

salon
zen

ÉPANOUISSEMENT
PERSONNEL BIEN-ÊTRE
& ART DE VIVRE

www.salon-zen.fr

29 sept
3 oct 2016
Espace Champerret
PARIS 17^{ème}

Spas
Organisation

Dossier de presse

Informations pratiques

Événement	Salon Zen - Epanouissement personnel, bien-être et art de vivre 29 ^e édition
Dates	du 29 septembre au 3 octobre 2016
Horaires	10h30 - 19h Nocturne 21h, le vendredi 30 octobre
Lieu	Espace Champerret - Paris 17 ^e
Accès	Métro : Porte de Champerret ou Louise Michel (ligne 3) Bus : 84 - 92 - 93 - 163 - 164 - 165 - PC Voiture : Parking payant Champerret / Yser SNCF : Fichets de réduction (-20 %) sur demande
Prix d'entrée	8 € (donnant accès aux stands, conférences, ateliers conférences, sauf cours pratiques 2 €). Gratuit pour les enfants de moins de 12 ans, chômeurs, RMistes, invalides et étudiants.
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 contact@salon-zen.fr Le Salon Zen est un événement créé par SPAS Organisation, plus grand organisateur en France de salons grand public et professionnels dédiés au bien-être, au bio, à la santé au naturel et au développement durable.
Relations presse	AB3C 34, rue de l'Arcade - 75008 Paris Stéphane Barthélémi - Tél. 01 53 30 74 04 - stephane@ab3c.com Fabienne Frédal – Tél. 01 53 30 74 07 – fabienne@ab3c.com

www.salon-zen.fr



Sommaire

Informations pratiques	p.02
Salon Zen, le salon qui rend heureux	p.04
Dialogues, harmonisations et vibrations	p.05
De nouvelles pratiques pour le bien-être en entreprise	p.09
En route vers l'épanouissement personnel	p.12
Le monde animal et le monde végétal font leur révolution	p.14
Rencontre, découverte et expérimentation de l'épanouissement personnel	p.17
Les événements du Salon Zen	
Conférences	p.19
Nocturne	p.20
Ateliers conférences	p.21
Ateliers pratiques	p.26
Espace Méditation	p.29
Animations Pleine Conscience ^(nouveau)	p.28
Cinézen	p.29
Animations de la Place Basse	p.30
Ateliers Communication NonViolente	p.31

Salon Zen, le salon qui rend heureux

Dans le monde incertain d'aujourd'hui où l'illusion de maîtrise n'est plus de mise, nous nous découvrons fragiles, sujets à des émotions qui nous font souffrir comme la peur, l'agressivité, le repli sur soi. Pourtant, cette époque de tous les dangers peut être la grande ouverture de l'humanité, l'occasion de changer en profondeur, d'ouvrir son cœur, de transformer le futur, de vivre un nouvel âge d'or.

Le salon Zen agit depuis 29 ans pour que chacun puisse trouver sa voie vers l'équilibre corps/esprit, prendre le recul nécessaire sur ce qui l'entoure et se sentir pleinement complémentaire de son environnement.

Véritable espace de respiration dans un monde où tout s'accélère, le salon Zen permet la rencontre, l'expérience et le choix parmi **350 professionnels** de l'épanouissement personnel, du bien-être et de l'art de vivre.

De plus, **180 ateliers-conférences** offrent la possibilité de s'informer sur méthodes et produits, et **40 cours pratiques** de s'initier à des activités zen.

Les **conférences thématiques** réunissent des philosophes et auteurs qui font part de leur vision du monde et de la société et ouvrent le champ des possibles. Le **Cinézen** présente des expériences de vie au travers de documentaires et la **Nocturne**, le vendredi 30 novembre, met en exergue un aspect spécifique de la culture "zen".

Chiffres clés *

35 500 visiteurs en 2015** avec un taux de satisfaction de 90 %

34 % de nouveaux visiteurs

86,5 % y font des achats

69 % dans le secteur santé, beauté et bien-être

53 % en alimentaire

43 % en édition).

35 % des visiteurs se sont inscrits ou ont l'intention de s'inscrire à un stage ou à une formation en développement personnel.

* Source : Enquête visiteurs novembre 2015

** chiffres certifiés Expocerf

LE SALON ZEN, CE SONT DES ESPACES REPARTIS SUR 3 HALLS REpondant AUX ATTENTES DE CHACUN

- Epanouissement personnel réunissant psychothérapeutes, coaches, fédérations...
- Traditions orientales : massages, chamanisme, feng-shui...
- Massages, pratiques corporelles, soins énergétiques
- Magnétothérapie et rééquilibrages énergétiques
- Médecine naturelle (naturopathie, apithérapie...) et médecines traditionnelles (chinoise, ayurvédique...).
- Compléments alimentaires, huiles essentielles, produits de la ruche, élixirs floraux, cosmétiques bio...
- Vêtements, bijoux, mobilier, décoration, art, écoproduits...
- Alimentation bio, ustensiles de cuisine
- Voyages, livres, CD et DVD

SALON ZEN, EPANOUISSEMENT PERSONNEL, BIEN-ETRE & ART DE VIVRE

Associant espace d'exposition, conférences, ateliers pratiques et animations, le Salon Zen propose à chaque rentrée, depuis près de 30 ans, un aperçu exhaustif des méthodes de développement personnel, des dernières techniques de soins, et des dernières nouveautés bio et naturelles en beauté, gastronomie, mode, décoration...

Avec un visitorat en constante augmentation (+52 % en 10 ans), ce rendez-vous unique en France propose des partages d'expériences, découvertes, essais de pratiques permettant au public de trouver les outils qui lui procureront équilibre, bien-être et tonus pour vivre son quotidien en parfaite harmonie.

Le Salon Zen est un événement créé par SPAS Organisation, plus grand organisateur en France de salons grand public et professionnels dédiés au bien-être, au bio, à la santé au naturel et au développement durable.

Dialogues, harmonisations et vibrations

Véritable parenthèse enchantée de la rentrée, le Salon Zen présente les dernières méthodes participant à la cohésion entre le corps et l'esprit. Du travail sur les cellules au dénouement des tensions organiques, en passant par l'utilisation du son et des vibrations, le salon présente de nouvelles pratiques favorisant le rééquilibrage de notre être tout entier.

Du 29 septembre au 3 octobre 2016, les visiteurs pourront bénéficier des conseils de **350 exposants** en développement personnel, traditions orientales, médecines douces sans oublier des produits des secteurs beauté, gastronomie, mode, décoration... afin de se sensibiliser à une démarche de mieux être.

Pour aller plus loin, **les ateliers conférences et les ateliers pratiques** les informeront plus avant sur des pratiques, méthodes et produits.

Dans le cadre des **conférences**, des auteurs et philosophes s'interrogeront et nous interpellent sur les épreuves géopolitiques, environnementales, professionnelles ou personnelles rencontrées dans le monde d'aujourd'hui, en décortiquant les mécaniques de la peur, de la relation à l'autre, de l'interprétation et des croyances... 5 thématiques seront abordées quotidiennement : **Crises et métamorphoses | Couple | Conscience et réalité | Amour, émotions, l'art du bien vivre ensemble | Société, évolution et éducation.**

Enfin, **les animations Cinézen** et la **Nocturne musicale** assureront des moments de réflexion et de détente pour découvrir de nouveaux horizons et de nouvelles expériences.

DIALOGUER AVEC NOS CELLULES

Si les recherches actuelles démontrent quotidiennement les corrélations entre l'esprit et le corps, qu'en est-il des cellules de notre organisme ? Vecteurs d'information, nos cellules sont sensibles à leur environnement et ont un impact direct sur la rétractation des tissus qui provoquent mal être et maladie. Œuvrer pour le renforcement de nos cellules en leur évitant de diminuer de volume et de se fermer permettrait de réduire la rétractation tissulaire, cause de nombreux maux.

De nombreuses méthodes et de nouveaux produits agissent sur le bien-être cellulaire ou utilisent la cellule à bon escient pour transmettre des informations et corriger les désagréments rencontrés dans notre quotidien.

- **Libération holographique du péricarde®**

La LHCP® est un protocole né de la synthèse de différentes approches ostéopathiques associées à l'étude de l'énergie dans le corps, l'ostéopathie bioénergétique de Montserrat Gascon, la méthode Poyet et la médecine traditionnelle chinoise.

La LHCP® a pour but de ré-harmoniser le corps du patient sur tous les plans (énergétique, émotionnel, physique) en prenant en compte l'expression du corps dans son entier, et non en se focalisant sur un seul point, et en travaillant sur le nettoyage cellulaire des mémoires limitatives cristallisées. Par un léger toucher, le thérapeute questionne les différentes parties du corps et le libère des différents verrous installés.

Libération holographique du péricarde® - www.chamodot.org - (Stand O9)

- **Les correcteurs d'état fonctionnel (CEF)**

Le CEF est un appareil de la taille d'un téléphone portable élaboré à partir des avancées dans le domaine de la médecine informationnelle. Cette médecine ne traite pas l'organisme avec des substances étrangères mais apporte à notre corps l'information qui normalise la structure du sang, de la lymphe et de tous les liquides de l'organisme en général. Le CEF répète ainsi les principes naturels de l'organisation des champs électromagnétiques de l'organisme vivant au niveau cellulaire avec pour principale tâche la

synchronisation des rythmes intérieurs de l'organisme avec les rythmes du champ extérieur. En structurant les liquides (qui composent 80% de l'organisme humain), il transforme en ondes positives et bénéfiques les ondes électromagnétiques nocives, émises par les appareils qui nous entourent au quotidien, ainsi que les ondes radioactives, géo-pathogènes ou socio-pathogènes.

Son action accroît ainsi l'immunité du corps et permet à l'organisme de résoudre lui-même ses problèmes. Contrairement aux autres appareils physio thérapeutiques, le CEF agit par la voie de la simple information. Son action est donc délicate et prolongée, proche du naturel. Il rééquilibre le fonctionnement de l'organisme en douceur et sans perturbation.

Créé par des savants russes sous la direction de Sergei Koltsov, le CEF du corps humain a été enregistré et certifié par le Ministère de la Santé de la Fédération de la Russie et a fait l'objet de 3 brevets.

Le Bien-Etre Russe - www.le-bien-etre-russe.com - (Stand B4)

A découvrir :

Ateliers conférences

La Médecine informationnelle par S. Koltsov, célèbre physicien russe / Sergueï Koltsov

(vendredi 30 septembre, 18h - durée : 1h50)

Libération Holographique du Cœur Péricarde® LHCP méthode Chamodot / Jean-Pierre Chamodot

(dimanche 2 octobre, 17h)

L'homme qui murmure à l'oreille des cellules / Jean-Pierre Chamodot

(lundi 3 octobre, 15h)

DENOUER LES TENSIONS ET HARMONISER

Utilisant les connexions existant entre le mental et le corps et les liaisons entre nos différents organes, des thérapies proposent de dénouer nos tensions, nous harmoniser et nous rééquilibrer, afin de faire face aux aléas de la vie, aux mémoires ou autres croyances qui nous empêchent d'avancer, voire provoquent des souffrances physiologiques ou psychiques.

▪ **Massage taoïste du ventre**

C'est un massage spécifique de l'abdomen, lieu où se manifestent de fortes tensions émotionnelles. D'après la médecine chinoise et sa théorie des 5 éléments, la peur va bloquer les reins, la colère va durcir le foie, la tristesse va affecter les poumons, etc... Chaque organe reçoit ainsi toutes sortes de charges émotionnelles.

Grâce à un toucher léger, tout en douceur mais pénétrant, le massage va révéler les tensions afin de stimuler leur digestion, au sens propre comme au figuré : prendre ce qui nous fait grandir et éliminer ce qui ne nous appartient plus.

En éliminant toutes sortes de toxines le Chi Nei Tsang restaure l'énergie, libère le système hormonal, détoxifie le système digestif, fortifie le système immunitaire, améliore le système cardio-vasculaire, calme le système nerveux.

C'est un vrai bain de revitalisation des organes qui sont directement sollicités par le massage. Et comme toute pratique énergétique, la stimulation du corps permet d'harmoniser son union avec l'esprit.

Chi Nei Tsang – Massage du ventre - <http://lavoiedubambou.fr> - (Stand I5)

▪ **La Thérapie Crânio-sacrée**

Cette méthode thérapeutique a pour but de détendre le système crânio-sacrée et le système tissulaire conjonctif à l'aide de techniques douces et de libérer la mémoire du vécu non résolu qui s'y rattache.

