de vie | p.10 |
| Travail : renforcer sa confiance en soi et se valoriser | p.11 |
| Les outils de développement personnel pour entamer une nouvelle vie et une reconversion professionnelle | p.12 |
| Quand l'art sublime notre bien-être et notre créativité | p.14 |
| Des cartes pour accompagner son chemin de vie | p.16 |
| 5 boissons pour un coup de fouet dans son quotidien | p.17 |
| 5 innovations et produits à découvrir pour son bien-être | p.19 |
| Les midis-rencontres | p.20 |
| Les après-midis thématiques | p.21 |
| Les ateliers-conférences | p.23 |
| L'espace Nouvelle Vie/Emotions | p.28 |
| L'espace Bulle Zen | p.29 |

INFOS PRATIQUES

Salon Zen 33^e édition

du 1^{er} au 5 octobre 2020

10h30 - 19h, du jeudi au dimanche
10h30 - 18h, le lundi
Nocturne 21h, le vendredi



@SalonZenParis

#SalonZen2020

www.salon-zen.fr

contact@salon-zen.fr

Tarifs

- Gratuit sur présentation d'une entrée gratuite à télécharger sur le site internet
- 8 € (pour une entrée achetée sur place)
- Gratuit pour les moins de 25 ans, demandeurs d'emploi, bénéficiaires du RSA, invalides et étudiants.

Accès

Espace Champerret - Paris 17^e

Métro : Porte de Champerret
ou Louise Michel (ligne 3)

Bus : 84 - 92 - 93 - 163 - 164 - 165 – PC

Voiture : Parking payant Champerret / Yser

Organisation

SPAS Organisation

160 bis rue de Paris – CS90001
92645 Boulogne Billancourt Cedex
Tél. 01 45 56 09 09 - Fax. 01 44 18 99 00
www.spas-expo.com

Le Salon Zen
est un événement SPAS Organisation,
plus grand organisateur en France de salons
grand public et professionnels dédiés à la
bio, à la santé au naturel
et à l'art de vivre.

Contacts presse

Agence ab3c

Stéphane Barthélémi
Tél. 01 53 30 74 04
stephane@ab3c.com

Fabienne Frédal
Tél. 01 53 30 74 07
fabienne@ab3c.com

VERS UNE VIE MEILLEURE !

LE SALON ZEN, UN NOUVEL ETAT D'ESPRIT

- entrée gratuite sur inscription sur www.salon-zen.fr -

Si la résilience est de mise face aux situations inédites que nous vivons actuellement, ce contexte particulier est aussi l'occasion de repenser notre vie personnelle mais également le monde qui nous entoure. Vers une vie meilleure ! Tel est le leitmotiv de la 33^e édition du Salon Zen qui proposera de réfléchir de façon positive à ce que pourrait être cette nouvelle vie qui s'offre à nous, comment agir à son niveau pour en améliorer les fondamentaux, par un travail sur soi et pour le bien de tous.

Depuis 33 ans, le Salon Zen réunit une communauté de professionnels du développement personnel et du bien-être qui agissent pour améliorer notre monde intérieur et extérieur, afin d'envisager notre vie de façon plus positive et constructive.

La nouvelle édition ne fera pas défaut à cette mission, avec le plaisir non dissimulé de retrouver exposants et visiteurs autour de valeurs communes : la réflexion, le partage, l'expérience et l'humanisme.

Pour débiter cette réflexion, les Midi Rencontres du Salon Zen convieront **5 auteurs, experts et psychothérapeutes autour de la notion de vie meilleure.**

Maud Ankaoua, Cécilia Dutter, Robert Faure, Bernard Montaud et Frédérique Pichard, entre autres, partageront chaque midi avec le public des idées et des perspectives nouvelles autour de cette thématique.

De tout temps, l'homme a fait face à l'adversité et a su se relever en réunissant toutes les forces vives aptes à repenser et reconstruire son environnement et sa société. **Les conférences de l'après-midi (à 14h et 16h) participeront aussi de cette réflexion générale** selon 5 thématiques :

- **Donner sens à sa vie /Servir**
 - Raphaël Pitti, *La vie citoyenne : engagement - altérité*
 - Arnaud Riou, *Devenir plus aimant, plus cohérent, plus inspirant*
- **Progresser intérieurement**
 - Federico Procopio, *Ni intérieur ni extérieur. Le pouvoir de la méditation.*
 - Tim Guénard, *Plus fort que la haine, le pardon*
- **Le retour à l'essentiel**
 - Sanjy Ramboatiana, *Informatique, numérique et réseaux sociaux : information ou addiction ?*
 - Isabelle Grenier, *Du Big Bang à la Terre, une histoire mouvementée*
- **Le bonheur conduit-il à la paix ?**
 - Roland Nivet, *La paix est-elle possible ?*
 - Patrick Drouot, *De l'élégance de la joie à la puissance du bonheur - cardio-méditation pour le temps présent*
- **Changer de vie**
 - Alain Sicot, *Rien n'est impossible*
 - Éric Julien, *Entre sciences modernes et connaissances shamaniques Kogis, le choix du vivant*

Salon Zen

Thème 2020 : Une vie meilleure

15 conférences

2 nouveaux espaces : *Espace Créateurs* et *Corner Consommation consciente*

110 animations

180 ateliers

3 espaces d'exposition : *Epanouissement personnel ; Art de vivre & Spiritualité ; Mieux-être*, réunissant plus de **250** exposants.

1 *Good Mood Class* à l'ouverture du salon

1 nocturne arty et méditative

2 concerts

2 nouveaux espaces empreints de création et de bon sens

En 2020, le Salon Zen proposera un **Espace Créateurs** dédié aux sculpteurs, peintres, auteurs, artisans ou musiciens qui partagent leur sensibilité et leur vision du monde à travers leur créativité en pleine conscience.

Le **Corner Consommation consciente** apportera des solutions pour une nouvelle consommation raisonnable et sensée : produits en circuit-court, initiatives locales et produits fabriqués en France.

Ces deux nouveaux espaces viendront enrichir les espaces ayant déjà fait leurs preuves et qui connaissent un vif succès auprès des visiteurs :

- **L'espace Nouvelle Vie/Emotions** organisera des ateliers conseils pour les visiteurs souhaitant changer de vie ou entamer une reconversion. Des coaches et psychothérapeutes prodigueront leurs conseils pour faire le point et le bilan de son vécu et répondront aux différentes questions qu'il est légitime de se poser lors de ce changement. Il participera aussi au réveil des sens en présentant des pratiques dédiées au retour à l'essentiel et à la découverte de nouveautés.
- Territoire de toutes les expériences, **la Bulle Zen** proposera des méditations, du yoga et autres pratiques corporelles inédites pour ceux qui souhaitent s'adonner à ces moments privilégiés permettant de s'évader du quotidien.

En ouverture du salon : la Good Mood Class de Sophie Trem



Et si chacun d'entre nous avait la possibilité de transformer ses faiblesses en force ? Si votre moral n'est pas au beau fixe, que vous avez le sentiment d'avancer dans la vie en mode automatique et que vous avez envie de changement, ouvrez ce livre et laissez-vous emporter par l'énergie de la Good Mood Class ! Vous allez apprendre à voir la vie du bon côté ! Sophie Trem en est persuadée : la bonne humeur, c'est communicatif, c'est ce dont l'époque a besoin et surtout tout le monde peut le faire !

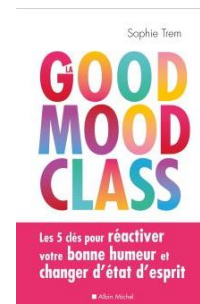
Le 1^{er} octobre, de 11h à 11h45, Sophie Trem, celle qui a décidé de remettre la France de bonne humeur, investira la salle de conférences avec sa Good Mood Class.

Créatrice du blog The Other Art Of Living (bien-être, beauté, food, lifestyle), Sophie Trem a lancé, fin 2016, The Good Mood Class, des ateliers interactifs pour faire le plein d'énergie positive et réenchanter sa vie.

Faisant intervenir des passionnés issus de différents secteurs (musique, danse, bien-être, beauté...) mais aussi des personnes ayant eu des parcours hors du commun et inspirants, ces ateliers connaissent un succès grandissant. Chacun partage son expérience et ses conseils pour insuffler de l'énergie positive en soi et autour de soi, pour ainsi vivre mieux.

Après des dizaines de Good Mood Class en France et aux États-Unis, Sophie Trem révèle, dans son ouvrage paru le 3 septembre 2020, aux éditions Albin-Michel, les 5 clés pour favoriser la pensée positive et égayer sa vie de façon simple et efficace. Le tout accompagné de nombreux exercices, témoignages ainsi que des mantras à utiliser au quotidien.

Retrouvez Sophie sur son compte Instagram @theotherartofliving.



Une nocturne Arty et méditative

Le Salon Zen accueillera pour sa nocturne du 2 octobre 2020, à 19h30, l'artiste picturale AX-ELLE qui s'inscrit dans la vague de l'art visionnaire, médiumnique et énergétique. Accompagnée par le son de Franck Nabet (Harmony Music), elle proposera un voyage méditatif où, en se connectant à l'énergie d'un tout, elle réalisera en live une peinture révélatrice de l'énergie et des vibrations émises par le public. Chaque participant aura l'occasion de vivre une expérience méditative et vibratoire.

AX-ELLE

Née en 1976, AX-ELLE a dévoilé ses premières toiles et réalisé ses performances de peinture en 1994, sur la scène électronique Nantaise. En 2000, elle commence à peindre sur les corps et design des personnages. Maquilleuse artistique et peintre décoratrice durant 12 ans pour la scène, l'opéra et le cinéma, elle n'en oubliera pas son expression artistique et ses créations.

Après des années passées aux côtés des futures mamans avec son projet de body painting « Les Fées mères » (créé en 2001), cette technique devient pour elle une évidence comme outil de connexion à soi et de développement personnel.

Depuis 2014, elle s'investit dans son art qui est tout autant artistique que thérapeutique. Prenant conscience du niveau vibratoire de ses toiles et de l'effet bénéfique et énergétique de sa peinture sur les personnes et les lieux, elle baptisera cette pratique : Soul Painting.