Elle se base sur les recherches du Dr. John Upledger qui a mis au point un protocole en 10 étapes, dans lequel il décrit une évaluation et un traitement systématique structurel de tout le corps. A chaque étape, le praticien détecte les tensions dans les tissus conjonctifs et stimule la détente.

Le contact doux sur la zone de tension prioritaire et l'écoute du praticien aide à la libération émotionnelle à travers la mémoire cellulaire et dénoue le physique. Le patient sera amené à s'exprimer sur son ressenti, son vécu.

La Thérapie Crânio-Sacrée est un accompagnement au mieux-être psychique et physique. Elle est préconisée dans tout ce qui est chronique : angoisse, vertige, sinusite, migraine, problème de mâchoire, douleurs du dos, bassin etc.

Thérapie Crânio-sacrée par Christelle Oliver - <http://themaneo.fr> - (Stand M21)

- **La méthode Vittoz**

La méthode Vittoz est une thérapie à médiation corporelle qui se fonde sur des activités corporelles du quotidien. Elle comprend également de la relaxation et du lâcher-prise.

Cette technique de rééducation du contrôle cérébral s'appuie sur la rééducation des sensations (vue, toucher, odorat...) lors d'actions quotidiennes (se verser un verre d'eau, se coiffer...). Le but est d'être le plus présent à ce que l'on fait et à ce que l'on sent. Cette première étape participe à faire taire le mental et donc les projections et les vagabondages.

Une fois la réceptivité et l'acte conscient remis en place, le cerveau est plus disponible. La deuxième phase peut ainsi continuer pour améliorer la concentration, la rééducation du choix et la volonté.

L'objectif est de vivre en harmonie entre le corps qui sent, le cœur qui ressent et le cerveau qui analyse.

Cette thérapie à médiation corporelle se travaille en séance individuelle ou en groupe. Elle permet d'être plus contrôlé. Le contrôle cérébral du Vittoz signifie que le cerveau peut passer d'une réceptivité (je reçois) à une émissivité (je suis dans le "faire") et passer de l'un à l'autre sans être mal de manière simple et concrète.

Association Vittoz-IRDC - www.vittoz-irdc.net - (Stand K14)

A découvrir :

Atelier conférence

Le Vittoz : une méthode originale de pleine conscience intégrée au quotidien / Patrick Bobichon
(vendredi 30 septembre, 19h)

Atelier pratique

Sentir juste... c'est redonner du sens à sa vie. Venez expérimenter l'approche psychosensorielle Vittoz ! / Pia Dommergue
(lundi 3 octobre, 16h)

LES VIBRATIONS DONNENT LE TON

Une récente étude du CNRS a révélé l'impact du ton émotionnel d'une voix sur l'état émotionnel de la personne qui écoute mais aussi sur celle qui parle. Elle a ainsi présenté les modifications de l'état des participants en fonction du ton utilisé. A l'instar des autres sens, l'ouïe agit directement sur notre sensibilité provoquant de l'émotion, de la peur, de la colère.

De nombreuses pratiques et méthodes utilisent le son et les fréquences émises en vue d'un rééquilibrage psychologique et physiologique.

- **Le yoga du son**

Le yoga du son repose sur un travail de libération de la voix, qui va mobiliser les différents plans vibratoires qui nous composent, stimuler notre énergie, renforcer notre identité, et libérer notre potentiel créatif. Le yoga du son et les champs harmoniques travaillent entre autre sur le rééquilibrage des hémisphères droit et gauche du cerveau, qui physiologiquement agissent par alternance, et le corps calleux qui est le pont entre les deux. Ainsi harmonisée, la tête sera mieux reliée à l'axe du corps et à sa base.

D'autres rythmes seront en lien avec le rythme musculaire et la structure osseuse, d'autres enfin permettront une hyper relaxation des muscles et du corps.

Yoga du son - Champs harmonique - www.yogaduson.fr - (Stand N6)

▪ **La sonothérapie**

La sonothérapie (ou massage sonore) harmonise chaque cellule du corps grâce aux vibrations du son émis par des bols, tambour chamane, gong, didgeridoo ou tingshas.

Il favorise le lâcher prise, permet d'entrer en état de relaxation profonde dissolvant les tensions et les blocages.

De nombreux stages permettent de découvrir l'utilisation des instruments vibratoires, vulgariser les pratiques énergétiques, apprendre à se relaxer (soi et les autres), calmer le mental, travailler la gestion du stress, se recentrer et augmenter sa capacité de concentration, développer son potentiel créatif.

Le Bol Chantant - www.espritgong.com - (Stand N5)

Jokat – Bol Chantant - www.jokat.net - (Stand 02)

Sonothérapie massage sonore / Ambre Association - www.tresors-oddiyana.com - (Stand N18)

▪ **La musique multidimensionnelle®**

Créée par Jacotte Chollet, la musique multidimensionnelle® est un outil de reconnexion avec les capacités que chacun a en soi. Ses actions sont multiples. Elle active la synchronisation des hémisphères cérébraux, augmente le niveau des ondes thêta (liées aux états de super-créativité) et des ondes alpha (correspondant aux états de relaxation et de méditation). Enfin elle réduit le niveau des mauvaises ondes beta liées aux états de trouble et d'hyper activité et accroît les bonnes ondes bêta (correspondant aux états hautement intuitifs de grande clarté intérieure).

Musique Multidimensionnelle / MMD Productions- www.multidimensionalmusic.com - (Stand K6)

A découvrir :

Ateliers conférences

Yoga du son, se découvrir et s'accompagner par la voix / Denis Fargeot

(jeudi 29 septembre, 15h ; samedi 1^{er} octobre 15h)

Découvrir la sonothérapie : ce que peuvent nous apporter les bols tibétains et les diapasons thérapeutiques / Alain Griet

(jeudi 29 septembre, 14h ; dimanche 2 octobre, 11h)

Yoga du son, libérer la voix, s'ouvrir à l'Espace Sacré / Denis Fargeot

(vendredi 30 septembre, 17h ; lundi 3 octobre, 14h)

Expansion de conscience : pour vivre au présent et devenir le créateur conscient de sa vie / Jacotte Chollet

(vendredi 30 septembre, 18h)

Ressourcement, autoguérison intérieure et éveil à Soi avec la Musique Multidimensionnelle / Jacotte Chollet

(dimanche 2 octobre, 16h)

Ateliers pratiques

Concert méditatif, bain de sons cristallins : bols en cristal, didgeridoo, tambours, voix canalisée... /Annabelle de Villedieu

(vendredi 30 septembre, 18h)

Libérez votre voix / Agnès Fourtinon

(samedi 1^{er} octobre, 16h)

De nouvelles pratiques pour le bien-être en entreprise

Du management au travail personnel, afin d'améliorer ses capacités et ses relations aux autres, en passant par la mise en place d'une ambiance de travail saine et sereine, les possibilités offertes aux entreprises par les domaines du bien-être et du développement personnel sont multiples. Dirigeants, managers ou responsables des ressources humaines l'ont aujourd'hui bien compris et certains font déjà appel à du coaching, à de la méditation ou mettent en place des espaces de détente.

Le Salon Zen poursuit sa valorisation de nouvelles pratiques, méthodes et produits à l'occasion de sa 29e édition, de façon à améliorer toujours plus la qualité de vie au travail.

S'EPANOUIR DANS SON TRAVAIL EN VALORISANT SON UNICITE ET SA CREATIVITE

Basé sur l'acquisition des compétences par l'expérience, Mon Rêve Pro est un programme dédié à ceux qui sentent le besoin de réaliser d'autres choses, de dire ou exprimer, ou qui recherchent une activité professionnelle qui a du sens leur permettant d'être en accord avec eux-mêmes. Cette méthode mixe apports théoriques, échanges en groupe et exercices en groupe ou individuels. Ces outils, issus de la maïeutique, favorisent la prise de recul et la prise de conscience nécessaires pour trouver ses propres solutions.

Mon Rêve Pro (Stand J 12 bis) - <http://monrevepro.com>

VOYAGES INITIATIQUES EN ENTREPRISE

En plus de coaching pour les particuliers BE ! Live coaching propose du coaching systémique adapté aux entreprises. L'objectif est de consolider et optimiser les compétences des équipes, gérer les problématiques (pression, burn out, conflit...), fournir des réponses concrètes aux managers et dirigeants, procurer mieux-être et épanouissement de l'individu.

BE ! Live propose également des voyages initiatiques dans l'entreprise. Ce concept innovant vise à orienter un groupe, une équipe vers le chemin de l'unité, de la reconnaissance des potentiels de chacun au service d'une société en bonne santé. Un chemin de découverte, de rencontre et de réalisation de soi au sein du groupe afin de reconnecter les valeurs essentielles à sa dynamique : respect, confiance, loyauté, écoute, motivation, évolution, etc.

Be ! Live Coaching (Stand K 1 bis) - www.be-live-coaching.com

IDENTITE OLFACTIVE

A l'instar du choix du mobilier et de la décoration, l'ambiance olfactive peut agir bénéfiquement sur le lieu de travail. L'Ecole Française d'Aromathérapie Intégrative réalise, en collaboration avec le responsable de l'entreprise, un parfum à base d'huiles essentielles 100 % pures et naturelles qui répond aux envies et besoins propre à l'entreprise.

Ecole d'Aromathérapie (EFAI) (Stand A 7) - www.ecole-aroma.com

REPENSER SON ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

▪ La géobiologie en entreprise

La géobiologie permet d'étudier les ondes environnementales émanant de l'emplacement et de la construction d'habitat, des perturbations telluriques, pollutions géobiologiques, matières toxiques, ondes hertziennes, champs électromagnétiques... Les fréquences émises par ces ondes influent sur le bien-être et la santé de tous les êtres vivants pouvant entraîner de multiples pathologies.

En traçant la trame géomagnétique du lieu, le géobiologue détermine les différentes pollutions afin de les modifier et réharmoniser ainsi le site de travail ou l'habitation.

Ecole Française de Géobiologie (Stand E 13) - www.ecolefrancaisedegeobiologie.fr

Institut Santé de l'Habitat (Stand C 25) - www.santedelhabitat.fr

- **Lutter contre l'électrosmog**

A l'instar des particules fines, l'électrosmog (pollution électromagnétique) nous environne. Différentes solutions sont aujourd'hui proposées afin de lutter efficacement contre ces ondes en les transformant bénéfiquement. Ces outils luttent ainsi contre les maux de tête, l'hypertension artérielle, la dépression, le burn-out ou l'hyperactivité.

Mis en contact avec les parties intérieures du coffret électrique, branchés sur le circuit ou utilisés comme branchement, ses appareils se déclinent sous différents aspects et conviennent parfaitement au lieu de travail.

Memon France Lavavitaie (Stand F 14) - www.memon-france.eu

Espace Mom (Stand C 14) - www.espacemom.fr

- **Feng Shui**

Le Feng Shui permet de réharmoniser son lieu de travail ou d'habitation en prenant en compte la qualité énergétique du site, son rapport à l'environnement extérieur, l'espace (circulation, disposition des pièces, couleurs, matériaux...), mais aussi l'énergie temporelle en fonction des saisons, ses mémoires et l'influence des champs électromagnétiques.

Adéquation Feng Shui (Stand F 4) - www.adequationenergie.com

Benefic Home / Christine Mercuri (Stand N 22) - www.benefichome.com

A découvrir :

Ateliers conférences

Feng Shui : comment harmoniser l'habitat / Christine Lepetit Renault

(Vendredi 30 septembre, 15h ; Samedi 1^{er} octobre, 15h ; Dimanche 2 octobre, 15h)

Accroître l'énergie bénéfique de nos lieux de vie par leur aménagement Feng Shui / Christine Mercuri

(Vendredi 30 septembre, 16h ; Samedi 1^{er} octobre, 12h)

Comment se prémunir des pollutions électromagnétiques chez soi / Igor Bézard

(Jeudi 29 septembre, 17h)

Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé et de notre bien-être, comment les utiliser ? / Hubert Mauerer

(Jeudi 29 septembre, 17h ; Vendredi 30 septembre, 19h ; Dimanche 2 octobre, 18h ; lundi 3 octobre, 13h)

Traitement des pollutions telluriques et électromagnétiques dans l'habitat / Jean-Jacques Bréluzeau

(Samedi 1^{er} octobre, 16h ; lundi 3 octobre, 15h)

DES LIVRES POUR ACCOMPAGNER LES SALARIES ET LES MANAGERS

- **Créer son équilibre vie privée, vie professionnelle, pour les hommes et les femmes d'aujourd'hui, par Alia Cardyn**

Comment concilier épanouissement personnel et professionnel ? Ce livre souhaite aider le lecteur à y parvenir en proposant plusieurs pistes : reconnaître ses forces et défaillances, canaliser l'énergie vers l'essentiel, écouter ses besoins et ses limites, s'offrir des moments de déconnexion et de détente...