Enfin, l'expérience lui montrant la direction et la profondeur que son art prend, elle ajoute à la peinture, le feutre et l'encre, et re-détermine, en 2020, son activité d'art pictural méta-dimensionnel. Véritable voyage dans les dimensions, elle capte l'invisible qu'elle rend visible, libère, éclaire et axe, ce qui doit être.

Ax-Elle (Stand J 7) - <http://ax-elle.fr>



Franck Nabet / Harmony Music

Harmony Music propose depuis presque quinze ans des musiques thérapeutiques au diapason 432 Hz et en gamme naturelle, pour le bien-être, la thérapie, la détente, la relaxation et l'accompagnement.

Harmony Music (Stand: K 5) - www.harmonymusic.fr

2 concerts Concert méditatifs

Bain de sons, Chant de l'âme avec Annabelle de Villedieu - Stand O4



Samedi 3 octobre de 18h à 19h, salle de conférences

Relaxation, nettoyage et rééquilibrage énergétique, réalignement et régénération des corps, grâce aux sons des bols en cristal, des tambours chamaniques, du didgeridoo, des bols tibétains, et de la voix d'Annabelle Villedieu, pour un voyage au cœur de soi-même.

Concert de Handpan, Quentin Kayser - Stand F11

Dimanche 4 octobre de 18h00 à 19h00, salle des conférences

Quentin Kayser jouera les compositions issues de son tout dernier album "EVOLVE". L'occasion d'en savoir plus sur le Handpan et ses sonorités magiques.



SE TRANSFORMER POUR UNE VIE MEILLEURE

Atteindre une vie meilleure n'est pas chose aisée mais n'est pas non plus insurmontable. Et si ce pouvoir d'évolution se trouvait avant tout en nous ? Mieux se connaître pour mieux se transformer, c'est ce que proposent certaines méthodes qui prennent en compte notre histoire, nos douleurs passées et agissent pour une reconstruction positive et dynamique qui fait sens.

• La Méthode Rosen

Considérant que le corps est le reflet de notre histoire et peut garder profondément une mémoire de notre vécu, Marion Rosen (kinésithérapeute de formation) a expérimenté et développé le pouvoir du toucher pour pouvoir libérer les énergies profondes qui stimulent la vie.

Ces émotions refoulées ou ces souvenirs de situations difficiles à gérer provoquent des tensions musculaires chroniques, diminuant ainsi la capacité respiratoire et l'espace intérieur.

Cette approche manuelle douce, basée sur la lecture du corps, par un toucher habile et un contact vrai avec les tensions musculaires, amène la personne vers un état de relaxation profonde. Elle permet ainsi de retrouver nos ressources, notre confiance et la créativité qui sommeillaient en nous.

Méthode Rosen - Stand I16 - <https://methoderosen.com>

• Améliorer l'estime de soi par l'hypnose

Attitude naturelle, l'estime de soi peut être altérée par des pensées négatives ou des certitudes émanant de l'éducation, l'enfance, les expériences passées... Le décalage qui se crée entre l'image que l'on a de soi-même et la réalité génère des frustrations impactant le quotidien. Elles se révèlent par de la timidité, des complexes, une dévalorisation de soi...

En travaillant sur l'inconscient, l'hypnose accède aux sources de ces pensées négatives et modifie la perception qui s'est construite au fil des ans en créant un mur entre croyances et réalité. Petit à petit, elle améliore l'estime de soi et apaise.

**École Française d'Hypnotisme® Didier Joire - Stand K11 - www.hypnotisme-universel.fr
Hypnose Sajece - Stand J 9 - www.groupe-sajece.fr**

• Comment transformer son intériorité d'être

Les recherches de Dominique Lussan l'ont amenée à créer un label nommé « Conscience et Action » pour mesurer la Conscience et la Création de Valeur Globale et créer une méthode pédagogique nommée CESIA (Conscience, Exploration, Stabilisation, Action).

Son travail démontre qu'il existe une corrélation entre une intériorité de l'être (une identité d'être profonde) et la capacité que l'on a de créer de la valeur globale à l'extérieur et d'avoir des pratiques qui régénèrent l'écosystème. Plus on sera en intériorité (c'est-à-dire ressentir en soi l'amour, la paix, la joie, la félicité, la bienveillance, la force, le courage, l'inspiration...) et plus notre regard sur le monde sera empreint de ces états d'être. Suite à ses différentes formations, elle a ainsi remarqué qu'il existe 95 % de corrélations entre une personne qui va « cultiver » sa ligne d'intériorité et le métier qu'elle entreprendra.

Elle a ainsi mis en place des techniques permettant la transformation de notre être extérieur (colère, haine...) en un être intérieur et positif (courage, force...) qui modifiera aussi nos actions envers notre environnement. En percevant le monde et ce qu'il comprend (les humains, les animaux, la nature...) à travers un autre regard, nos actions personnelles ou professionnelles (se nourrir, se vêtir, travailler...) seront naturellement plus respectueuses de l'écosystème.

Harmonic Vision - Stand J3 - www.harmonic-vision.com

Ateliers-conférences

Émotions : puissance de vie au service de notre mission d'être et d'action, par Dominique Lussan (01/10, 14h) – **Stand J1**

Le courage d'être soi avec la Méthode ESPERE® de J.Salomé, par Corinne Cygler (01/10, 15h) – **Stand K12**

Se libérer des traumatismes psychologiques par l'hypnotisme universel®. Consultations et formations, par Didier Joire (02/10, 15h ; 03/10, 15h ; 04/10, 15h) – **Stand K11**

Créez la vie dont vous rêvez par la pensée positive, par Jean-Jacques Bouchet (03/10, 13h)

Développer son identité d'être pour transformer ses blessures en puissance d'action, par Dominique Lussan (03/10, 14h) – **Stand J1**

Libérer son enfant intérieur, par Marie-France et Emmanuel de Coquereumont (03/10, 17h) – **Stand L3**

Développer son identité d'être et percevoir la beauté de la planète, être acteur de sa régénération, par Dominique Lussan (05/10, 14h) – **Stand J1**

SE FAIRE ACCOMPAGNER DANS SON PROJET DE VIE

Qui dit projet de vie, dit remise à plat de l'existant et recherche des atouts sur lesquels s'appuyer pour avancer. Dans ce cas, un regard extérieur peut s'avérer des plus utiles pour prendre du recul, évaluer ses faiblesses et surtout ses points forts.

- **Le coaching intuitif**

Accompagnement basé sur l'intuition, le coaching intuitif aide les patients à se retrouver en usant de leurs propres perceptions. Pour ce faire, le coach s'appuie sur des questions permettant de l'aiguiller afin de trouver les solutions aux différents blocages ou problèmes qu'il souhaite révéler et résoudre. Dans tous les cas, l'intuition des deux intervenants (coach et patient) est essentielle. Cette pratique peut être un vrai soutien pour ceux qui se retrouvent face à une situation difficile, souhaitent effectuer un changement de vie ou une nouvelle orientation professionnelle, gérer des relations compliquées...

Coach professionnelle certifiée (CPC) de l'International Coach Academy (accréditée par l'ICF), Luella Goethals propose une lecture et un état des chakras afin d'identifier des blocages, des schémas répétitifs et d'ajuster ses vibrations pour être soi-même en toute sérénité.

AvantGarde Coaching - Stand K6 - www.avantgardecoaching.com

- **De la Découverte à l'Accomplissement de Soi[®], programme d'accompagnement au projet de vie**

Maître-Praticienne PNL et Coach Professionnelle certifiée RNCP Niveau 1*, Yasmine Badr bénéficie d'une expérience de 15 ans dans le conseil en marketing et en communication. Spécialiste de l'analyse comportementale, de la communication et de la connaissance de l'entreprise aux niveaux technique et humain, elle transmet les fondements d'un fonctionnement harmonieux par ses différents programmes (coaching personnalisés, ateliers en développement personnel et professionnel, programme d'accompagnement au Projet de Vie « De la Découverte à l'Accomplissement de Soi[®] »).

Elle intervient notamment lors d'un objectif ponctuel (préparer un entretien, régler un conflit, lever un blocage...), ou l'élaboration d'un projet de vie avec un accompagnement du patient qui repart avec un projet cohérent, structuré et un plan d'actions immédiatement opérationnel...

*Certification Professionnelle niveau Master II, reconnue par l'Etat.

Cultivez Vos Talents - Stand L7 - www.cultivezvosTalents.com

- **Conseil lecture : La sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance**

Titulaire d'un doctorat en pharmacochimie moléculaire, pharmacienne, chercheuse en biologie, **Christine Louveau** s'est ensuite formée à la thérapie de vie intra-utérine de Claude Imbert ainsi qu'à la psychothérapie, la PNL et la sophro-analyse qu'elle a exercée quelques années. Forte des nouvelles découvertes apportées par sa pratique en cabinet, elle a mis au point sa propre méthode qu'elle enseigne dans son centre de formation parisien : *Émergence Harmonique*.

Dans son ouvrage **La sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance**, elle présente cette méthode psychothérapeutique révolutionnaire qui balaye définitivement tous les schémas répétitifs, réducteurs, douloureux et destructeurs que l'on peut avoir dans sa vie. Son livre témoigne de l'efficacité de la sophro-analyse à travers une centaine d'exemples de personnes qui, coincées dans les méandres de la dépression, bloquées dans leur réalisation, empêtrées dans des schémas d'échecs affectifs et professionnels, sont entrées grâce à cette méthode dans leur vraie vie et s'y réalisent.

Christine Louveau animera des ateliers-conférences les :

Vendredi 2 octobre à 13h – Atelier 2

Samedi 3 octobre à 13h – Atelier 2

Lundi 5 octobre à 13h – Atelier 2

Emergence Harmonique - Stand J1 - www.emergence-harmonique.fr

Ateliers-conférences

Libère ton passé, réinvente ta vie avec la Méthode ESPERE[®] de J.Salomé, par Corinne Cygler (02/10, 18h)

TRAVAIL, RENFORCER SA CONFIANCE EN SOI ET SE VALORISER

Que l'on soit encore en poste ou en recherche, notre confiance en soi peut se diluer devant une charge de travail trop conséquente, une perte de repère, un changement de fonction ou de direction...