Editions Jouvence (Stand C 18) - www.editions-jouvence.com

- **La Théorie U, renouveler le leadership, par Otto Scharmer - parution août 2016**

S'adressant aux dirigeants, consultants, coachs, responsables d'organisations qui veulent passer à l'action, cet ouvrage invite à adopter une nouvelle forme de leadership. Il renouvelle les approches collaboratives et les modalités de conduite de projets. L'auteur a modélisé un processus qui se déploie le long d'un U en cinq étapes : observer, percevoir, être présent, cristalliser, déployer, afin d'amener une conscience approfondie des situations et des enjeux permettant aux équipes de diriger à partir du futur émergent. Le processus en U fait de la qualité de présence un point d'appui pour mettre en œuvre des transformations profondes. Il apporte une meilleure compréhension des schémas du passé et du sens de notre présent pour nous conduire vers notre meilleur futur.

Editions Le Souffle d'Or (Stand D 07) - www.souffledor.fr

▪ **Le code du samouraï, par Joris Merk - parution août 2016**

Comment réussir dans le monde de l'entreprise ? Voici une transposition des principes du combat martial dans l'environnement professionnel contemporain. Les compétences du samouraï : exigence, stratégie, persévérance, force et humilité. Chaque concept est illustré par un parallèle entre ce qui se joue au combat et dans les environnements de travail contemporains. Un concentré de sagesse appliqué au monde professionnel. Joris Merk, responsable Recherche et Développement chez Google, pratique les arts martiaux et enseigne les parallèles entre les vertus des samouraïs adaptées au monde de l'entreprise.

Editions Guy Trédaniel (Stand A 6) - www.editions-tredaniel.com

LUMIERES ET RAYONS

▪ **Se protéger des rayons des écrans**

Ecrans (ordinateurs, smartphones, TV...) ou lumière artificielle ne sont pas adaptés pour les yeux. Les verres et lunettes Vglass, qui ont fait l'objet de 10 années de recherche, ont été conçus par des professionnels de l'optique dans le but de protéger les yeux des radiations des écrans (notamment de la lumière bleue) mais aussi des problèmes de lumière artificielle.... Ces verres filtrent les UVs, la lumière à forte énergie (violette et bleue) ou les EMFs (micro-ondes, etc...) qui ont la capacité à "chauffer" les yeux. En fonction de leur catégorie, les verres protègent des radiations d'écrans et filtrent la lumière bleue de 60 à 93 %. Les Verres CO sont particulièrement bien adaptés aux designers où aux personnes ayant besoin d'un rendu des couleurs authentiques.

Les montures sont réalisées dans des matériaux divers : acétate de cellulose ; Grilamid (plastique nouvelle génération, incassable) ; TR90 (Grilamid résistant à des contraintes encore plus extrêmes) ou titane (léger, solide et hypoallergénique).

Pour les porteurs de lunettes, il existe le design "Oversize" ou des clips qui peuvent être portés par-dessus des lunettes de vue. Vglass propose également une offre destinée aux entreprises qui souhaitent équiper leurs salariés (voir conditions sur le site).

Vglass (Stand C 21) - www.vglass.fr

▪ **Restituer la lumière du jour**

Nature et Beauté Cleyet-Merle propose des ampoules à spectre complet particulièrement adaptées à l'acuité de contraste plus élevée et à l'interprétation optimales de couleurs naturelles. Offrant un confort visuel sans clignotement, ces ampoules de faible consommation (5 fois moins qu'une ampoule classique) et de longues durées (10 fois plus qu'une ampoule classique) apportent un réel bien-être. Elles peuvent parfaitement convenir aux coiffeurs, peintres, cosméticiens et métiers de la mode.

Elles existent en modèle :

- spectre complet de 15 watts (équivalent 75 watts soit 750 lumens)
- ou en modèle air pur à spectre complet de 11 watts (équivalent 55 watts soit 500 lumens) avec un ioniseur intégré.

Ce ioniseur émet 3 000 000 ions négatifs par seconde neutralisant ainsi les fumées, poussières, pollen, bactéries, virus, acariens, poils d'animaux et particules allergènes en suspension dans l'air et détruisant aussi les mauvaises odeurs.

Nature et Beauté Cleyet-Merle (Stand D 24) - www.nature-et-beaute.com

▪ **La luminothérapie au bureau**

La luminothérapie permet de lutter contre les troubles saisonniers, du sommeil ou liés au décalage horaire. Elle permet de régler la mélatonine qui, en fonction de la luminosité saisonnière, modifie la périodicité de l'activité suprachiasmatisque qui gouverne les grands rythmes circadiens principaux (température, rythme cardiaque, vigilance, humeur...). Lumino.fr propose des lampes de bureau couplant les avantages de l'éclairage et de la luminothérapie. Par exemple, la New Desklamp est équipée de LEDs et possède un bras flexible et un variateur tactile.

Lumino.fr (Stand G 05) - www.lumino.fr

En route vers l'épanouissement personnel

Depuis près de 30 ans, le Salon Zen accueille des experts de l'épanouissement personnel et propose au grand public de découvrir des méthodes et des pratiques participant à la reconnexion, au lâcher prise et au retour d'une énergie constructive.

Nouvelles psychothérapies ou pratiques spirituelles ayant fait leur preuve se conjuguent ainsi durant 5 jours pour que chacun, femme, homme ou enfant, puisse trouver sa propre voie vers le bien-être.

HAVENING TECHNIQUES

Le Havening est une thérapie psycho-sensorielle qui traite des questions spécifiques. Les praticiens appliquent le "Havening Touch" à travers les paumes, les bras et le visage pour créer des ondes delta. La recherche montre que la création de ces ondes envoie un signal électrochimique au cerveau pour dépotentialiser les récepteurs spécifiques sur les neurones dans l'amygdale où l'encodage traumatique qui a été stocké. Cela libère alors l'individu à un niveau neurologique du traumatisme ou de la peur.

Le Havening s'appuie sur la connaissance des facteurs de stress pouvant produire des symptômes et la façon dont ils agissent sur le paysage du cerveau. La clé est de trouver l'événement de codage initial pour éliminer le traumatisme et, une fois découvert, le supprimer.

Havening Techniques – stand J 14 - www.techniquesdehavening.com

LA PSYCHANALYSE CORPORELLE

La psychanalyse corporelle est une technique d'investigation s'appuyant sur la mémoire du corps qu'elle associe à l'expression verbale.

Basée sur le principe du lapsus corporel, elle permet à chacun de revivre son passé à travers 7 couches de mémoire physique et d'assister psychiquement aux films de ses différents traumatismes.

Elle permet non seulement de retrouver son passé, mais de le revivre intimement, en ne laissant aucune place aux interprétations et en conduisant de surcroît à un apaisement profond du passé.

Le but de la psychanalyse corporelle, qui n'est pas une thérapie, est d'accéder à une connaissance de soi approfondie, se réconcilier avec son histoire, ses parents et sa famille et transformer concrètement sa vie quotidienne.

Elle s'adresse à des adultes en bonne santé souhaitant améliorer leur existence, aux personnes curieuses de découvrir leur vie intérieure, l'origine et la logique de leurs comportements, toute personne soucieuse de comprendre les raisons de la crise de la quarantaine ou désireuse de donner un niveau de profondeur supplémentaire à leur vie.

Psychanalyse Corporelle / Institut Français de Psychanalyse Corporelle (IFPC) - stand K 18 - www.psychanalysecorporelle.net

A découvrir :

Ateliers conférences

La psychanalyse corporelle, un chemin de réconciliation, par Martin Toulotte

Jeudi 29 septembre, à 17h

Comprendre nos comportements d'échec, par Martin Toulotte

Dimanche 2 octobre, à 11h

WATSU

Le watsu est la contraction de water et shiatsu. Plus faciles, plus fluides et plus amples, les étirements réalisés dans l'eau favorisent la libre circulation de l'énergie le long des méridiens. Placé dans une eau à 34/35°, le receveur est muni de flotteurs afin de s'abandonner aux bras du donneur. Ce dernier accordera les deux respirations et exécutera des mouvements de bercement ou d'étirement, des pressions sur les méridiens. Le receveur peut ainsi se détendre et lâcher prise.

Watsu France – stand K 15 - www.watsu-france.org

LE CHAMANISME

Le chamanisme primitif remonte à environ 40 000 ans. Il est à l'origine des 4 grandes voies d'Éveil : chamanisme, hindouisme/bouddhisme, christianisme et taoïsme. Dans ces différentes voies, on retrouve d'ailleurs des rites chamaniques. L'initiation chamanique permet l'assimilation d'un ensemble de gestes rituels et de pratiques. Le but est d'évoluer vers un autre plan de conscience.

Loup Blanc est un Chaman-Yogi, un être réalisé. En tant que guide spirituel, il retransmet ses connaissances à ses élèves au travers d'initiations chamaniques et en enseignant de nombreuses autres pratiques telles que : le Nitya-Yoga, la Spiralee, Clé de Vie Clé de Réussite, les Trois Principes de Vie, l'Harmonithérapie, la Tarot-Vision ; le Sei-Mei-Kido, l'Ananda-Yoga, les Animaux en Nous, les Cinq Éléments...

Le chamanisme est une voie en dehors de toutes les religions. Il n'enferme pas dans une doctrine ni dans des concepts philosophiques, c'est une voie pratique et non théorique.

Voies d'éveil – Loup Blanc - stand O 11 bis - www.chamanisme-origine.fr

Mais aussi :

Gabriel Oko Tambour Chamanique - stand M 16 - www.tambourschamaniquesoko.com

Mhumans - stand L 6 - www.mhumans.com

Joséphine Art et Bijoux - stand N 3 bis - www.josephinebijoux.fr

A découvrir :

Espace Méditation

Méditation pour l'harmonie, par un enseignant Voie d'Éveil Loup Blanc

Jeudi 29 septembre, à 18h

Méditation pour la vie, par un enseignant Voie d'Éveil Loup Blanc

Vendredi 30 septembre, à 13h

Conférence

La réalité du monde est-elle le reflet de notre conscience ? Pour une renaissance individuelle et collective dans la conscience élargie, par Paul Degryse

Samedi 1^{er} octobre, à 12h

Animations de la Place Basse

Démonstration et initiation au tambour chamanique, par Gabriel Oko

Vendredi 30 septembre, à 17h ; samedi 1^{er} octobre, à 12h ; dimanche 2 octobre, à 12h ; lundi 3 octobre, à 14h

LE TANTRA

Au-delà de la sexualité ordinaire, le tantra permet d'accéder à la sexualité sacrée, c'est-à-dire l'union naturelle des corps, des cœurs et des âmes. Le tantra permet à l'homme de prendre conscience de son ignorance du féminin et pour la femme de prendre confiance dans sa puissance féminine créatrice naturelle et d'être totalement elle-même, au-delà des préjugés et des peurs.

Le tantra, voie spirituelle millénaire, peut ainsi aider, avec l'autre comme miroir, à avancer dans ce dépassement des peurs et des attachements et à entrer dans cette union du masculin et du féminin.

Tantra Intégral – stand L 17 - <http://tantra-integral.com>

Tantra au cœur de l'être - stand M 3 - www.meditationfrance.com/therapie/vincent/index.htm / www.jeuduroi.fr

A découvrir :

Ateliers conférences

Tantra, qu'est-ce que c'est ?, par Dominique Vincent et Marie-Anne Gailledrat

Dimanche 2 octobre, à 14h

Faire l'amour à la Vie, par Jacques Ferber

Lundi 3 octobre, à 15h

Ateliers pratiques

Tantra, qu'est-ce que c'est ?, par Dominique Vincent

Samedi 1^{er} octobre, à 14h

Le monde animal et le monde végétal font leur révolution

Animaux et végétaux font leur retour sur la scène du bien-être et de l'épanouissement personnel. Le Salon Zen participe à cette mise en lumière en présentant produits et méthodes originaux qui sauront convaincre les amateurs de soins et de beauté naturels.

Ainsi, les bienfaits des médecines douces ne sont plus l'apanage des humains mais s'appliquent désormais à la gent animal. En retour, les animaux savent nous offrir leurs bienfaits au travers de produits de soins ou en psychothérapie.

Côté végétal, la révolution entamée depuis quelques années se confirme via le développement de la raw food et du vegan, mais aussi dans l'emploi des végétaux au quotidien.

LE BIEN-ETRE ANIMAL

Aujourd'hui, de plus en plus de méthodes thérapeutiques et médecines douces s'adressent à la santé et au bien-être animal. Ostéopathie, naturopathie, reiki... participent ainsi à aider les animaux lors de limitations physiques (arthrose, dysplasie, difficulté à se déplacer) ou comportements inhabituels (agressivité, peur, panique, abandon...).

De plus, des produits à base d'actifs bio leur sont destinés comme des répulsifs, insectifuges, produits pour l'hygiène, gérer leur stress...

Reiki Hom Animal - Anne-Laure Dallet - stand L 4 - www.reikihomanimal.fr

Namasté formation bien-être animalier - stand E 4 - www.namaste-formation.com

Osteoanima - stand E 4 - www.osteoanima.com

O'4 pattes - stand B 13 - <http://o-4pattes.e-monsite.com>

Herboristerie du Palais Royal - stand B 1 - www.herboristerie.com

LES ANIMAUX EN APPUI AU BIEN-ETRE HUMAIN

Les animaux savent également apporter à l'homme de nombreux bienfaits. Que ce soit au travers de psychothérapie (horse coaching) ou par des produits naturels issus de l'apiculture ou des équins.

- **LE CHEVAL COMME COACH**

Le Horse coaching (ou équi-coaching) utilise l'hypersensibilité du cheval pour ramener les participants à leur essentiel et à qui ils sont. Le cheval aide à travailler sur soi-même et son authenticité, il fait prendre conscience de ses émotions et aide à les gérer. Cet expert en communication non-verbale renvoie à son interlocuteur son comportement non verbal (blocage de la respiration, modification du rythme cardiaque, tension musculaire...) mais aussi ses cohérences et incohérences. Il permet ainsi d'améliorer les relations aux autres et sa propre communication. Les exercices se réalisent à pied et se font dans un enclos fermé avec un cheval en liberté, il n'est pas nécessaire d'être cavalier.

EB coaching - stand K 10 - www.eb-coaching.com

- **LES BIENFAITS DE L'APICULTURE**

Miel, gelée royale, propolis... sont de véritables atouts pour renforcer les défenses immunitaires.

Le miel de Manuka associé au venin d'abeilles contient, en plus des propriétés aseptisantes, purifiantes et protectrices du miel, des composés chimiques naturels et des acides aminés qui stimulent les défenses naturelles de l'organisme.

La propolis est une substance recueillie par les abeilles sur certains bourgeons d'arbres (sapin, bouleau, peuplier). Cette résine végétale est utilisée par les abeilles comme ciment et anti-infectieux afin d'assainir la ruche. Elle est d'une aide précieuse pour les personnes sensibles des voies respiratoires, pour calmer les maux de gorge, nettoyer la bouche, apaiser les aphtes, etc...

Quant à la gelée royale, c'est un vrai concentré d'énergie. Ces micronutriments permettent de renforcer l'organisme et le rendre plus endurant.

Enfin, miels et gourmandises divulguent les bienfaits et les saveurs des produits de la ruche tout au long de l'année.

Miel Manuka – Vedaworld Intl - stand D 6 - www.maboutiqueonaturel.com

Pollenergie - stand E 7 - www.pollenergie.fr

Les ruchers de Maubec - stand E 20 - www.miel-des-abeilles-bio.com

A découvrir en ateliers conférences :

Prévention du vieillissement, prévention des désordres intestinaux : l'apithérapie pour se soigner autrement,

par Marie Odile Cayeux

Dimanche 2 octobre, à 12h

Cancer : l'accompagnement en apithérapie, par Nicolas Cardinault

Lundi 3 octobre, à 16h

- **LES LAITS EQUINS**

Du fait d'être monogastriques, la jument, l'ânesse et la femme possèdent un lait maternel riche en acides gras et vitamines à la différence des animaux ayant plusieurs estomacs, comme la vache. Le lait des ruminants a, de plus, une charge bactérienne plus élevée en raison de la digestion par fermentation. Ces différences physiologiques permettent d'obtenir des laits plus facilement assimilables par l'organisme humain et aux propriétés efficaces lorsqu'ils sont utilisés en cosmétologie.

- **LE LAIT DE JUMENT**

Le lait de jument contient de la vitamine C et de la lysosyme, enzyme ayant un rôle anti-microbien. Il est également riche en lactoferrine qui faciliterait l'absorption du fer par l'organisme et aurait des propriétés antibactériennes, antioxydantes et anti-inflammatoires. Etant pauvre en lipide et surtout en caséine, il est de fait plus digeste que le lait de vache. La société Lait de Jument Bio propose de retrouver ces vertus en lait lyophilisé, savons, crèmes de soin, sérum, lait de toilette...

Lait de Jument Bio – stand B 16 - www.laiterie-du-haras.fr

- **LE LAIT D'ANESSE**

Déjà utilisé par les civilisations anciennes, le lait d'ânesse est très riche en vitamines (A, B1, B2, B6, C, D, E) en minéraux (calcium, magnésium, phosphore, fer, zinc...), oligo-éléments et acides gras essentiels (oméga 3 et 6). Il contient notamment beaucoup de rétinol (vitamine A) qui a un effet tenseur très important sur la peau donc anti-rides. Le rétinol aide aussi à la cicatrisation et accélère la production de collagène.

En régénérant la peau et en éliminant les impuretés, le lait d'ânesse est particulièrement efficace pour les peaux à problèmes (eczéma, acné ou psoriasis). Ses principes actifs hydratants sont également recommandés pour les peaux au vieillissement précoce. The Donkey Company propose des savons, crèmes pour le visage ou les mains et lait pour le corps à base de ce précieux lait.

The Donkey Company - stand F 2 - www.donkeysandco.com

LE RENOUVEAU DU VEGETAL

Le végétal revient en force à la fois dans la cuisine, mais également dans la maison ou via de sublimes bijoux. Tour d'horizon des nouvelles offres et tendances du Salon Zen à travers le vegan et le *raw food* qui possèdent de plus en plus d'adeptes, des compléments 100 % végétaux remplaçant les protéines animales, sans oublier les plantes utiles au quotidien et celles qui apportent une note d'élégance à sa tenue.

- **42 DEGRES**

Premier restaurant 100 % *raw food* en France, 42 degrés confectionne des plats à partir d'aliments crus ou déshydratés afin de conserver tous les nutriments, vitamines et enzymes. Les produits sont frais et bios et,

dans la mesure du possible, issus de l'agriculture locale. 42 degrés propose une nouvelle expérience gustative en réapprenant le goût originel des aliments. Leurs plats sont naturellement vegan et sans gluten.
42 degrés - stand H 12 - www.42degres.com

- **RRRAW, LA NOUVELLE EXPERIENCE DU CHOCOLAT**

Rrraw est un chocolat unique qui tend à réconcilier l'excellence gustative, nutritionnelle et éthique. Ce chocolat biologique, sans lait ni gluten, est réalisé par un procédé innovant "bean to bar" à froid (de la fève à la tablette). En effet, les fèves de cacao restent crues, c'est-à-dire qu'elles ne sont pas torréfiées (brûlées). Ensuite, au lieu d'être conchées (long broyage à chaud), les fèves de cacao cru sont lentement broyées à froid à la meule de pierre.

Rrraw fabrique son chocolat artisanalement en France, en flux tendu, directement à partir de fèves de cacao semi-sauvage fraîchement décortiquées. Tous les produits Rrraw sont certifiés biologiques (Bureau Véritas FRBIO10), vegan (Vegan Society), sans gluten (Afdiag) et solidaires (1% for the planet). En truffes, tablettes ou fèves de cacao, le chocolat Rrraw est une nouvelle expérience gustative à tester.

Rrraw Grand Cru de Chocolat Cru - Stand G 22 - www.rrraw.fr

- **LES PROTEINES VEGETALES**

Les protéines Nature Zen sont entièrement composées d'ingrédients biologiques dont la transformation est totalement naturelle. Elles sont aussi les plus concentrées sur le marché (80 % pour les protéines de pois bio et 90 % pour les protéines de riz bio) avec un taux d'absorption de 98,2 %.

Une protéine végétale biologique est dénuée de cholestérol, hormone, antibiotique ou matière chimique qui nuisent grandement à la santé des artères, du cœur, du foie, des os, du système nerveux et de l'intestin.

Elles sont mieux absorbées par le corps lorsque celui-ci est éveillé ou en action. Il est donc préférable de les consommer le matin ou le midi.

Apportant au corps une source d'énergie maximale, le gain de masse musculaire, et la perte de tissus gras, ces protéines s'adressent à ceux qui sont à la recherche d'une alimentation nourrissante, facile à digérer et qui améliore la santé à tous les plans (athlètes, adolescents en pleine croissance, enfants, parents et seniors).

Nature Zen - stand E 25 - www.nature-zen.com

- **BICARBONATE, ORTIE, GRENADE**

L'entreprise Bicarbonate Ortie Grenade propose de redécouvrir les bienfaits du bicarbonate, de l'ortie et des produits de base utilisés par tous pour la santé, l'hygiène, la cuisine, la maison, le jardin, les animaux...

Bicarbonate Ortie Grenade / SG Distribution - stand D 25 - Tél. 09 54 70 44 98

- **L'OR VEGETAL**

Estréia Or Végétal propose des bijoux, sacs, objets déco, réalisés par des ethnies d'une petite région du Brésil à partir de la Capim Dourado, une tige d'immortelle qui a naturellement la couleur de l'or.

Estréia Or Végétal – stand F 3 – Tél. 06 30 51 65 07

Rencontre, découverte et expérimentation de l'épanouissement personnel

Depuis près de 30 ans, le Salon Zen est un lieu de rencontres et d'échanges où les spécialistes de l'épanouissement personnel prodiguent leurs conseils et font découvrir leurs méthodes et leurs pratiques aux visiteurs en recherche de bien-être et de mieux vivre.

Au sein de l'espace Pleine Conscience et des espaces Méditation et Ateliers pratiques, les visiteurs pourront tester ces nombreuses ressources : yoga, méditation, Taï Chi, Méthode de Libération des Cuirasses, shiatsu...

Esprit et corps ne faisant qu'un, le Salon Zen ouvre aussi de nouveaux horizons avec les Conférences, le Cinézen et les ateliers de Communication NonViolente, des espaces de réflexion sur notre condition, notre société et le monde qui nous entoure.

Le programme des différents espaces, conférences et animations est disponible à partir de la page 19

S'ESSAYER A LA PLEINE CONSCIENCE ET A LA MEDITATION

Le nouvel espace dédié à la Pleine Conscience et l'espace Méditation permettront aux visiteurs de tous âges d'essayer cette pratique dont les effets bénéfiques se font connaître de jour en jour. D'après une récente étude réalisée par l'University of California, de l'Harvard Medical School et de l'Icahn School of Medicine, la méditation fortifierait d'ailleurs notre organisme en soulageant notre système immunitaire.

- Sur l'espace dédié à **la Pleine Conscience**, le salon, avec Petit Bambou, proposera des séances collectives guidées (10 à 15 personnes), d'une durée de 15 minutes : découvrir le MBSR, découvrir la pleine conscience, manger en conscience, mindfulness en entreprise, méditation pour les enfants...
- Sur **l'espace Méditation**, les visiteurs pourront essayer différentes traditions : Zen, Ch'an, Védique, Soufi, Cachemirienne, Occidentale... des méditations silencieuses, chantées ou accompagnées de mantras, assises, marchées... chaque atelier durera 50 minutes.

Chaque atelier est sans inscription et en nombre limité.

Pour aller plus loin, les visiteurs pourront aller à la rencontre des centres proposant des méditations ou retraites tout au long de l'année.

Centre Kalachakra - stand M 10 - www.centre-kalachakra.net

La Montagne sans sommet - stand M 11 - www.lamontagnesanssommet.com

Méditation Pleine Conscience - stand M 12 - www.pleineconscience-mbsr.com

Petit Bambou - stand L 16 - www.petitbambou.com

Ils trouveront également de nombreux accessoires pour méditer (*Bol Chantant ; Tibet Art*) ou harmoniser leur espace de méditation (*Bloodlands ; Diffusion Traditionnelle*).

Bloodlands - stand O 5 - www.bloodlands.com

Bol Chantant - stand N 5 - www.espritgong.com

Tibet Art - stand O 12 - www.tibetart.fr

Diffusion Traditionnelle - stand H 11- www.drc.fr

Et pour ceux qui souhaitent pratiquer à l'étranger, Zen & Go Voyages présentent des séjours en Europe, Afrique, Asie et Amérique du Nord.

Zen & Go Voyages - stand M 14 - www.zenngo.fr

CINEZEN

Cinézen est une fenêtre ouverte sur notre monde. Chacun à sa façon pourra réfléchir à sa condition au travers d'expériences de vie présentées dans des documentaires.