Retrouver confiance en soi et, de fait, le goût de ce que l'on fait, est essentiel pour s'épanouir pleinement et retrouver dynamisme et plaisir.

- **La méthode AHNERE (Akashic Hypnotic Neuro-Energetic Rapid Evolution)**

La méthode AHNERE est une thérapie brève avec une approche scientifique, systémique et spirituelle. Elle est basée sur des recherches dans différents domaines telles que la physique quantique, la neurophysiologie, la psychologie, l'hypnose, la spiritualité, la métaphysique et la thérapie de régression.

Elle propose un accompagnement personnalisé qui aide à mieux comprendre les obstacles inconscients qui se dressent sur sa route et à atteindre ses objectifs personnels et/ou professionnels.

AHNERE travaille sur les trois types de communication : verbale (l'art subtil de la communication efficace et de la compréhension), non-verbale (la gestuelle, le regard, le timbre de voix, les tenues vestimentaires...) et quantique (communication de conscience à conscience qui est finalement la première communication entre deux êtres).

AHNERE Méthode - Stand L8 - Lana Monnier - www.ahnere.com nouveau

- **La méthode Lucy, basée sur l'acting**

Lucy Samsøen, Coach Intuitif certifiée RNCP, utilise les connaissances de l'acteur pour accompagner les personnes qui souhaitent changer de vie (reconversion professionnelle ; transition de carrière ; concrétisation de projets ; mission de vie ; réalisation de rêve).

En réalisant en premier lieu un scan intuitif de la personne qui vient en consultation, elle capte des informations brutes, dénuées d'interprétations, d'émotions ou d'opinions et détecte rapidement les problématiques conscientes ou non à travailler. Cela lui permet également de choisir les outils à utiliser et la meilleure stratégie à mettre en place en fonction des objectifs que la personne s'est fixés. La suite de la séance est active, dynamique et le plus souvent ludique.

La Méthode Lucy - Stand L4 - www.lamethodelucy.com

Les après-midis thématiques

Devenir plus aimant, plus cohérent, plus inspirant,
par Arnaud Riou (01/10, 16h)

Rien n'est impossible, par Alain Sicot (05/10, 14h)

Ateliers-conférences

Vivre ou subir : agir pour ne plus être une victime avec la Méthode ESPERE® J.Salomé, par Corinne Cygler (03/10, 15h)

- **Apaiser son esprit et son corps avec la réflexologie intégrale®**

La réflexologie intégrale® permet de renforcer les capacités vitales de l'organisme pour prévenir et soulager les souffrances, les douleurs spécifiques liées à des déséquilibres énergétiques mais d'accompagner des personnes dans la gestion de différents troubles (stress, digestion, sommeil, etc.).

Son approche consiste à identifier les zones de tensions en sollicitant les terminaisons nerveuses sous-cutanées de différentes parties du corps (visage, mains, pieds, dos, oreilles...) correspondant à des zones réflexes et/ou à des points spécifiques. De ce constat, le réflexologue établit un protocole et agit manuellement ou avec des instruments sur des points et zones réflexes afin de traiter le stress, ses effets et les troubles spécifiques qui ont un réel impact sur la vie des individus.

Réflexologie RNCP Dien Chan - Stand A7 - www.dienchaninstitute.com

- **Coaching pour Elle**

Elisabeth Tatibouët est coach de vie et activatrice de bien-être. Elle accompagne les femmes dans leur coaching personnelle et notamment dans leur changement de vie. Analyser, comprendre, retrouver confiance en soi, faire des choix plus éclairés... sont autant de propositions apporter par le coaching. Il permet de prendre du recul et offre ainsi une vision plus nette de la situation présente, de la situation désirée et du plan d'action à mettre en place.

Coaching Pour Elle – Stand J10 - <https://coachingpourelle.com>

LES OUTILS DE DEVELOPPEMENT PERSONNEL POUR ENTAMER UNE NOUVELLE VIE ET UNE RECONVERSION PROFESSIONNELLE

En ces temps incertains, nombreux sont ceux qui s'interrogent sur leur avenir. Que ce soit pour faire le point ou pour s'investir dans un nouveau projet, le besoin de se faire accompagner et d'avoir le recul nécessaire pour avancer peut se faire sentir.

Au sein de l'espace Nouvelle Vie / Emotions, le Salon Zen réunira des psychothérapeutes qualifiés pour faire ce travail nécessaire et apporter à chacun des clés afin d'envisager l'avenir plus sereinement.

Aussi, le salon réunira de nombreuses formations et écoles pour entamer, en fonction de ses affinités, sa reconversion dans le secteur du bien-être et du développement personnel.

Bien se connaître et anticiper sa reconversion

La connaissance de ses atouts et faiblesses et la prise en compte des changements qu'elle implique sont les deux clés essentielles pour réussir sa reconversion professionnelle. Sur l'espace **Nouvelle Vie / Emotions**, le salon Zen présentera différentes pratiques et méthodes grâce auxquelles progresser mais aussi faire parler ses sens pour enrichir la connaissance de soi. Les visiteurs pourront participer à ces ateliers et découvrir ces différentes pratiques (voir programme page 23).

- Reprendre confiance en soi avec l'auto-hypnose
- Gérer ses émotions avec les oligo-éléments
- Libérer sa voix avec l'Euphonie Vocale (yoga du chant)
- Renforcer son mentale avec la méthode ADIOS d'hypnose rapide et psychologie énergétique
- S'appuyer sur ses atouts avec la lithothérapie ou les couleurs
- Faire de ses faiblesses une force avec la technique Monroe
- Travailler sa créativité et son intuition par la musicothérapie et/ou la méthode Cœur d'Enfant®
- Se révéler par l'écriture
- Dénouer ses maux et tensions avec la Libération Holographique du Cœur Péricarde® (LHCP® – Méthode Chamodot)
- ...

Entamer une formation

Bien-être et développement personnel se déclinent de multiples façons tant dans les approches que dans les pratiques. Que l'on soit en activité ou que l'on souhaite suivre une formation en vue d'une reconversion, le salon Zen est le carrefour de ces différentes pratiques et le lieu parfait pour rencontrer et discuter avec des experts et envisager, en fonction de ses inclinations, une nouvelle vie professionnelle.

- Aromathérapie : École d'aromathérapie EFAI (Stand C5)
- Danse : Per Se Nota Danse & Bien-Être (Stand L11)
- Géobiologie : L'École Française de Géobiologie (Stand E13)
- Hypnose : École Française d'Hypnotisme® Didier Joire (Stand K11) ; Hypnose SAJECE (Stand J9)
- Kinésiologie : École De Kinesiologie EKMA (Stand A8) ; Kinésiologie EKI-VIE (Stand E8)
- Magnétisme : Académie d'Orion (Stand K15)
- Massage : Zmassage Ateliers Formations (Stand i5)
- Méthode ESPERE® : Méthode ESPERE® de J.Salomé (Stand K12)
- Musicothérapie : Harmony Music F.Nabet (Stand K5)
- Naturopathie : École Naturopathie Dargère (Stand F10) ; Euro Nature (Stand C8) ; ISUPNAT École de Naturopathie (Stand D4)
- Reconnexion : Méthode Cœur d'Enfant® (Stand L3)
- Réflexologie : Réflexologie RNCP Dien Chan (Stand A7)

- Reiki : Terres Enchantées (Stand O3)
- Relation d'aide : Lalitha / Laëtitia Berton - La Voie de L'Expansion De Conscience (Stand N 7)
- Relaxologie : École du Stress (Stand K10)
- Sophro-analyse : Émergence Harmonique (Stand J1)
- Thérapie quantique : Alteralliah Thérapie Quantique (Stand A14)

QUAND L'ART SUBLIME NOTRE BIEN-ETRE ET NOTRE CREATIVITE

Le Salon Zen fait un focus particulier sur la création artistique en réunissant des artistes et des artisans ayant choisi de se révéler par l'art. Art thérapie, peinture intuitive ou énergétique, musicothérapie... les méthodes sont nombreuses pour dénouer les douleurs passées, repenser le monde autrement mais aussi égayer notre quotidien.

Sur son espace d'exposition et au cœur de son nouvel « Espace Créateurs », le Salon Zen réunira différents artistes mettant le bien-être, la bienveillance voire la spiritualité au cœur de leurs créations.

Se révéler par l'art

Art thérapie, peinture intuitive ou énergétique... l'art a plus d'un tour dans son sac pour nous aider à nous concentrer et révéler notre inconscient. Que l'on soit acteur ou spectateur, il agit comme un révélateur de nos potentiels mais aussi comme un outil efficace pour dénouer nos éventuelles failles.

Ancienne avocate puis directrice juridique, Pascale Gourdon se forme au métier de peintre décorateur avant de s'installer à son compte en tant qu'artiste-peintre et peintre-décoratrice. En plus de son activité artistique, elle propose des ateliers de peinture intuitive qui sont une voie royale pour communiquer avec son âme. Cette pratique aide à dénouer les nœuds, les blessures, les croyances limitantes et à y voir plus clair. Cet atelier à l'instar d'un véritable coaching amène à révéler le meilleur de soi mais aussi reprendre confiance.

Pascale Gourdon - Stand M10 - www.pascalegourdon.com

Artiste peintre, Stéphane Dubois réalise des peintures énergétiques à la fois abstraites et concrètes inspirées par la Lumière. Peignant avec ses mains, il utilise directement des pigments naturels pour révéler cette Lumière qui accompagne toute vie. Ses œuvres prodiguent une énergie douce et puissante. Comme il le souligne « La matité extrême de mes compositions laisse pénétrer le regard et révèle la Lumière comme au cœur de l'organisation de la Vie. »

Stéphane Dubois – Arts Energie - Stand G6 - www.stephane-dubois.com

A seulement 22 ans, Michel Sajonas Berton-Proix réalise des œuvres surprenantes, spontanées et libres. Fenêtres ouvertes sur le bonheur, ses créations trouvent leur inspiration dans ses voyages et sa passion pour l'Afrique et l'Inde, son goût pour le reggae et la musique sacrée indienne... Chahutant les lois académiques en voyageant entre peinture, objets, papiers, carton, crayons..., il choisit d'exposer actuellement des œuvres réalisées en dessin manuel allié au numérique.