Cinézen présentera 11 films suivis, pour certains, d'un entretien/débat autour de 5 thématiques : Qui sommes-nous ? ; Sens et conscience ; Voyages et aventure intérieure ; Créer, un état d'esprit ; Yogis, Yogas. Les visiteurs du Salon Zen pourront retrouver la majorité de ces films et bien d'autres en DVD, sur les stands des éditeurs ou de la librairie Eyrolles.

Editions Guy Trédaniel - stand A 6 - www.editions-tredaniel.com

Jupiter Films - stand H 1 - www.jupiter-films.com

Librairie Eyrolles - stand L 20 - www.eyrolles.com

LA DECOUVERTE DE PRATIQUES ET METHODES SUR LA PLACE BASSE

Espace ouvert aux nombreuses méthodes d'épanouissement spirituelles et physiques, la Place Basse du Salon Zen accueille (si le temps le permet) de nombreuses animations auxquelles les visiteurs sont invités à participer. Ils pourront ainsi découvrir :

- Dança Vida ¹
- L'initiation à l'intorus, expérience sensorielle inédite qui connecte le corps et l'esprit ²
- Le Tai chi style yang ³
- Le Kinomichi ⁴
- Le Nia[®], approche de mouvement par le plaisir ⁵
- La Méditation de Pleine Conscience ³
- Le Qi gong taoïste ⁶
- Le tambour chamanique ⁷
- Un Sophro-concert ⁸

¹ – **Dança Vida / Espace Jardiner ses possibles - stand L 12 - www.jardiner-ses-possibles.org**

² - **Intorus - stand M 15 - www.festimel.com**

³ - **Chi Nei Tsang - Massage du ventre - stand I 3 - <http://lavoiedubambou.fr>**

⁴ - **Kinomichi Voie de l'Energie - Stand N 17 - www.kinomichi.com**

⁵ - **Danse ta vie[®] - stand K 20 - www.danse-ta-vie.com**

⁶ - **La Montagne sans sommet - stand M 11 - www.lamontagnesanssommet.com**

⁷ - **Gabriel Oko Tambour Chamanique - stand M 16 - www.tambourschamaniquesoko.com**

⁸ - **Rouge Carmin - stand J 15**

ATELIERS COMMUNICATION NONVIOLENTE

Le processus de la Communication NonViolente permet de déceler dans notre manière de penser et de communiquer, les blocages générateurs de conflits et, à contrario, ce qui facilite la communication et désamorce les conflits. Elle propose aussi de développer ses capacités à clarifier notre perception et nos demandes. Elle apprend enfin à décoder l'agressivité afin de rétablir un dialogue serein.

L'Association Française pour la communication NonViolente proposera cette année des ateliers en phase avec les 5 thématiques des conférences du Salon Zen.

Participation libre, stand J 5 - J 7 - www.cnvformations.fr

A découvrir en atelier conférence

Un sésame pour le couple : la Communication Non Violente - C. Ader-Lamy, M. Lavillaureix, P. Salgon
(Dimanche 2 octobre, à 12h)

Les événements du Salon Zen

CONFERENCES

Jeudi 29 septembre

CRISES ET MÉTAMORPHOSES

Déséquilibre planétaire et pollution mentale ; vers un renouveau de l'humanité

12h-13h30

Par Alain BOUDET, Docteur en Sciences Physiques, thérapeute, enseignant et conférencier
www.spirit-science.fr

Comment se libérer de la peur et du sentiment d'insécurité dans le monde d'aujourd'hui ; le défi de la violence

14h-15h30

Par Claude BERTHOUMIEUX, psychothérapeute, victimologue, coach et formatrice
www.d-stress-psy.com

Crise ou chrysalide, nos épreuves sont-elles les clés de notre destinée ?

16h-17h30

Par Charlotte de SILGUY, diplômée en langues et civilisations orientales, fondatrice de l'Effet Chrysalide
www.effet-chrysalide.com

Métamorphose

17h45-18h45

Par Pr Aziz EL AMRANI-JOUTEY
www.approche-dynamique-matricielle.fr

Vendredi 30 septembre

COUPLE

Tu es merveilleusement "l'autre". Homme et Femme, une parabole d'émerveillement

12h-13h30

Par Federico Dainin Jôkô PROCOPIO, Maître bouddhiste zen, psychanalyste et philosophe

J'arrête de divorcer !

14h-15h30

Par Marie-France & Emmanuel BALLET de COQUEREAUMONT
www.coeurdenfant.fr

L'infidélité : pourquoi ça arrive, comment s'en remettre, faut-il pardonner ?

16h-17h30

Par Jean-Claude MAES

Auto diagnostic amoureux : pour arrêter de se saboter et faire les bons choix en amour

18h-19h30

Par Bénédicte ANN
www.cafedelamour.fr

Samedi 1^{er} octobre

CONSCIENCE ET RÉALITÉ

La réalité du monde est-elle le reflet de notre conscience ? Pour une renaissance individuelle et collective dans la conscience élargie

12h-13h30

Par Paul DEGRYSE, auteur, conférencier, formateur au chamanisme toltèque
www.chamanisme-ecologie.com

Co-crée le monde de demain : des états d'expansion de conscience à la conscience intégrale

14h-15h30

Par Patrick DROUOT
www.pdrouot.com

Conscience et pouvoir créateur

16h-17h30

Par Laurent Elie LÉVY
www.laurent-e-levy.com

Dimanche 2 octobre

AMOUR, EMOTIONS, L'ART DU BIEN VIVRE ENSEMBLE

Ce monde et toi, êtes-vous pareils ou différents ? Amour et émotions bâtissent notre vivre ensemble

12h-13h30

Par Federico Dainin-Jôkô PROCOPIO, Maître bouddhiste zen, psychanalyste et philosophe
www.lamontagnesanssomet.com

L'art et la science de la guérison par l'Amour

14h-15h30

Par le Dr Léonard LASKOW
<http://french.laskow.net/>

Vivre heureux en affrontant ses peurs

16h-17h30

Par Sophie MACHOT
<http://concentredebonheur.unblog.fr>

Lundi 3 octobre

SOCIÉTÉ, ÉVOLUTION ET EDUCATION

Journée de conférences et table-ronde sous l'égide du magazine Kaizen

Mieux armer les enfants contre le harcèlement scolaire

12h-13h30

Par Emmanuelle PIQUET

Dans les méandres de notre cerveau

14h-15h30

Par Catherine SCHWENNOCKE

Table-ronde "Comment entretenir le désir d'apprendre ?"

16h-17h30

La table-ronde sera animée par Pascal GREBOVAL, du magazine Kaizen, avec :

Ramin FARHANGI, co-fondateur de l'Ecole Dynamique de Paris,
Yann LE BEGUEC du Mouvement Colibri,
Bénédicte FUMEY du Printemps de l'éducation

NOCTURNE

Vendredi 30 septembre

19h à 20h, sur la place basse, *Just Dance*

Le salon Zen a fait appel à l'association Loisirs numériques pour organiser cette première partie de la nocturne. Au programme cours de danse avec un animateur, aidé d'un programme de jeu vidéo. A l'écoute de rythmes modernes et entraînants, chacun pourra, en suivant les pas proposés par Just Dance, se relâcher de sa semaine en toute convivialité.

www.loisirsnumeriques.org

19h45, en salle de conférence, *Entre ciel et terre, une invitation au voyage... Rouge Carmin*

Captant les instants présents, harpe, flûte et violon s'accordent aux états émotionnels et offrent en douceur un voyage acoustique aux influences du monde pour une évasion intime et sensorielle.

L'alchimie délicate des instruments laisse place à l'imaginaire et nous conduit dans une forme d'abandon personnel.

Les esprits s'évadent, les corps se délassent... Rouge Carmin : **Véronique Condessa** (harpe), **Julie Martin** (flûte, bol tibétain), **Delphine Chomel** (voix, violon), trois musiciennes musicothérapeutes et psychologues expérimentées qui ont dédié leurs compétences et leur créativité à l'élaboration d'un sophro-concert.

Créations originales, suivant la méthode en "U", protocole validé en milieu hospitalier, spécialement conçues pour l'accompagnement au bien-être.

ATELIERS CONFERENCES

Espace clos. Places limitées (30 à 50 personnes)

Inscriptions sur place le jour même, devant la salle - Participation 2 € - Durée : 50 mn

Jeudi 29 septembre

Atelier 1

12h Mission de vie, mission d'âme, pourquoi est-ce important de la connaître? Si ce n'est déjà fait, comment la découvrir et comment la faire vivre pleinement ?

Marion-Catherine Grall

13h La méthode du Centre Anti-Addiction pour traiter la dépendance à l'alcool.

Sarah Nacass

14h Emotions : puissance de vie au service de notre mission d'être et d'action.

Dominique Lussan

15h Yoga du son, se découvrir et s'accompagner par la voix.

Denis Fargeot

16h Hypnose éveillée conversationnelle.

Pierre Marichal

17h Heureux qui communique avec la Méthode ESPERE® de J. Salomé.

Corinne Cygler

18h Techniques d'auto-guérison et méditation guidée.

Fabrice Splinder

Atelier 2

12h Spiritualité et guérison, le retour à la source, le bien-être qui dure.

Katherina Lipof

13h Communication intuitive et bien-être animal.

Sabine Mahieu et Yves Bazin

14h L'impact du stress sur notre corps, rétractions tissulaires et pathologies.

Jean-Pierre Chamodot

15h Guérir son enfant intérieur.

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereau

16h Les choix de vie, liberté et contraintes.

Mieux se guider avec les tarots et les concepts de Jung.

Simone Berno

17h La psychanalyse corporelle, un chemin de réconciliation.

Martin Toulotte

18h Channeling énergétique® : accéder à ses mémoires pour mieux vivre le présent.

Marc Tentillier

Atelier 3

12h Les nouveaux soins dentaires naturels : dentisterie préventive, écologique, globale holistique, et 100% sans métal.

Dr Ted Lévi

13h L'énergie, clef de votre santé ! Pourquoi cette énergie est vitale, d'où vient-elle, comment favoriser sa pénétration, quelles sont les sources de gaspillage ?

Chantal Dargère

14h Découvrir la sonothérapie : ce que peuvent nous apporter les bols tibétains et les diapasons thérapeutiques.

Alain Griet

15h Venez découvrir les manupuncture et massage coréens, et la pratique Sun.

Maître Jung, Mme Carones, Ms Linares et Nehring

16h La peau, une nouvelle clé de compréhension de soi. Hypnose et fleurs de Bach comme réponses aux problématiques émotionnelles.

Muriel Altmann, Bénédicte Guiu, Gérard Wolf

17h Comment se prémunir des pollutions électromagnétiques chez soi.

Igor Bézard

18h Âyurveda et articulations.

Dorothée Correa

Atelier 4

12h Plaisir, santé et forme avec les oligo-éléments.

Dr Marie-Claude Romieu Vuillet

13h Recherche de perturbations géologiques, par exemple les veines d'eau.

Patrick Labourey

14h Traitement du déséquilibre acido-basique, de l'arthrose, du Candida Albicans, du psoriasis....

Janine Benoit

15h Energie d'amour non donnée à l'origine de nos troubles et blessures.

Hervé Ehm

16h Des soins quantiques avec les élixirs Isoris.

Gilbert Lavallière

17h Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé et de notre bien-être, comment les utiliser ?

Hubert Mauerer

18h Nouvelles technologies dentaires : les implants naturels Zircon 100% biocompatible sans métal.

Dr Ted Lévi

Atelier 5

12h Cerveau et GABA : le neuromédiateur de l'équilibre.

Christine Berdoulat

13h Méditation et états de conscience modifiée avec les cristaux.

Daniel Briez

14h Effet bonne mine belle peau spectaculaire du MCAA physiologique et naturel.

Dr Paul Vo Quang Dang

15h La shungite, pierre essentielle en lithothérapie.

Régina Martino

16h Rhumatismes, arthrite, arthrose, les bons plans du Père Jean.

Jean-Paul Clesse

17h Traitement de la douleur et des difficultés psychologiques selon la médecine traditionnelle chinoise.

Sandrine Felices

18h Comment éviter le burn-out ? Les clés de la méthode Haute Qualité Relationnelle®.

Christophe Médici

Vendredi 30 septembre

Atelier 1

11h Mission de vie, mission d'âme, pourquoi est-ce important de la connaître? Si ce n'est déjà fait, comment la découvrir et comment la faire vivre pleinement ?

Marion-Catherine Grall

12h Retour à la joie par la méthode Access Consciousness.

Meena Goll Compagnon

13h Qui sommes-nous? Qu'est-ce que le bien-être et la santé ?