Michel Sajonas Berton-Proix - Stand N9 - www.michel-berton-proix.com

L'Espace Créateurs, quand la création révèle sa nature profonde

Participant à l'esprit zen qui est plus que nécessaire aujourd'hui, ce nouvel espace réunira des créateurs ayant choisi l'art pour exprimer pleinement leur ressenti et leur vision du monde. En agissant en pleine conscience, ils contribuent à nous étonner et à enchanter notre quotidien. L'occasion pour les visiteurs de les rencontrer et éventuellement de découvrir de nouvelles vocations.

Clair de Latour a choisi comme source de créativité la Fleur de Vie qui offre, grâce à ses 90 pétales, des possibilités infinies. Elle les brode sur la soie dont le chatouillement offre des lumières à chaque fois différentes. Cette Fleur de Vie est un mandala considéré comme sacré dans de nombreuses traditions de par le monde. Sa géométrie (à la proportion du nombre d'or) est constituée de dix-neuf cercles entrecroisés et inscrits à l'intérieur d'une sphère. On y retrouve notamment les 5 solides platoniciens (le tétraèdre, l'octaèdre, l'icosaèdre, le cube et le dodécaèdre) représentant les 5 éléments (le feu, l'air, l'eau, la terre et l'univers).

Fleur De Vie Fleur de Soie – Stand M19 - www.fleur-de-vie-fleur-de-soie.fr

Ana-Clara Anamour propose des créations peintures sur différents supports (papier, toiles, bois). Chaque création est réalisée avec des énergies d'amour et dans un moment d'intuition intense, comme guidée. Ces

peintures intuitives et énergétiques apaisent, calment, redonnent force, lumière, selon ses besoins. Elles appellent par leurs énergies, ceux avec qui, il y aura résonance.

Anamour Ana-Clara – Stand M21
www.facebook.com/people/Anamour-Ana-Clara/100014173903469

Benjamin Simao est luthier, musicien poly-instrumentiste et passionné d'archéologie. Il se spécialise dans la fabrication d'instruments traditionnels (lyres, monocordes, flûtes doubles et autres instruments), la reconstitution de modèles historiques ou la création d'instruments sur-mesure.

Il présentera son travail lors d'une conférence musicale participative sur « la musicothérapie et les instruments intuitifs sans fausse note » (dans l'espace Nouvelle Vie / Emotions - jeudi 1^{er} octobre à 15h et dimanche 4 octobre, à 13h).

Atelier Tri Nox Samoni – Stand M25 - www.trinoxsamoni-lutherie.com

Isabelle Faure propose des créations textiles, des broderies sur laine, des vêtements et du mobilier. Ce sont des patchwork Originaux

Isabelle Faure – Stand M15

Potière passionnée de symboles et de spiritualité, Noémie réalise des objets du quotidien (tasses, plats, bols, porte-encens...) en mettant ainsi une touche de rêve dans son quotidien. Toutes ses pièces sont réalisées artisanalement à Chartres.

Les Mainspirées – Stand M17 - www.lesmainspirees.fr

DES CARTES POUR ACCOMPAGNER SON CHEMIN DE VIE

Utilisés seul(e), avec un(e) ami(e), ou dans le cadre d'une thérapie, les jeux de cartes créés par des thérapeutes invitent de manière ludique à la réflexion et au recul, afin de cerner, comprendre et résoudre douleurs, blocages, croyances, blessures...

- **Les Cartes de l'Invisible**

Créées et conçues par Alexandra et Emma Fojt, illustrées par André Boos, les Cartes de l'Invisible sont utilisées comme méthode d'auto-libération qui identifie l'impact d'un blocage sur la vie quotidienne, les chakras impactés, et donne l'opportunité de s'en libérer. Cette méthode cible l'origine de ses questionnements : qu'est qui fait que je n'ai pas confiance en moi ? Pourquoi mon enfant ne m'écoute pas ? Pourquoi me suis-je disputé avec mon patron ?...

Le tirage s'effectue seul ou avec un accompagnant, dans un cabinet de thérapeute, par exemple.

Pour savoir si l'on est apte à répondre à sa question, le jeu débute par une carte d'autorisation ou non à poursuivre son investigation. Ensuite, chaque carte tirée entraîne le tirage suivant.

Le coffret réunit 66 cartes, dont 37 cartes de blocages aux illustrations originales, un feuillet à 3 volets comportant les éléments essentiels du tirage et un guide explicatif de 152 pages avec les conditions de déroulement du tirage, des exemples, des compléments d'informations sur les cartes et la genèse de ce soin.

Bisawake - Stand K8 - <http://bisawake.com> nouveau

- **Jeu de cartes Oracle « Le Message des Pierres »**

Ce jeu de 64 cartes Oracle est une invitation, à travers le message des Pierres, à plonger dans les tréfonds de la conscience pour y découvrir des trésors de connaissance et de sagesse. Chaque jour, les cartes permettent de définir la pierre qu'il conviendrait de porter avec soi la journée, en fonction de ses sensations, de ses gênes et de ses questionnements.

Auteur et conférencier, Gérard Cazals est le fondateur de Cristal'Essence, entreprise dédiée à la diffusion de pierres et de cristaux pour le bien-être. Professionnel du minéral, il possède également une solide connaissance des thérapies et pratiques énergétiques, en particulier l'énergétique orientale qu'il a étudiée pendant plus de dix ans auprès de Michio Kushi dont il a été l'un des collaborateurs. Formé à la psychopédagogie, il anime depuis vingt-cinq ans des stages sur l'énergie des pierres.

Cristal Essence - Stand A4 - www.cristal-essence.com

5 BOISSONS POUR UN COUP DE FOUET DANS SON QUOTIDIEN

• Spir tonic et Spiral Flox : la gamme tonique

La gamme tonique propose des boissons bio antioxydantes et énergisantes à la spiruline qui renforcent l'immunité et revitalisent.

Composé de spiruline (40%), guarana premium, acérola pure séchée, gingembre, cannelle, cardamome, poivre noir et clous de girofle, le *Spir tonic* donne de l'énergie pendant 5 heures et augmente la concentration. Il se prend le matin ou ½ heure avant l'effort (déconseillé aux femmes enceintes et allaitantes, et aux enfants).

Le *Spiral Flox* régénère et relaxe, aidant ainsi à réduire la fatigue, à reminéraliser et à aider à la récupération. Il est composé de spiruline, acérola, ortie, banane, tulsi, gingembre, cannelle, clous de girofle, cardamome, poivre noir. Le *Spiral Flox* se consommera de préférence en cure pour optimiser ses effets (1 cuillère à café par jour pendant 1 mois minimum). Pour les anémies en fer et la fatigue, une cure de 3 mois est recommandée.

Elaborés en Normandie, avec 100 % d'ingrédients issus de l'agriculture biologique, ces produits conviennent aux adeptes du bio ou du *Raw-cru*, ainsi qu'aux végétariens, à raison d'1 cuillère à café dans un verre de jus de fruit ou d'eau chaude.

Akal Food - Stand E5 - <https://akalfood.com>

• Ayubowan : le concentré à base de moringa à fort pouvoir nutritionnel

De la racine aux feuilles, en passant par l'écorce et les fruits, le moringa est utilisé dans son entièreté en médecine ayurvédique. Provenant d'Inde, il est particulièrement riche en minéraux, en vitamines A, C, E, en protéines (avec 9 acides aminés essentiels) et en antioxydants.

Le sachet Ayubowan contient 100 grammes de poudre, 100 % pure, issue des feuilles de moringa oleifera cultivé au Sri Lanka. Véritable complexe de bien-être, il se consomme dilué dans une boisson (1 cuillère à café).

Guayapi - Stand B2 - www.guayapi.com

• Le lait de jument bio : revitalisant, régénérateur et fortifiant

Le stress chronique et un terrain « acide » provoquent le pillage de nos réserves en nutriments essentiels. La perméabilité intestinale et le déséquilibre du microbiote nuisent à l'assimilation des micronutriments contenus dans notre alimentation.

Le lait de jument La Voie Lactée® bio est une réponse nutritionnelle parfaite aux conséquences de nos organismes malmenés (carences, stress répétés, pollution omniprésente). Il régénère la flore résidante, répare la muqueuse intestinale et contribue à l'équilibre et au bien-être grâce à ses super-nutriments tels que l'ubiquinole, la glutamine, le glutathion, la taurine, la vitamine C et B12 (en très forte concentration), le lysozyme et la lactoferrine, les omégas 3...

Sa composition particulière ouvre des objectifs nutritionnels de tout premier choix. Sa haute valeur nutritive améliore la tonicité physique et intellectuelle. Il est de fait conseillé pour les personnes fragilisées, convalescentes, les jeunes enfants en croissance, les adolescents, les séniors, les femmes enceintes et dans tous les cas où un soutien rapide et efficace est nécessaire.

Le lait de jument étant un lait albumineux, il ne peut être chauffé sous peine d'être inactif. Il est proposé lyophilisé afin de respecter sa qualité nutritionnelle tout en lui assurant une parfaite conservation. Il peut se consommer directement dans la bouche, les paillettes de lait fondent instantanément sur la langue. Intégré par les muqueuses de la cavité buccale, ses nutriments parviennent plus vite dans le sang sans subir de dégradations par les sucs digestifs de l'estomac. De plus, grâce à son PH et sa qualité enzymatique, il est bénéfique à la flore buccale et atténue les inflammations des gencives.

Lait de Jument Bio Jumvoilac - Stand F9 - www.jumvoilac.com

- **Infusion glacée Orange Gingembre par Yogi Tea®**

L'association d'oranges fruitées, de gingembre délicatement piquant et de basilic aromatique clarifie les sens, renforce la confiance en soi et permet d'apprécier les beaux aspects de la vie.

Fraîchement infusée, 100 % bio et vegan (sans gluten, arômes ajoutés, colorants conservateurs conformément à la législation en vigueur), cette infusion dynamisante de plantes et d'épices (eau, basilic, gingembre, zeste d'orange, cannelle, réglisse, poivre noir, cardamome, piment, clous de girofle, jus d'agave concentré et jus de citron) sera un atout vivifiant tout au long de la journée.

Yogi Tea® - Stand D7 - www.yogitea.com

- **Sol Semilla remet le bouillon de légumes au goût du jour**

Dilué dans une tasse d'eau bouillante (1 à 2 cuillères à café), ce mélange de caroube crétoise, cumin et légumes se transforme en un savoureux breuvage tout doux pour le corps.

La pulpe de la caroube (fruit du caroubier) est riche en minéraux (calcium, potassium, sodium) et d'oligoéléments (cuivre, fer, magnésium, manganèse, phosphore et zinc), mais aussi d'un composé actif : le d-pinitol qui stimule l'insuline avec très peu de glucides.

Proposé en sachet de 75g (environ 15 soupes ou préparations), ce produit se compose d'un bouillon de légumes* (sel de mer, farine de riz, légumes 11,5 % (carotte, oignon, céleri), huile de tournesol désodorisée, curcuma, persil, caroube (25 %), nopal (10 %) cumin (16,9 %). Il est certifié par ECOCERT FR-BIO-01 agriculture non UE, élaboré et fabriqué en France.

* Produit issu de l'agriculture biologique et du commerce équitable

Sol Semilla - Stand D8 - www.sol-semilla.fr

5 INNOVATIONS ET PRODUITS A DECOUVRIR POUR SON BIEN-ETRE

- **La Spiritual Box, première box bien-être et spiritualité moderne en Europe**

Fondée par deux digital nomads amoureux, Constance et Vincent, la Spiritual Box réunit leurs trouvailles découvertes aux 4 coins du monde, de la Thaïlande à la Californie, en passant par l'Himalaya, l'Indonésie mais aussi la France. Cultivant la positivité au quotidien, ils proposent, tous les mois, 5 produits de bien-être pour aider à s'épanouir et à lâcher prise : lithothérapie, objets spirituels pour la méditation, accessoires de bien-être, en passant par des livres de développement personnel, bijoux artisanaux, cosmétiques naturels et gourmandises saines.

Spiritual Box - Stand O1 - www.spiritual-box.fr

- **Teraforce, appareil des points d'acupuncture non-électrique**

Teraforce est un appareil des points d'acupuncture à auto-application qui ne nécessite aucune connaissance spécifique des points énergétiques pour la pratique d'acupuncture traditionnelle.

Il ne possède ni batterie, ni recharge, ni aiguille et est sans danger. Le TeraForce se base sur trois éléments naturels : la tourmaline qui génère des rayons infrarouges lointains et de la bioélectricité (ou bioénergie) qui peut renforcer le système immunitaire et favoriser la circulation du sang. L'aimant qui agit directement sur les zones douloureuses par la stimulation des voies énergétiques et aide à la restauration de la vitalité. Et le Germanium qui possède des propriétés détoxifiantes et permet l'élimination des produits métaboliques.

Teraforce - stand A15- www.teraforce.fr

- **Sōkai réunit les bienfaits des bains dérivatifs et la cryothérapie**

Comme la cryothérapie ou la méthode des Bains Dérivatifs, SŌKAI est un concept innovant associant des poches de gel rafraîchissantes et des sous-vêtements spécialement conçus pour les accueillir. Les bienfaits naturels du froid, appliqués au niveau de l'entre jambes, sont aujourd'hui avérés mais les méthodes proposées ne sont pas toujours accessibles ou simples à mettre en pratique de façon régulière.

Rafraîchir son organisme a de nombreux avantages. Cela agit sur le poids en réduisant notamment la graisse abdominale, il régule la température du corps et améliore la circulation sanguine. Il réduit les bouffées de chaleur. Il améliore l'aspect de la peau, favorise la récupération après un effort sportif et améliore le sommeil.

Sokai – Stand B13 - <https://sokai.fr>

- **Miels d'exception (Corner Consommation Consciente)**

Installée à Evéquemont (Yvelines), la petite entreprise Miels d'Exception propose tous les bienfaits de l'apiculture avec des ruches installées en Ile-de-France mais aussi dans le sud de l'Algarve (Portugal).

Au final, elle offre une multitude de miels et de produits (gelée royale, pollen, propolis...). Teresa Collins et Frédéric Ferblantier ont dès le départ entamé une démarche écologique pour que leurs abeilles butinent sur des sites sans pesticides. Grâce à ses deux sites en France et au Portugal, ils proposent des miels aux goûts classiques (acacia, châtaignier, tilleul, multi fleurs de printemps ou d'été...) ou plus originaux comme le caroubier au goût caramel et torréfié, le thym maritime plus acidulé en fin de bouche, ou le miel de forêt côtier qui mêle le floral, le fruité et l'acidulé.

Miels d'exception - Stand F23 - www.mielsdexception.com

- **Croc'en vie (Corner Consommation Consciente)**

Fondée par Armand Zomerman, restaurateur de formation, et située à Ploemeur (Morbihan), l'entreprise Croc'en vie propose des préparations alimentaires biologiques, crues et déshydratées : barres énergétiques, crackers salés et condiments ou des « potions magiques » réalisées à base de jus de curcuma et gingembre. Afin de conserver toutes les qualités organoleptiques et préserver les nutriments, les barres et les crackers sont déshydratés par un long processus à faible température.

Croc'en vie - Stand F24

LES MIDIS-RENCONTRES

Jeudi 1^{er} octobre



Rencontre avec Cécilia Dutter

Romancière et essayiste, Cécilia Dutter est l'auteure d'une vingtaine d'ouvrages, dont trois consacrés à la figure spirituelle lumineuse d'Etty Hillesum, jeune femme juive néerlandaise, morte à Auschwitz, dont le journal et la correspondance sont riches d'enseignements et porteurs d'un message de paix et de foi universelle au cœur même de la tragédie de la Shoah.

Cécilia Dutter est également présidente de l'Association des Amis d'Etty Hillesum, reconnue d'utilité publique, qui compte près de 500 adhérents. Elle est critique littéraire.

Vendredi 2 octobre



Rencontre avec Bernard Montaud

Bernard Montaud est auteur de plus d'une quinzaine d'ouvrages témoignant de son expérience intérieure. En 1983 il crée l'association Artas, un mouvement spirituel pratiquant le dialogue inspiré transmis par Gitta Mallasz dont il a été le compagnon de route. Il a fondé la psychanalyse corporelle il y a bientôt 40 ans, répondant à la question : D'où je viens ? permettant de se mettre en paix avec son passé.

Il est un fervent défenseur de la vie spirituelle et de la Foi Ouverte sous toutes formes, tolérant toutes les Fois sans accorder une supériorité de l'une par rapport à l'autre.

En septembre 2020 paraît aux éditions Dervy D'où je viens ? Où j'en suis ? Où vais-je ?

Samedi 3 octobre



Rencontre avec Robert Faure

Journaliste, ancien directeur de la revue Sources, Robert Faure pratique la peinture à l'encre de Chine depuis 35 ans après avoir suivi chaque année les enseignements de deux maîtres de peinture, l'un de Chine, l'autre japonais.

Il a exposé son travail dans 32 expositions dont cinq à l'international. Il fut le premier Français autorisé à exposer en 2013 dans la plus ancienne Galerie de Pékin.

Fondateur de l'Institut Robert Faure pour ses élèves d'Europe, puis de l'Académie Internationale de Peinture à l'Encre.

Dimanche 4 octobre



Rencontre avec Frédérique Pichard

Ancienne danseuse, Frédérique est relaxologue en visualisation créatrice pour enfants et adolescents.

Elle est fondatrice de l'Institut Dony ayant pour vocation la protection et l'étude des dauphins ambassadeurs. Cette association fédère scientifiques, chercheurs, journalistes, artistes, thérapeutes pour mener des actions écologiques.

Lundi 5 octobre



Rencontre avec Maud Ankaoua

Maud Ankaoua dirige à 26 ans une agence de publicité. Dans les années 2000, elle prend la direction financière de start-ups, s'enivre de vitesse, de succès.

En 2010, après la vente de la société à Dassault, elle se retrouve en suspens... dans le vide... À deux doigts de l'épuisement et trois pas du burn-out, mais surtout si loin d'elle-même.

Aujourd'hui elle conseille des dirigeants et des fonds d'investissement dans le secteur des nouvelles technologies et de la santé.

Modératrice des Midis-Rencontres : Thérèse Roesch

Thérèse Roesch suit depuis 1986 l'enseignement de Bernard Montaud, fondateur de l'association Artas, un mouvement spirituel dans la lignée du « Dialogue Essentiel », transmis par Gitta Mallasz. Elle crée en 1995 les éditions Edit'As. Puis en 2011, elle participe à la fondation de la revue REFLETS. En 2018, elle commence Vieillir Heureux, une association pour apprendre à profiter de cette période magnifique et pour devenir meilleur à chaque instant où la vie nous sollicite. www.revue-reflets.org

LES APRÈS-MIDIS THÉMATIQUES

Jeudi 1^{er} octobre



14h - La vie citoyenne : engagement et altérité – Raphaël Pitti

« Septembre 2012. Sur France Culture, un médecin franco-syrien raconte avec émotion les bombardements, les combats de rue, les tortures exercées par le régime de Bachar el-Assad sur les civils syriens et les professionnels de santé. Je ressens au fond de ma chair chacun de ses mots. J'ai été médecin militaire sur des zones de combat. Aller soigner là-bas s'impose comme une évidence. Soigner mais aussi témoigner : voilà ce qui me porte depuis toujours ».



16h - Devenir plus aimant, plus cohérent, plus inspirant – Arnaud Riou

Nous vivons une période de transition et aujourd'hui, plus que jamais, nous avons besoin d'incarner dans la matière les valeurs qui nous sont chères pour être le changement que nous voulons voir en ce monde.