Solutions novatrices.

Jean-Pierre Chamodot

14h Le couple, s'épanouir et guérir ensemble.

Dominique Vincent et Marie-Anne Gailledrat

15h Lâche ton passé, ose ta vie avec la Méthode ESPERE® de J. Salomé.

Corinne Cygler

16h Sophro-analyse, méditation et énergie d'amour au cœur de la psychothérapie.

Alain Bellone

17h Yoga du son, libérer la voix, s'ouvrir à l'Espace Sacré.

Denis Fargeot

18h Expansion de conscience : pour vivre au présent et devenir le créateur conscient de sa vie.

Jacotte Chollet

19h La couleur pour changer sa vie.

Frédérique Pétorin

20h Channeling énergétique® : accéder à ses mémoires pour mieux vivre le présent.

Marc Tentillier

Atelier 2

11h Devenir coach en PNL et ennéagramme.

Isabelle Legueurlier

12h Conversation avec son corps® : de l'Empreinte de naissance au « Réimprinting ».

Odile Munck

13h La relation, cadeau ou guet-apens? La véritable autonomie, joyeuse et lumineuse, en avons-nous le courage ?

Diane Bellego

14h Effacer douleurs du passé et croyances négatives, et retrouver un présent harmonieux avec le magnétisme émotionnel.

Régis Grouard

15h Coaching énergétique du praticien.

Patrick Peytavi

16h Et si vos yeux tentaient de vous parler ! Techniques d'amélioration de la vue et du regard.

Patrice Morchain

17h Découverte et accomplissement de soi : renâitre à soi-même pour trouver sa place et s'épanouir.

Yasmine Badr

18h La technique Monroe : une neuroscience pour apprendre à stabiliser la joie, l'amour...

Dominique Lussan

19h Le Vittoz : une méthode originale de pleine conscience intégrée au quotidien.

Patrick Bobichon

20h Rigologie, science du bonheur.

Corinne Cosseron

Atelier 3

11h Joue ta vie !®, jeu d'initiation à la connaissance de soi, 100% éducatif. Innovation française conçue en Californie.

Fatima

12h 7 points presque tout guérir : traitement de la douleur et des difficultés psychologiques selon la médecine traditionnelle derviche.

Christophe Garon

13h L'arthrose, une nouvelle approche par la micro-circulation.

Nicolas Halpert

14h Access Consciousness, des outils dynamiques pour transformer votre vie.

Philippe Beurdeley

15h Feng Shui : comment harmoniser l'habitat.

Christine Lepetit Renault

16h L'alchimie humaine passe par les chakras.

Martine Dussart

17h Derrière la personnalité, l'essence.

Solange Lipère et Alan Goodborn

18h Hypnose éveillée conversationnelle, la communication intégrale.

Pierre Marichal

19h Êtes-vous prêt à recevoir toute la richesse qui vous attend ?

Kass Thomas

20h L'intuition clé du discernement, la développer, la maîtriser et la mettre en pratique au quotidien.

Douna

Atelier 4

11h Recherche de perturbations géologiques, par exemple les veines d'eau.

Patrick Labourey

12h Les oligo éléments, source naturelle de bien-être et de vitalité.

Dr Marie-Claude Romieu Vuillet

13h Le monde minéral, catalyseur de notre évolution.

Klaire D. Roy

14h Comment protéger notre cerveau de la dégénérescence par la Méthode France Guillain.

France Guillain

15h L'importance de la protéine de qualité dans notre alimentation.

Martine Thuillard

16h Accroître l'énergie bénéfique de nos lieux de vie par leur aménagement Feng Shui.

Christine Mercuri

17h La MorphoHarmonie : les solides de Platon, des formes pour être en forme.

Gilbert Lavallière

18h Rhumatismes, arthrite, arthrose, les bons plans du Père Jean.

Jean-Paul Clesse

19h Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé et de notre bien-être, comment les utiliser ?

Hubert Mauerer

20h Réussir sa mission et son projet de vie.

Noël Wan

Atelier 5

11h Améliorer sa mémoire par la nutrition : maintenir l'acétylcholine.

Christine Berdoulat

12h Traitement du déséquilibre acido-basique, de l'arthrose, du Candida Albicans, du psoriasis....

Janine Benoît

13h L'approche naturopathique de la santé : détoxination, alimentation et hygiène de vie. Thérapie par la ionisation et la lumière.

Philippe Cleyet-Merle

14h Rajeunissez votre visage et votre corps grâce à votre propre biologie.

Dr Paul Vo Quang Dang

15h Développer son potentiel avec les pierres et cristaux.

Gérard Cazals

16h Découvrez et réalisez votre mission d'âme !

Nicolas Mauraun

17h Vivre ses codes identitaires avec l'aide des pierres.

Daniel Briez

18h La Médecine informationnelle par S. Koltsov, célèbre physicien russe (1h50).

Sergueï Koltsov

20h Savoir gérer les personnes toxiques. Les clés de la méthode Haute Qualité Relationnelle®.

Christophe Médiçi

Atelier 1

11h Les bienfaits de la spiritualité balinaise.

Eric Grange

12h La couleur pour changer sa vie.

Frédérique Pétorin

13h Développer sa puissance d'être pour transformer ses blessures en puissance d'action.

Dominique Lussan

14h Libérez vos mémoires cellulaires et révélez qui vous êtes vraiment.

Meena Goll Compagnon

15h Yoga du son, se découvrir et s'accompagner par la voix.

Denis Fargeot

16h J'ai le courage d'être... moi.

Corinne Cygler

17h Vivre selon la loi d'attraction.

Valérie Richard

18h Réharmoniser nos énergies avec les 22 lettres hébraïques.

Jean-Jacques Bouchet

Atelier 2

11h Mille merci : le jeu pour développer gratitude et intuition.

Claire Burel

12h Communication intuitive et bien-être animal.

Sabine Mahieu et Charlotte Hautbois

13h La sophro-analyse des mémoires prénatales de la naissance et de l'enfance : votre âme aux commandes.

Christine Louveau

14h Hypnose éveillée conversationnelle, l'hypnose dans la vie quotidienne.

Pierre Marichal

15h J'arrête d'avoir peur.

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereaumont

16h Interprétation des rêves et de leurs symboles.

Chantal Motto

17h Comment devenir sophrologue d'un niveau de certification reconnu par l'Etat.

Institut National d'Enseignement de la Sophrologie

18h L'art de vivre des vacances vraiment épanouissantes à l'Espace du possible.

Yves Donnars

Atelier 3

11h Manupuncture et massage coréens, pratique Sun.

Maître Jung, Mme Carones, Ms Linares et Nehring

12h Rhumatismes, arthrite, arthrose, les bons plans du Père Jean.

Jean-Paul Clesse

13h Connaître notre capital énergétique et le renforcer. Bilan énergétique Kortrov et graines germées Lejeune.

Monique Pellen

14h Sophro-analyse, méditation et énergie d'amour au cœur de la psychothérapie.

Alain Bellone

15h Feng Shui : comment harmoniser l'habitat.

Christine Lepetit Renault

16h L'art du massage bien-être.

Muriel Bruneval

17h L'absence d'informations positives nous rend malades. Les informations négatives nous rendent malades.

Jean-Pierre Chamodot

18h Les 8 cerveaux du corps, crâne, cœur, intestins...

Daniel Kieffer

Atelier 4

11h L'approche naturopathique de la santé : détoxination, alimentation et hygiène de vie. Thérapie par la ionisation et la lumière.

Philippe Cleyet-Merle

12h De la gestion du stress au plaisir de vivre.

Cécilia Nozet

13h L'arthrose, une nouvelle approche par la micro-circulation.

Nicolas Halpert

14h Electro-acupuncture Scenar.

Dr Monique Latare

15h Du stress à la paix intérieure avec les pierres et cristaux.

Gérard Cazals

16h Clarifiez vos doutes, guérissez vos peurs : la voie du labyrinthe (partie 1).

Martial Marquis

17h La GéoBioHarmonie pour vivre dans un habitat revitalisant.

Gilbert Lavallière

18h Recherche de perturbations géologiques, par exemple les veines d'eau.

Patrick Labourey

Atelier 5

11h L'approche santé Beljanski®.

Monique Beljanski

12h Accroître l'énergie bénéfique de nos lieux de vie par leur aménagement Feng Shui.

Christine Mercuri

13h Apaiser le stress avec l'aide des pierres.

Daniel Briez

14h Vaincre naturellement et simplement l'incontinence urinaire.

Dr Paul Vo Quang Dang

15h L'autre, aussi important que moi.

Alan Goodborn

16h Traitement des pollutions telluriques et électromagnétiques dans l'habitat.

Jean-Jacques Bréluzeau

17h Méditer lors d'une Pleine Lune ! Pourquoi ?

Josée Sénécal

18h Les 5 étapes pour parvenir à la guérison.

Jacques Martel

Dimanche 2 octobre

Atelier 1

11h Découvrir la sonothérapie : ce que peuvent nous apporter les bols tibétains et les diapasons thérapeutiques.

Alain Griet

12h Un sésame pour le couple :

la Communication Non Violente.

C. Ader Lamy, M. Lavillaureix, P. Saigon

13h Le test musculaire en kinésiologie.

Dany Dusautoir

14h Apprivoiser le pardon de la blessure à l'amour.

Meena Goll Compagnon

15h Sophro-analyse, méditation et énergie d'amour au cœur de la psychothérapie.

Alain Bellone

16h Ressourcement, autoguérison intérieure et éveil à Soi avec la Musique Multidimensionnelle.

Jacotte Chollet

17h Les étapes de la guérison relationnelle avec la Méthode ESPERE® de J. Salomé.

Corinne Cygler

18h Manifester l'abondance avec la loi d'attraction.

Noël Wan

Atelier 2

11h Comprendre nos comportements d'échec.

Martin Toulotte

12h Dos régénéré : traitement du mal de dos et des articulations selon la médecine traditionnelle derviche.

Christophe Garon

13h La couleur pour changer sa vie.

Frédérique Pétorin

14h Thérapie par la correspondance corps-main.

Maître Jung, Mme Carones, Ms Linares et Nehring

15h Libérez votre enfant intérieur.

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereau

16h Hypnose éveillée conversationnelle, de la thérapie au business.

Pierre Marichal

17h Etre créateur d'amour, de joie, de paix... ça s'apprend.

Accomplir sa mission d'être et d'action.

Dominique Lussan

18h Tarot-Vision® : voie d'éveil.

Patricia Deschamps et Valérie Damville

Atelier 3

11h L'alimentation et l'enfant.

Anaïs Gomez

12h Prévention du vieillissement, prévention des désordres intestinaux : l'apithérapie pour se soigner autrement.

Marie Odile Cayeux

13h Le secret de la relation aux autres.

Utilisez les flux énergétiques.

Kass Thomas

14h Tantra, qu'est-ce que c'est ?

Dominique Vincent et Marie-Anne Gailledrat

15h Nouvelles pierres, nouvelle conscience.

Gérard Cazals

16h Adoptez la spiruline dans votre quotidien.

Emilie Lecesve

17h Libération Holographique du Cœur Péricarde® LHCP méthode Chamodot.

Jean-Pierre Chamodot

18h Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé et de notre bien-être, comment les utiliser ?

Hubert Maurer

Atelier 4

11h Quinton, histoire d'un humaniste, visionnaire au service de la santé.

Clément Bec-Enjaire

12h Nos résistances aux changements : personnel, professionnel, environnemental, accident de la vie... comment y faire face, des solutions pour retrouver son équilibre.

Cécilia Nozet

13h Perte osseuse et perte musculaire ne sont pas liées à l'âge mais au manque de graisses brunes. Comment faire ?

France Guillain

14h La voie des pierres, cristaux et chakras.

Régina Martino

15h Régénération de nos corps, mythe ou réalité ?

Jean-Philippe Dellamonica

16h Vous pouvez changer votre vie si vous savez ce que vous voulez : la voie du labyrinthe (partie 2).

Martial Marquis

17h Le yoga des yeux, méthode du Dr Bates.

Action sur la vision grâce à l'alimentation, la lumniothérapie et à la ionisation.

Philippe Cleyet-Merle

18h Recherche de perturbations géologiques, par exemple les veines d'eau.

Patrick Labourey

Atelier 5

11h L'approche santé Beljanski®.

Monique Beljanski

12h Traitement du déséquilibre acido-basique, de l'arthrose, du Candida Albicans, du psoriasis....

Janine Benoit

13h Explorer sa structure de personnalité par les états d'expansion de conscience.

Dr Catherine Henry-Plessier

14h Comprendre ma famille : constellations familiales.

Solange Lipère

15h Feng Shui : comment harmoniser l'habitat.

Christine Lepetit Renault

16h Les cristaux, supports d'équilibre au quotidien : pourquoi ? comment ?

Daniel Briez

17h Rhumatismes, arthrite, arthrose, les bons plans du Père Jean.

Jean-Paul Clesse

18h La technique des Petits Bonshommes Allumettes.

Jacques Martel

Lundi 3 octobre

Atelier 1

11h Les secrets du corps et de ses métabolismes : conseils gourmands et avisés pour bien gérer son poids et sa santé.

Dr Laurence Plumey

12h Décodage biologique des maladies en direct.

Elodie Mourrain

13h Au secours, j'ai peur d'aimer! Et si l'amour était le chemin ? Et si la relation à deux était un véritable chemin spirituel.

Marion-Catherine Grall

14h Yoga du son, libérer la voix, s'ouvrir à l'Espace Sacré.

Denis Fargeot

15h Et si vos yeux tentaient de vous parler ! Techniques d'amélioration de la vue et du regard.

Patrice Morchain

16h Développer son identité d'être et ressentir l'être humain, l'être animal, l'être terre et agir en cohérence.

Dominique Lussan

17h 7 fois je prends soin de moi avec la Méthode ESPERE® de J. Salomé.

Corinne Cygler

18h Le couple Haute Qualité Relationnelle®. Clés pour réussir son couple.

Christophe Médici

Atelier 2

11h PNL : pour nous libérer du stress.

Monique Maenhout

12h Technique de la Métamorphose : toucher léger des pieds, mains, tête.

Anne Riedberger, Jannick Noverraz

13h Les mémoires prénatales et généalogiques : la trame initiatique sur mesure de notre réalisation.

Christine Louveau

14h Effacer douleurs du passé et croyances négatives, et retrouver un présent harmonieux avec le magnétisme émotionnel.

Régis Grouard

15h L'homme qui touche, et murmure à l'oreille des cellules.

Jean-Pierre Chamodot

16h La D.T.I., Deep Trance Identification Hypnosis, plus loin que l'autohypnose.

Pierre Marichal

17h La méthode du Centre Anti-Addiction pour traiter les dépendances alimentaires.

Sarah Nacass

18h Retrouver confiance en soi pour réussir sa vie.

Noël Wan

Atelier 3

11h La méditation c'est quoi ? Un voyage au cœur de votre être.

Mireille Forvies

12h Sortir du schéma répétitif amoureux.

Géraldyne Prévot Gigant

13h Les pollutions électromagnétiques au service de notre santé et de notre bien-être, comment les utiliser ?

Hubert Mauerer

14h Traitement du déséquilibre acido-basique, de l'arthrose, du Candida Albicans, du psoriasis....

Janine Benoit

15h Faire l'amour à la Vie.

Jacques Ferber

16h L'importance de la protéine de qualité dans notre alimentation.

Martine Thuillard

17h Les secrets de votre date de naissance.

Richard Albacete

18h Atelier conférence par Laure Le Coreller

Atelier 4

11h Réflexologie intégrale Dien Chan.

Pierre-André Fautrier

12h Les saisons, l'équilibre de notre bien-être.

Cécilia Nozet

13h Rhumatismes, arthrite, arthrose, les bons plans du Père Jean.

Jean-Paul Clesse

14h Le yoga des yeux, méthode du Dr Bates. Action sur la vision grâce à l'alimentation, la luminothérapie et à l'ionisation.

Philippe Cleyet-Merle

15h Traitement des pollutions telluriques et électromagnétiques dans l'habitat.

Jean-Jacques Bréluzeau

16h Cancer : l'accompagnement en apithérapie.

Nicolas Cardinaut

17h Réparer son enfant intérieur et s'épanouir pleinement.

Dr Catherine Henry-Plessier

18h Spiritualité et guérison, le retour à la source, le bien-être qui dure.

Katherina Lipof

Atelier 5

11h Découvrez le magnétisme Lahochi.

Christian Kalafate

12h Recherche de perturbations géologiques, par exemple les veines d'eau.

Patrick Labourey

13h Accompagner le rajeunissement par les pierres.

Daniel Briez

14h Effet bonne mine belle peau spectaculaire du MCAA physiologique et naturel.

Dr Paul Vo Quang Dang

15h Découvrez et réalisez votre mission d'âme !

Nicolas Mauran

16h Prévenir et combattre l'engrassement et la dégradation articulaire.

Patrice Percie du Sert

17h L'importance de la détox des traitements et métaux lourds par l'aloé arborescens.

Patrice Percie du Sert

18h Pollution des métaux dentaires.

Dr Frédéric Laborde

ATELIERS PRATIQUES

Espace clos. Places limitées (30 à 50 personnes)

Inscriptions sur place le jour même, devant la salle - Participation 2 € - Durée : 50 mn

Jeudi 29 septembre

12h **Le thème de cristal : découvrez les pierres qui reflètent votre identité.**

Wydiane Khaoua

13h **Vibration, parfum : les huiles essentielles vous invitent à vous (re)connecter à votre guérisseur intérieur.**

Blandine Cazy

14h **Oser être. Le Jeu du Roi/Reine.**

Dominique Vincent et Marie-Anne Gailledrat

15h **Zen stretching, rééquilibrage énergétique grâce aux étirements des méridiens.**

Barbara Aubry Anémone

16h **Libérer la respiration.**

Chantal Carrier

17h **Faire l'expérience de toutes ses dimensions de l'être par l'Adi Vajra Shakti Yoga.**

Dominique Lussan

18h **Comment soulager la fatigue générale et guérir certaines maladies.**

Maître Jung, Mme Carones, Ms Linares et Nehring

Vendredi 30 septembre

12h **Le thème de cristal : découvrez les pierres qui reflètent votre identité.**

Wydiane Khaoua

13h **La technique Monroe : être et explorer la conscience par une neuroscience.**

Dominique Lussan

14h **Atelier découverte de la MLC, Méthode de Libération des Cuirasses de Marie Lise Labonté.**

Praticienne Méthode de Libération des Cuirasses

15h **Yoga de Samara.**

Carol Schranzhoffer

16h **Shiatsu et danse : initiation au travail d'écoute de son corps à partir de l'approche shiatsu et du mouvement dansé.**

Barbara Aubry Anémone

17h **Une leçon de prise de conscience par le mouvement pour découvrir la méthode Feldenkrais.**

Praticienne Méthode Feldenkrais

18h **Concert méditatif, bain de sons cristallins : bols en cristal, didgeridoo, tambours, voix canalisée...**

Annabelle de Villedieu

19h **Initiation au Rebirth (1h30).**

Membres de l'Ass. Fr. de Rebirthing

Samedi 1^{er} octobre

11h **Le thème de cristal : découvrez les pierres qui reflètent votre identité.**

Wydiane Khaoua

12h **Découvrir qu'un problème est un excès de compétence.**

Isabelle Legueurlier

13h **Comment traiter directement les points de douleur du corps sur la main.**

Maître Jung, Mme Carones, Ms Linares et Nehring

14h **Tantra, qu'est-ce que c'est ?**

Dominique Vincent

15h **Devenir créateur d'amour, de joie, de paix... découvrir son identité d'être.**

Dominique Lussan

16h **Libérez votre voix.**

Agnès Fourtignon

17h **Sophro-analyse, la méditation du cœur.**

Alain Bellone

18h **Rigologie, science du bonheur.**

Corinne Cosseron

Dimanche 2 octobre

11h **Atelier découverte de la MLC, Méthode de Libération des Cuirasses de Marie Lise Labonté.**

Praticienne Méthode de Libération des Cuirasses

12h **Le thème de cristal : découvrez les pierres qui reflètent votre identité.**

Wydiane Khaoua

13h **Venez retrouver votre pouvoir avec la fleur et le fruit de vie.**

Céline Descamps

14h **Développer sa puissance d'être pour transformer ses blessures en puissance d'action.**

Dominique Lussan

15h **Votre verbe est-il vraiment créateur ?**

Souhaitez-vous expérimenter son impact sur le corps ?

Jean-Pierre Chamodot

16h **Yoga de Samara.**

Carol Schranzhoffer

17h **Le système de correspondance corps-main.**

Maître Jung, Mme Carones, Ms Linares et Nehring

18h **Quelle huile pour quel dosha ?**

Dorothee Correa

Lundi 3 octobre

11h **Le thème de cristal : découvrez les pierres qui reflètent votre identité.**

Wydiane Khaoua

12h **Hatha Yoga, chemin d'être.**

Evelyne Sanier Torre

13h **Zen stretching, rééquilibrage énergétique grâce aux étirements des méridiens.**

Barbara Aubry Anémone

14h **Découvrir, créer et danser son identité d'être par l'Adi Vajra Shakti Yoga.**

Dominique Lussan

15h **A la rencontre de son enfant intérieur.**

Marie-France et Emmanuel Ballet de Coquereaumont

16h **Sentir juste... c'est redonner du sens à sa vie.**

Venez expérimenter l'approche psychosensorielle Vittoz !

Pia Dommergue

17h **Initiation à la Respiration Consciente (1h30).**

Membres de l'Ass. Fr. de Rebirthing

ESPACE MEDITATION

50 mn dont 30 mn de pratique au minimum pour découvrir la méditation selon différentes traditions : Zen, Ch'an, Védique, Soufi, Cachemirienne, Occidentale... Des méditations silencieuses, chantées ou accompagnées de mantras, assises, marchées... Ces différentes méditations sont proposées par les exposants du salon. Sans inscription, places limitées
Les Méditations de Pleine Conscience proposées par le Maître Zen Federico Dainin-Jôkô Procopio se tiendront sur la Place Basse si le temps le permet.

Jeudi 29 septembre

- 12h **Méditation du lever des derviches.**
Solange Lipère et Alan Goodborn - A14
- 13h **Divine méditation, retrouver alignement, clarté et focus mental dans votre vie.** Romain Salomon – O10
- 14h **Méditation « Réveiller le cœur de l'Être dans toutes ses dimensions ».** Dominique Lussan – J6
- 15h **Faire naître la beauté en son cœur, méditation sur une œuvre d'art.** Welleda Muller – M1 bis
- 16h **Être là, c'est être présent dans son corps.**
Mireille Forvies - H2
- 17h **Méditation de Pleine Conscience.**
Federico Dainin-Jôkô Procopio – M11
- 18h **Méditation pour l'harmonie.**
Enseignant Voie d'Eveil Loup Blanc – O11 bis

Vendredi 30 septembre

- 11h **Divine méditation, retrouver alignement, clarté et focus mental dans votre vie.** Romain Salomon – O10
- 12h **Méditation, chemin d'être.** Evelyne Sanier Torre – A17
- 13h **Méditation pour la vie.**
Enseignant Voie d'Eveil Loup Blanc – O11 bis
- 14h **Concilier sérénité et efficacité dans la vie quotidienne avec la Pleine Conscience.** Morgane Gottschalk – M12
- 15h **Méditation "Des étoiles au cœur des règnes de la nature et des éléments".** Dominique Lussan – J6
- 16h **Méditation dans la sensibilité de la Présence, tradition Cachemirienne.** Véronique Beaufiles – M1 bis
- 17h **Méditation à la rencontre de votre enfant intérieur.**
Olivier Florian – D22 bis
- 18h **Méditation Pancha Kosha, Méditation des 5 couches.**
Deepali Patel et Serge Michenaud – O15
- 19h **Connecting to your divine essence meditation.**
Olivier Florian – D22 bis

Samedi 1^{er} octobre

- 11h **La méditation de Pleine Conscience et son application à l'alimentation.** Ananda Ceballos – M12
- 12h **Méditation tantrique de reliance.** Jacques Ferber – L17
- 13h **Divine méditation, retrouver alignement, clarté et focus mental dans votre vie.** Romain Salomon – O10
- 14h **Méditation de Pleine Conscience.**
Federico Dainin-Jôkô Procopio* – M11

- 15h **Trouver la compassion à travers une méditation sur une œuvre d'art.** Welleda Muller – M1 bis
- 16h **Être là, c'est être présent dans son corps.**
Mireille Forvies – H2
- 17h **Méditation sur la mission de l'Être. Découvrir, concrétiser et transmettre énergie et sens.** D. Lussan – J 6
- 18h **Méditation du coucher des derviches.**
Solange Lipère et Alan Goodborn - A14

Dimanche 2 octobre

- 11h **Méditation, souffle de vie.** Evelyne Sanier Torre – A17
- 12h **Méditation sur la mission de l'Être. Découvrir, concrétiser, transmettre son énergie transmutation.** D. Lussan - J6
- 13h **Méditation issue de l'enseignement de Jean Klein et de Eric Baret.** Véronique Beaufiles – M1 bis
- 14h **L'état méditatif, introduction à l'art de l'Attention Ouverte.** Chantal Carrier – C13
- 15h **Méditation Vipassana.**
Jean-Jacques Maillard, Sangha du Centre Kalachakra – M10
- 16h **Méditation Pancha Kosha, Méditation des 5 couches.**
Deepali Patel et Serge Michenaud - O15
- 17h **Concilier sérénité et efficacité dans la vie quotidienne avec la Pleine Conscience.** Morgane Gottschalk – M12
- 18h **Méditation sur les 6 sons de guérison selon Mantak Chia**
Hajder Mirsad – i5

Lundi 3 octobre

- 11h **La Pleine Conscience, une méthode pour apaiser notre relation à la nourriture.** Ananda Ceballos – M12
- 12h **Méditation "Des étoiles au cœur des cellules dans l'action juste".** Dominique Lussan – J 6
- 13h **Méditation "du Cœur et de la Compassion" selon Selim Aïssel.** Solange Lipère et praticiens Samadeva – A14
- 14h **Contemplation et paix intérieure, méditation sur un œuvre d'art.** Welleda Muller – M1 bis
- 15h **Méditation de Pleine Conscience.**
Federico Dainin-Jôkô Procopio* - M11
- 16h **Méditation sur l'ouverture du cœur.**
Elisabeth Druquier, Sangha du Centre Kalachakra – M10
- 17h **L'état méditatif, introduction à l'art de l'Attention Ouverte.** Chantal Carrier – C13

ANIMATIONS PLEINE CONSCIENCE

Pleine Conscience organisée par **Petit BamBou** et ses amis Séances collectives guidées (10-15 personnes) d'une durée de 15mn dans un espace dédié situé en face de la salle de conférences.