Arnaud partagera sa sagesse, son pragmatisme et son humour pour retrouver la confiance en soi, premier pas vers une confiance en l'avenir !

Vendredi 2 octobre



14h - Ni intérieur ni extérieur. Le pouvoir de la méditation – Federico Dainin Jôkô Procopio

Federico est fondateur de la Montagne Sans Sommet, communauté ouverte sans frontières où il enseigne la méditation et la philosophie de vie du Zen.

Il accompagne des personnes en fin de vie, des jeunes de quartiers difficiles et anime des groupes de présence auprès des personnes dans la rue.



16h - Plus fort que la haine, le pardon – Tim Guénard

« Le pardon est la plus belle découverte de ma vie ».

Tim incarne le pardon et l'amour. Ses mots ont la force de coups de poings délivrant un message rempli d'espoir pour tous les hommes et plus particulièrement pour tous les blessés de la terre.

Samedi 3 octobre



14h - Informatique, numérique et réseaux sociaux : information ou addiction – Sanjy Ramboatiana

Aujourd'hui, médias numériques et réseaux sociaux sont des vecteurs de communication majeurs. L'information y circule tout azimut et nous en ignorons les impacts sur notre psychisme.

L'informatique, le numérique, les réseaux sociaux sont-ils une nouvelle addiction ? Que pouvons-nous faire ?



16h - Du Big Bang à la Terre, une histoire mouvementée – Isabelle Grenier

L'histoire d'une galaxie, d'un soleil et d'une planète comme il en existe tant d'autres dans l'Univers, mais une histoire unique rythmée par des rencontres cosmiques qui ont marqué notre destin.

À découvrir ensemble à la lumière des dernières images et explorations astronomiques.

Dimanche 4 octobre



14h - La paix est-elle possible ? Roland Nivet

Et si la paix non seulement était possible mais constituait le seul chemin possible pour l'avenir de l'humanité ?

À quel niveau doit-on engager cette construction ou tracer ce chemin ?

Quels outils existants ou à imaginer ?

Quelle contribution chacun de nous peut apporter à cette réalisation ?



16h - De l'élégance de la joie à la puissance du bonheur -cardio-méditation pour le temps présent – Patrick Drouot

Comment déclencher en vous l'éveil d'une « dimension de vie heureuse » ?

Joie et bonheur font partie des potentiels de l'esprit humain qui permettent d'atteindre une forme de fluidité existentielle.

Patrick développe les fondamentaux de cette philosophie de vie et l'atteinte d'une nouvelle dynamique d'existence.

Lundi 5 octobre



14h - Rien n'est impossible – Alain Sicot

Écrire un livre quand l'illettrisme vous accompagne depuis 50 ans, paraît inaccessible. Parcourir 1 700 km avec une jambe handicapée, voici un autre défi qui n'était pas gagné d'avance !

Sur le paysage de ce chemin mythique de Compostelle, Alain livre des instants parfois difficiles, parfois pleins d'humour mais toujours riches d'enseignement.



16h - Entre sciences modernes, et connaissances shamaniques Kogis, le choix du vivant – Eric Julien

Lors de sa conférence, jalonnée d'exercices pratiques, Eric s'attachera à partager ces principes du vivant, ces « lois de la nature » grâce auxquelles la conscience permet de guérir et d'explorer de nouvelles voies d'alliance avec le vivant.

LES ATELIERS-CONFÉRENCES

Jeudi 1^{er} Octobre

Atelier 1

13h – **Comment bien organiser une retraite spirituelle ?** Jérémie Grasset

14h – **Émotions : Puissance de vie au service de notre mission d'être et d'action.** Dominique Lussan

15h – **La puissance des symboles du Tarot de Marseille alliées aux concepts de C.G. Jung, pour son évolution personnelle.** Simone Berno

16h – **Prendre soin de son enfant intérieur.**

Emmanuel Ballet de Coquereaumont

17h – **Yoga du visage, yoga des yeux, une prévention du bien vieillir.** Alain Penichot

18h – **Énergie, magnétisme : comment se protéger des ondes négatives, des maladies des autres, etc... ?** Margarita Lopez

Atelier 2

14h – **Alcool, drogues, sexe, sucre, tabac, boulimie, dépendance affective... comment se libérer ou aider des personnes avec la méthode ADIOS®.** Sarah Nacass

15h – **Le courage d'ÊTRE SOI avec la Méthode ESPERE® de J.Salomé.** Corinne Cygler

16h – **Mes expériences de vie.** Michèle Hellec

17h – **Communication animale et bien-être de nos amis à quatre pattes.** Sabine Mahieu & Yves Bazin

18h – **De galeriste à guérisseuse : vivre dans l'alignement de son être.** Aurelia

Atelier 3

13h – **Les Bienfaits de la Bave d'Escargot.** Anthony Galpin

14h – **Communication animale, un dialogue d'âme à âme pour mieux les comprendre.** Anne-Laure Dallet

15h – **Le yoga des yeux, comment préserver, rééduquer et fortifier sa vue grâce au yoga des yeux. Exercices oculaires méthode Dr Bates, éclairages à spectre solaires, alimentation et équilibre par les 4 éléments.** Philippe Cleyet Merle

16h – **Découvrez les bienfaits des produits EDEM-bio, concentré de grenade, dattes, et bicarbonate.** Gagik Saakian

17h – **L'impact du stress sur notre corps, nouvelles solutions.** Jean-Pierre Chamodot

Atelier 4

13h – **Aimants thérapeutiques, une force naturelle.** Sylviane Thamin

14h – **L'intestin, quoi faire pour qu'il nous protège et nous rende heureux, au lieu de nous empoisonner ?** Renaud Richet

15h – **Comment convertir la pollution technologique moderne en énergie bénéfique pour le vivant, grâce aux ondes scalaires.** Hubert Maurer

16h – **Les 12 pierres essentielles en lithothérapie pour améliorer son bien-être au quotidien.** Wydiane Khaoua

17h – **Dentisterie écologique, holistique, et préventive, sans métal ; les dangers des métaux en bouche.** Dr Ted Levi

18h – **L'humain devrait vivre 120 à 140 ans en bonne santé. Comment régénérer son organisme simplement ?** Renaud Richet

Vendredi 2 Octobre

Atelier 1

11h – **A&W Autothérapie : Bien diagnostiquer, pour mieux soigner. Des nouvelles formations-techniques sur mesure pour optimiser les rééducations et supprimer les douleurs.** Ntt Stan Jean-Paul Nguyen

12h – **Exploiter le potentiel de nos vies parallèles.** Tiphaine Keller et Lauréline Hautecouverture

13h – **Communication animale, un dialogue d'âme à âme pour mieux les comprendre.** Anne-Laure Dallet

14h – **La technique Monroe : une neurosciences pour explorer la conscience, stabiliser la joie, l'amour...** Dominique Lussan

15h – **Se libérer des traumatismes psychologiques par l'hypnotisme universel®.** Consultations et formations : Didier Joire

16h – **Comment convertir la pollution technologique moderne en énergie bénéfique pour le vivant, grâce aux ondes scalaires.** Hubert Maurer

17h – **Le massage tantrique et ses bienfaits.** Bruno Deck

18h – **L'analyse du rêve comme outil thérapeutique.** Dominique Viki

19h – **Apprendre à utiliser la réflexologie faciale/Dien Chan pour gérer au quotidien vos douleurs, gênes et émotions.** Christine Bretin

Atelier 2

11h – **Se reconvertir pour un métier qui a du sens : par où commencer.** Marjorie Llombart

- 12h – **Entre ombre et lumière, la véritable histoire de la Terre.** Jean Boudeville
- 13h – **La sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance. Libérez-vous avec Votre Âme aux commandes©.** Christine Louveau
- 14h – **Alcool, drogues, sexe, sucre, tabac, boulimie, dépendance affective... comment se libérer ou aider des personnes avec la méthode ADIOS®.** Sarah Nacass
- 15h – **Sophro-Analyse Intégrative® , un chemin vers soi, un métier vers l'autre.** Alain Bellone
- 16h – **Rituels de l'enfant intérieur.** Emmanuel Ballet de Coquereumont
- 17h – **Communication animale et bien-être de nos amis à quatre pattes.** Sabine Mahieu & Yves Bazin
- 18h – **Libère ton passé, réinvente ta Vie avec la Méthode ESPERE® de J.Salomé.** Corinne Cygler

Atelier 3

- 11h – **Les Bienfaits de la Bave d'Escargot.** Anthony Galpin
- 12h – **7 aliments précieux essentiels à notre santé.** France Guillain
- 13h – **Questions réponses sur la kinésiologie ?** Gaëlle Vayron
- 14h – **Quel cheminement pour être en résonance avec le Soi ?** Lalita Berton
- 15h – **Le réveil et le rajeunissement des cellules âgées dans le traitement du visage, le défi du Microcourant Régénératif Programmé, pilier de la Bio et Soft Médecine esthétique.** Dr Paul Vo Quang Dang
- 16h – **Naturopathe : un métier pour demain. Comment s'y préparer, comment on l'exerce.** Marion Robert-Vérité
- 17h – **Stressé tendu épuisé douloureux ? Nouvelles solutions.** Jean-Pierre Chamodot
- 18h – **Chemin de Vie, Mission d'Âme.** Céline Tesnier
- 19h – **Le foie : comment le maintenir en forme pour qu'il ne nous fasse pas vivre un enfer ?** Renaud Richet

Atelier 4

- 11h – **Minéraux : géologie – gemmologie – lithothérapie.** Jean-Claude Kennedec.
- 12h – **Déséquilibres Acido Basique au centre de la santé.** Patricia Paisant
- 13h – **De la gestion du stress au plaisir de vivre.** Dr Marie-Claude Romieu-Vuillet
- 14h – **Découvrez les bienfaits des produits EDEM-bio, concentré de grenade, dattes, et bicarbonate.** Gagik Saakian
- 15h – **Développez vos facultés d'intuition grâce à l'utilisation des pierres.** Wydiane Khaoua
- 16h – **Comment renforcer sérieusement son système immunitaire par la Naturopathie et se mettre à l'abri des "hôtes indésirables (virus...)" ?** Chantal Dargère
- 17h – **L'approche naturopathique et holistique de la santé. Détoxination, alimentation vivante, conseils d'hygiène de vie pour prévenir et rééquilibrer notre santé Équilibre acido basique ; harmonie des 4 éléments (eau, air, terre, et feu). Protection des pollutions électromagnétiques.** Philippe Cleyet Merle
- 18h – **Aimants thérapeutiques, une force naturelle.** Sylviane Thamin
- 19h – **ECCARÊVE : Chemin d'évolution.** Fabienne Sommier et David Dumas

Samedi 3 Octobre

Atelier 1

- 11h – **Se reconstruire après un vécu traumatique.** Céline Tesnier
- 12h – **Déprogrammer définitivement les allergies et intolérances par homéopathie de contact.** Olivier Cohen
- 13h – **Créez la vie dont vous rêvez par la pensée positive.** Jean-Jacques Bouchet
- 14h – **Développer son identité d'être pour transformer ses blessures en puissance d'action.** Dominique Lussan
- 15h – **Se libérer des traumatismes psychologiques par l'hypnotisme universel®.** Consultations et formations : Didier Joire
- 16h – **Sophro-Analyse Intégrative®, rencontrer ses émotions pour en faire une énergie créatrice.** Alain Bellone
- 17h – **Libérer son enfant intérieur.** Marie-France et Emmanuel de Coquereumont
- 18h – **Le tarot, remède magique pour notre monde ?** Christophe Striebel

Atelier 2

- 11h – **Les 3 conditions pour mourir en paix... Et bien vivre sa vie.** Clara Naudi
- 12h – **Couleurs et mission d'âme.** Frédérique Pétorin
- 13h – **La sophro-analyse des mémoires prénatales, de la naissance et de l'enfance. Libérez-vous avec votre Âme aux commandes©.** Christine Louveau

- 14h – **Alcool, drogues, sexe, sucre, tabac, boulimie, dépendance affective... comment se libérer ou aider des personnes avec la méthode ADIOS®.** Sarah Nacass
- 15h – **VIVRE ou SUBIR : Agir pour ne plus être une victime avec la Méthode ESPERE® J.Salomé.** Corinne Cygler
- 16h – **Comment convertir la pollution technologique moderne en énergie bénéfique pour le vivant, grâce aux ondes scalaires.** Hubert Maurer
- 17h – **Musique et kinésiologie : Donnez le juste rythme à votre mélodie intérieure.** Nathalie Remond
- 18h – **Nouveau Projet Terre pour le prochain millénaire.** Jean Boudeville

Atelier 3

- 11h – **Faiblesse immunitaire, fatigue chronique... Non ce n'est pas dans votre tête !** Renaud Richet
- 12h – **La thérapie marine René Quinton : applications et indications.** Clément Bec
- 13h – **Quels sont les paramètres de l'évolution spirituelle ?**
Lalita Berton
- 14h – **Protections & nettoyage énergétiques avec les cristaux.** Martial Marquis
- 15h – **En finir avec les douleurs, tensions, fatigue, maladies, mal-être, isolement, dépendances.** Jean-Pierre Chamodot
- 16h – **Méthode Rosen, approche manuelle douce basée sur l'écoute du corps.** Sophie Segal
- 17h – **Les bienfaits du jeûne.** Christelle Buffo
- 18h – **Les Bienfaits de la Bave d'Escargot.** Anthony Galpin

Atelier 4

- 11h – **Minéraux : géologie – gemmologie – lithothérapie.** Jean-Claude Kennedec.
- 12h – **Les métaux lourds, origines, incidences, les mesurer, et les solutions.** Armand Bensemhoun
- 13h – **Les saisons, l'équilibre de notre bien-être.** Coralie Gos
- 14h – **Votre habitation : est-elle propice à une bonne santé ?** Alain de Luzan
- 15h – **Accompagner le lâcher prise au quotidien avec l'aide des Cristaux.** Wydiane Khaoua
- 16h – **Le yoga des yeux, comment préserver, rééduquer et fortifier sa vue grâce au yoga des yeux. Exercices oculaires méthode Dr Bates, éclairages à spectre solaires, alimentation et équilibre par les 4 éléments.** Philippe Cleyet Merle
- 17h – **Les graisses brunes : comment les fabriquer et que nous apportent-elles ?** France Guillain
- 18h – **Le Tibetan Pulsing : Un Retour à la Source.** Johary Andriamampionona

Dimanche 4 Octobre

Atelier 1

- 11h – **La psychanalyse corporelle : Tremplin pour un mieux vivre au quotidien. Une porte d'accès aux images inspirées.** Valérie Robert et Jean-Marie Montagut
- 13h – **2 ou 7 points pour presque tout guérir : Traitement de la douleur et des difficultés psychologique selon la médecine traditionnelle derviche.** Christophe Garon
- 14h – **Être créateur d'amour, de joie, de paix... Ça s'apprend ! Accomplir sa mission d'être et d'action.** Dominique Lussan
- 15h – **Se libérer des traumatismes psychologiques par l'hypnotisme universel®.** Consultations et formations : Didier Joire
- 16h – **Sophro-Analyse Intégrative®, cultiver la bienveillance pour soi.** Alain Bellone
- 17h – **Apprendre les techniques de réflexologies afin de mieux gérer votre stress et vos tensions musculaires.** Christine Bretin & Les Expert en Réflexothérapies Combinées

Atelier 2

- 11h – **Comment aider nos défunts.** Clara Naudi
- 12h – **Humain de demain, véritable créateur incarné.** Jean Boudeville
- 13h – **Alcool, drogues, sexe, sucre, tabac, boulimie, dépendance affective... comment se libérer ou aider des personnes avec la méthode ADIOS®.** Sarah Nacass
- 14h – **Comment convertir la pollution technologique moderne en énergie bénéfique pour le vivant, grâce aux ondes scalaires.** Hubert Maurer
- 15h – **Les étapes de la Guérison Relationnelle avec la Méthode ESPERE® de J.Salomé.** Corine Cygler
- 16h – **Vos parents ne sont plus vos parents.**
Marie-France et Emmanuel de Coquereumont

17h – **Devenir sophiathérapeute, thérapeute spécialisé dans les sagesses du monde, pour accompagner, guérir le mal être et trouver un sens à sa vie.** Aubert Allal

18h – **Purifier votre Aura et augmenter votre Champ Vibratoire.** Jean-Jacques Bouchet

Atelier 3

11h – **Foie, thyroïde, articulations, colon... 5 clés pour ne plus avoir à lutter contre votre corps.** Renaud Richet

12h – **Gniomcheck test du microbiote intestinal.** Aurore Jakubzak, Nadia Benchakal et Maria Colliot

13h – **Quelle beauté, cette incarnation de Femme et d'Homme ! Une immense source d'évolution.** Lalita Berton

14h – **Loi d'attraction, magnétisme, et cristaux.**

Martial Marquis

15h – **Bien-être et santé, mode d'emplois. Nouvelles sciences et nouveaux espoirs.** Jean-Pierre Chamodot

16h – **Les douleurs du dos et les troubles fonctionnels du rachis (insomnie, fatigue, troubles fonctionnels intestinaux, fuites urinaires) 20 ans de recherche clinique et traitement efficace par le Microcourant Régénératif Programmé.**

Dr Paul Vo Quang Dang

17h – **Comment profiter pour soi-même des énergies positives et de bien-être des sites sacrés mégalithiques ?** Frédéric Buisson

Atelier 4

11h – **A&W équipements sécuritaires : COVID 19 & Q.A.I. Outils préventifs, anti contamination de l'air. Solutions sécuritaires pour habitat-E.R.P (Écoles, entreprises et, constructeurs).** Olivier Martimort et Ntt Stan Jean-Paul Nguyen

12h – **Intestin, microbiote, axe cerveau intestin et santé.** Patricia Paisant

13h – **Plaisir, santé et forme avec les oligo-éléments.** Coralie Gos

14h – **Géobiologie : les précautions essentielles au travail et à la maison.** Igor Bezard

15h – **Dos Régénéré : Traitement du mal de dos et des articulations selon la médecine traditionnelle derviche.** Christophe Garon

16h – **Les 12 pierres essentielles en lithothérapie pour améliorer son bien-être au quotidien.** Wydiane Khaoua

17h – **L'approche naturopathique et holistique de la santé. Détoxination, alimentation vivante, conseils d'hygiène de vie pour prévenir et rééquilibrer notre santé Équilibre acido basique ; harmonie des 4 éléments (eau, air, terre, et feu). Protection des pollutions électromagnétiques.** Philippe Cleyet Merle

18h – **Le Tibetan Pulsing : Un Retour à la Source.** Johary Andriamampionona

Lundi 5 Octobre

Atelier 1

13h – **Exploiter le potentiel de nos vies parallèles.** Tiphaine Keller et Lauréline Hautecouverture

14h – **Développer son identité d'être et percevoir la beauté de la planète, être acteur de sa régénération.** Dominique Lussan

15h – **L'apport du Tarot de développement personnel pour réaliser l'harmonie interne et externe du couple et trouver l'âme sœur.** Simone Berno

16h – **Sophro-Analyse Intégrative ®, la voie du ressentir en psychothérapie corporelle.** Alain Bellone

Atelier 2

12h – **Comment faire la paix avec l'organe aux 1000 conséquences désagréables et insoupçonnées sur votre corps et votre esprit ?** Renaud Richet

13h – **Libération des mémoires prénatales et généalogiques avec la méthode Votre Âme aux commandes® : la trame intérieure de votre réalisation.** Christine Louveau

14h – **Devenir un bon compagnon pour soi avec la Méthode ESPERE® de J.Salomé.** Corine Cygler

15h – **Comment convertir la pollution technologique moderne en énergie bénéfique pour le vivant, grâce aux ondes scalaires.** Hubert Mauerer

16h – **Alcool, drogues, sexe, sucre, tabac, boulimie, dépendance affective... comment se libérer ou aider des personnes avec la méthode ADIOS®.** Sarah Nacass

17h – **Communication animale et bien-être de nos amis à quatre pattes.** Sabine Mahieu & Yves Bazin

Atelier 3

12h – **Les énergies que nous avons reçu à la naissance.** Frédérique Cao

13h – **Se libérer des traumatismes psychologiques par l'hypnotisme universel ®.**

Consultations et formations : Didier Joire

14h – **Nous avons tout à l'intérieur de soi, oui mais...** Lalita Berton

15h – **Le réveil et le rajeunissement des cellules âgées dans le traitement du visage, le défi du Microcourant Régénératif Programmé, pilier de la Bio et Soft Médecine esthétique.**

Dr Paul Vo Quang Dang

Atelier 4

12h – **Le bain dérivatif ou poche froide, le meilleur régulateur de notre température interne et antidouleur.** France Guillain

13h – **Nos résistances aux changements : personnel, professionnel, environnement, accident de la vie... Comment y faire face : des solutions pour retrouver son équilibre.**

Dr Marie-Claude Romieu-Vuillet

14h – **Dentisterie holistique et sans métal, naturelle, les nouveaux implants dentaires en Zircon.** Dr Ted Levi

15h – **Découvrez la caisse à outils idéale avec les cristaux.** Wydiane Khaoua

16h – **Les principes et règles de base pour une santé parfaite : détoxination, alimentation vivante, conseil d'hygiène de vie. Équilibre acido basique ; harmonie des 4 éléments (eau, air, terre, et feu). Protection des pollutions électromagnétiques.** Philippe Cleyet Merle

L'ESPACE NOUVELLE VIE/EMOTIONS

Jeudi 1^{er} Octobre

12h – **55 minutes pour prendre confiance en soi, oser dire non en pratiquant l'auto-hypnose.** Didier Joire

13h – **Le Thème de Cristal : explorez votre identité grâce à vos pierres de naissance.** Wydiane Khaoua

14h – **Comment gérer ses émotions avec les oligo-éléments ?** Dr Marie Claude Romieu Vuillet

15h – **Conférence musicale participative sur la musicothérapie et les instruments intuitifs sans fausse note.** Benjamin Simao

16h – **Atelier de reprogrammation mentale rapide avec ADIOS, Hypnose Rapide et Psychologie Energétique.** Sarah Nacass

17h – **Ressentir ses différents corps et transformer ses blessures en force de vie.** Dominique Lussan

18h – **Libérer sa voix avec l'Euphonie Vocale, un yoga du chant.** Frédérique Stevens

Vendredi 2 Octobre

11h – **55 minutes pour prendre confiance en soi, oser dire non en pratiquant l'auto-hypnose.** Didier Joire

12h – **Le Thème de Cristal : explorez votre identité grâce à vos pierres de naissance.** Wydiane Khaoua

13h – **Atelier digitopuncture.** Samten Theuphel

14h – **Se rencontrer et rencontrer l'autre par l'écriture.** Christian Roesch

15h – **Sauvez la Terre avec les formations les Repères du Goût (avec dégustation pratique).** Chocolaterie Berton

16h – **Atelier de reprogrammation mentale rapide avec ADIOS, Hypnose Rapide et Psychologie Energétique.** Sarah Nacass

17h – **Neurosciences : explorer et concrétiser nos potentialités par la technique Monroe.** Dominique Lussan (NOUVELLE VIE)

18h – **Libérer sa voix avec l'Euphonie Vocale, un yoga du chant.** Frédérique Stevens

Samedi 3 Octobre

11h – **55 minutes pour prendre confiance en soi, oser dire non en pratiquant l'auto-hypnose.** Didier Joire

12h – **Le Thème de Cristal : explorez votre identité grâce à vos pierres de naissance.** Wydiane Khaoua

13h – **La Reconnexion – Reconnective Healing selon Eric Pearl.** Caroline Lagouge Chaussavoine

14h – **Se rencontrer et rencontrer l'autre par l'écriture.** Christian Roesch

15h – **Libérer sa voix avec l'Euphonie Vocale, un yoga du chant.** Frédérique Stevens

16h – **Atelier de reprogrammation mentale rapide avec ADIOS, Hypnose Rapide et Psychologie Energétique.** Sarah Nacass

17h – **Développer son identité d'être pour transformer ses blessures en puissance d'action.** Dominique Lussan (NOUVELLE VIE)

18h – **En finir avec les douleurs, tensions, fatigue, maladies, mal-être, isolement, dépendance.**

Jean-Pierre Chamodot

Dimanche 4 Octobre

11h – **55 minutes pour prendre confiance en soi, oser dire non en pratiquant l'auto-hypnose.** Didier Joire

12h – **Le Thème de Cristal : explorez votre identité grâce à vos pierres de naissance.** Wydiane Khaoua

13h – **Conférence musicale participative sur la musicothérapie et les instruments intuitifs sans fausse note.** Benjamin Simao

14h – **Couleurs et Cœur de vie.** Frédérique Pétorin (NOUVELLE VIE)

15h – **Atelier de reprogrammation mentale rapide avec ADIOS, Hypnose Rapide et Psychologie Energétique.** Sarah Nacass

16h – **Émotions : puissance de vie au service de notre mission d'être et d'action.** Dominique Lussan

17h – **Soulagez votre corps en parlant avec vos cellules.** Jean-Pierre Chamodot

18h – **Se rencontrer et rencontrer l'autre par l'écriture.** Christian Roesch

Lundi 5 Octobre

11h – **Le Thème de Cristal : explorez votre identité grâce à vos pierres de naissance.** Wydiane Khaoua

12h – **Se rencontrer et rencontrer l'autre par l'écriture.** Christian Roesch

13h – **Atelier digitopuncture.** Samten Theuphel

14h – **Atelier de reprogrammation mentale rapide avec ADIOS, Hypnose Rapide et Psychologie Energétique.** Sarah Nacass

15h – **Se reconnecter à son enfant intérieur.**

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereau

16h – **Vous souhaitez devenir réflexologue ? Échangeons sur le métier, les techniques et le marché.**

Christine Bretin (NOUVELLE VIE)

17h – **Développer son identité d'être et percevoir la beauté de la planète, être acteur de sa régénération.** Dominique Lussan

L'ESPACE BULLE ZEN

Jeudi 1^{er} Octobre

- 14h – **Zazen, pratique de la méditation de Pleine Conscience.** Federico Dainin-Jôkô Procopio
- 16h – **La Présence méditative : le “non faire”, profonde Réceptivité et Agir créatif par le Mouvement Régénérateur®**
Chantal Carrier
- 17h – **Rebirth, une expérience à vivre.** Yolande Carsalade & Marthe Vertueux

Vendredi 2 Octobre

- 13h – **Méditations guidées.** Annie Keane
- 14h – **Atelier d'énergie Qi rempli d'énergie et d'informations pour avoir plus de clarté et positivité.** Ann Mcdonagh
- 15h – **Auto-Relaxation par le Do In (auto Shiatsu).** Nathalie Darmagnac
- 16h – **Découverte de la Méthode Feldenkrais.** Praticien(ne) Feldenkrais
- 17h – **Zazen, pratique de la méditation de Pleine Conscience.** Federico Dainin-Jôkô Procopio
- 18h – **Méditation guidée chamanique.** Samten Theuphel
- 19h – **Rebirth, une expérience à vivre.** Yolande Carsalade & Marthe Vertueux

Samedi 3 Octobre

- 11h – **Féminin Sacré et Relax-Danse.** Miroslava Hristova
- 12h – **Danse du chakra du cœur.** Maria Vittoria Ruffo
- 13h – **Bols tibétains : Histoire et tradition. Utilisation des bols tibétains pour massage et thérapie.** Alain Métraux
- 14h – **Voyage Chamanique.** Miroslava Hristova
- 15h – **Zazen, pratique de la méditation de Pleine Conscience.** Federico Dainin-Jôkô Procopio
- 16h – **Relax-Danse® (Relaxation et danse spontanée).** Murielle Cocol
- 17h – **L'assise immobile : une hygiène du corps et de l'esprit.** Fabrice Faure et Michel Pons
- 18h – **Mantras / méditation pour l'éclosion du cœur de l'humanité.** Mehdi Achour

Dimanche 4 Octobre

- 11h – **Sophro-Analyse Intégrative®, respirer et développer ses énergies ressources.** Birgit Kotzan
- 14h – **Bols de cristal : Utilisation des bols de cristal en thérapie et dans la vie de tous les jours (méditation).** Alain Métraux
- 15h – **Zazen, pratique de la méditation de Pleine Conscience.** Federico Dainin-Jôkô Procopio
- 16h – **Relax-Danse® (Relaxation et danse spontanée).** Murielle Cocol
- 17h – **Féminin Sacré et Relax-Danse.** Miroslava Hristova
- 18h – **Atelier d'énergie Qi rempli d'énergie et d'informations pour avoir plus de clarté et positivité.** Ann Mcdonagh

Lundi 5 Octobre

- 13h – **Libérer la Respiration ! Laisse le flux de la Vie nous traverser... par le Mouvement Régénérateur®.** Chantal Carrier
- 14h – **Zazen, pratique de la méditation de Pleine Conscience.** Federico Dainin-Jôkô Procopio
- 15h – **Auto-Relaxation par le Do In (auto Shiatsu).** Alice Feheryari
- 16h – **Méditation guidée chamanique.** Samten Theuphel

LE SALON ZEN, UN ÉVÉNEMENT SPAS ORGANISATION



Société spécialisée dans l'organisation et la gestion d'événements, SPAS Organisation est le premier réseau de salons bio, santé au naturel et art de vivre.

Depuis 40 ans, son développement s'est construit en accompagnant la popularité croissante des thématiques bien-être et bio, devenues incontournables aujourd'hui.

Autour des salons qui constituent son socle d'activités, SPAS Organisation a pour vocation de proposer des événements porteurs de ses valeurs à destination du grand public et des professionnels. SPAS Organisation totalise aujourd'hui 30 manifestations en France et en Europe.

www.spas-expo.com