Jeudi 29 septembre

- 11h15 **Découvrir le MBSR** / Beryl Marjolin
- 11h45 **Découvrir la pleine conscience** / Juliette Blanche
- 12h15 **Découvrir le MBSR** / Beryl Marjolin
- 12h45 **Découvrir la pleine conscience** / Juliette Blanche
- 14h15 **Mindfulness en entreprise** / Beryl Marjolin
- 14h45 **Présent parfait** / Laurence Bibas
- 15h15 **Mindfulness en entreprise** / Beryl Marjolin
- 15h45 **Présent parfait** / Laurence Bibas
- 16h15 **Présent parfait** / Laurence Bibas
- 16h45 **Manger en conscience** / Géraldine Desindes
- 17h15 **Coaching et Pleine conscience** / Betsy Parayil-Pezard
- 17h45 **Manger en conscience** / Géraldine Desindes
- 18h15 **Coaching et Pleine conscience** / Betsy Parayil-Pezard

Vendredi 30 septembre

- 11h15 **Méditation et Emotions** / Dr Yasmine Lienard
- 11h45 **Manger en conscience** / Géraldine Desindes
- 12h15 **Méditation et Emotions** / Dr Yasmine Lienard
- 12h45 **Manger en conscience** / Géraldine Desindes
- 14h15 **Méditation et dépression** / Dr Yasmine Lienard
- 14h45 **Mindfulness en entreprise** / Guy Durand
- 15h15 **Méditation et dépression** / Dr Yasmine Lienard
- 15h45 **Mindfulness en entreprise** / Guy Durand
- 16h15 **Mindfulness en entreprise** / Guy Durand
- 16h45 **Méditation et addictions** / Martine Spiesser
- 17h15 **Mindfulness et Leadership** / Stephane Nau
- 17h45 **Méditation et addictions** / Martine Spiesser
- 18h15 **Mindfulness et Leadership** / Stephane Nau

Samedi 1^{er} octobre

- 11h15 **Nutrition et Pleine conscience**
Dr Marie-Hélène Bonfait-Bouyer
- 11h45 **Manager en pleine conscience** / Stephane Nau
- 12h15 **Nutrition et Pleine conscience**
Dr Marie-Hélène Bonfait-Bouyer
- 12h45 **Manager en Pleine conscience** / Stephane Nau
- 14h15 **Méditation et Emotions difficiles** / Sylvie Chabas
- 14h45 **Méditation et Burn Out / Stress**
Dr Marie-Hélène Bonfait-Bouyer
- 15h15 **Méditation et Emotions difficiles** / Sylvie Chabas

- 15h45 **Méditation et Burn Out / Stress**
Dr Marie-Hélène Bonfait-Bouyer
- 16h15 **Méditation et Burn Out / Stress**
Dr Marie-Hélène Bonfait-Bouyer
- 16h45 **Pleine conscience et Pensées perturbatrices**
Sylvie Chabas
- 17h15 **Méditation pour les enfants** / Laurence de Gasparay
- 17h45 **Pleine conscience et Pensées perturbatrices**
Sylvie Chabas
- 18h15 **Méditation pour les enfants** / Laurence de Gasparay

Dimanche 2 octobre

- 11h15 **Pleine conscience et traumatismes psychiques**
Dr Christine Barois
- 11h45 **Méditation et éveil corporel** / Isabelle Thévenet
- 12h15 **Pleine conscience et traumatismes psychiques**
Dr Christine Barois
- 12h45 **Méditation et éveil corporel** / Isabelle Thévenet
- 14h15 **Pleine conscience en entreprise** / Dr Christine Barois
- 14h45 **Méditation et addictions** / Martine Spiesser
- 15h15 **Pleine conscience en entreprise** / Dr Christine Barois
- 15h45 **Méditation et addictions** / Martine Spiesser
- 16h15 **Méditation et addictions** / Martine Spiesser
- 16h45 **Méditation pour les enfants** / Laurence de Gasparay
- 17h15 **Pleine conscience au quotidien** / Juliette Blanche
- 17h45 **Méditation pour les enfants** / Laurence de Gasparay
- 18h15 **Pleine conscience au quotidien** / Juliette Blanche

Lundi 3 octobre

- 11h15 **Méditation et Anxiété** / Isabelle Thévenet
- 11h45 **Coaching et Pleine conscience** / Betsy Parayil-Pezard
- 12h15 **Méditation et Anxiété** / Isabelle Thévenet
- 12h45 **Coaching et Pleine conscience** / Betsy Parayil-Pezard
- 14h15 **Anti-Stress aérien** / Guy Durand
- 14h45 **Coaching et Pleine conscience** / Betsy Parayil-Pezard
- 15h15 **Anti-Stress aérien** / Guy Durand
- 15h45 **Coaching et Pleine conscience** / Betsy Parayil-Pezard
- 16h15 **Coaching et Pleine conscience** / Betsy Parayil-Pezard
- 16h45 **Manger en conscience** / Géraldine Desindes
- 17h15 **Pleine conscience au quotidien** / Juliette Blanche
- 17h45 **Manger en conscience** par Géraldine Desindes
- 18h15 **Pleine conscience au quotidien** / Juliette Blanche

CINEZEN

Cinezen, une animation qui assurera au travers de la diffusion de films documentaires des moments de réflexion et de détente pour découvrir de nouveaux horizons et de nouvelles expériences.

Jeudi 29 septembre

QUI SOMMES-NOUS ?

14h00 "**L'infinie puissance du cœur**" (81 mn)
de Baptist de Pape
(DVD en vente sur le stand A 6, Editions Guy Trédaniel)

16h30 "**L'évidence de l'après-vie**"
Eben Alexander, Raymond Moody
(DVD en vente sur le stand A 6, Editions Guy Trédaniel)

Vendredi 30 septembre

SENS ET CONSCIENCE

14h00 "**Propos sur la Conscience**" (99 mn)
de Ri Stewart
(DVD en vente sur le stand H 1, Jupiter Films)

16h30 "**Perceptions**" (105 mn)
de Renée Scheltema
(DVD en vente sur le stand H 1, Jupiter Films)

19h00 "**Nouveau Monde**" (52 mn)
de Yann Richet
► Projection suivie d'un entretien/débat avec l'Association "Une Monnaie pour Paris"
(DVD en vente sur le stand H 1, Jupiter Films)

Samedi 1^{er} octobre

VOYAGES ET AVENTURE INTERIEURE

14h00 "**Gardiens de la terre**" (90 mn)
de Rolph Winters
(DVD en vente sur le stand H 1 Jupiter Films)

16h00 "**Les chemins de Compostelle**" (84 mn)
de Lydia B. Smith
► Projection suivie d'un entretien/débat avec Alexis de Gortchakoff
(DVD en vente sur le stand H 1 Jupiter Films)

Dimanche 2 octobre

CREER, UN ETAT D'ESPRIT

14h00 "**Un instant d'éternité**" (55 mn)
de Michèle Decoust
► Projection suivie d'un débat avec Michèle Decoust, réalisatrice du film

16h00 "**Notre créativité oubliée ! Les surprises de nos possibilités...**" (65 mn)
D'Etienne Gary et Christophe Delvallé
► Projection suivie d'un entretien/débat avec Etienne Gary

Lundi 3 octobre

YOGIS, YOGAS

14h00 "**Le Souffle des Dieux**" (101 mn)
de Jan Schmidt-Garre
(DVD en vente sur le stand H 1 Jupiter Films)

16h00 "**Yogananda**" (83 mn)
de Paola Di Florio et Lisa Leeman
► Projection suivie d'un entretien/débat
(DVD en vente sur le stand H 1 Jupiter Films)

LES ANIMATIONS DE LA PLACE BASSE

Si le temps le permet, des démonstrations et initiations de Kinomichi, Qi gong, Nia®, Tambours chamaniques, Méditation Pleine Conscience, etc... seront organisées en extérieur, sur la Place Basse du Salon Zen.

Jeudi 29 septembre

12h **Dança Vida, une danse naturelle et spontanée.**

Exprimez qui vous êtes dans la danse.

Caroline Lecouturier

13h **Initiation à l'intorus, l'expérience sensorielle inédite qui connecte le corps et l'esprit**

Mélanie Marck

14h **Initiation au Taï chi style yang**

Hajder Mirsad

15h **Démonstration et initiation au Kinomichi**

Centre International de Kinomichi

16h **Danser sa vie grâce au Nia®, une approche du mouvement par le plaisir**

Régine Petit

17h **Méditation de Pleine Conscience**

Federico Dainin-Jôkô Procopio

Vendredi 30 septembre

13h **Démonstration et initiation au Kinomichi**

Centre International de Kinomichi

14h **Initiation au Qi gong taoïste**

Hajder Mirsad

15h **Danser sa vie grâce au Nia®, une approche du mouvement pour le plaisir**

Régine Petit

16h **Initiation à l'intorus, l'expérience sensorielle inédite qui connecte le corps et l'esprit**

Mélanie Marck

17h **Démonstration et initiation au tambour chamanique**

Gabriel Oko

18h **Dança Vida, une danse naturelle et spontanée.**

Exprimez qui vous êtes dans la danse.

Caroline Lecouturier

19h **Just Dance, dans le cadre de la Nocturne**

Loisirs Numériques

Samedi 1er octobre

12h **Démonstration et initiation au tambour chamanique**

Gabriel Oko

13h **Initiation au Taï chi style yang**

Hajder Mirsad

14h **Méditation de Pleine Conscience**

Federico Dainin-Jôkô Procopio

15h **Démonstration et initiation au Kinomichi**

Centre International de Kinomichi

16h **Danser sa vie grâce au Nia®, une approche du mouvement par le plaisir**

Régine Petit

17h **Initiation à l'intorus, l'expérience sensorielle inédite qui connecte le corps et l'esprit**

Mélanie Marck

18h **Sophro-concert**

Rouge Carmin

Dimanche 2 octobre

12h **Démonstration et initiation au tambour chamanique**

Gabriel Oko

13h **Initiation à l'intorus, l'expérience sensorielle inédite qui connecte le corps et l'esprit**

Mélanie Marck

14h **Méditation de Pleine Conscience**

Federico Dainin-Jôkô Procopio

15h **Démonstration et initiation au Kinomichi**

Centre International de Kinomichi

16h **Danser sa vie grâce au Nia®, une approche du mouvement pour le plaisir**

Régine Petit

17h **Sophro-concert**

Rouge Carmin

Lundi 3 octobre

12h **Danser sa vie grâce au Nia®, une approche du mouvement pour le plaisir**

Régine Petit

13h **Démonstration et initiation au Kinomichi**

Centre International de Kinomichi

14h **Démonstration et initiation au tambour chamanique**

Gabriel Oko

15h **Méditation de Pleine Conscience**

Federico Dainin-Jôkô Procopio

16h **Initiation au Qi gong de la spirale**

Hajder Mirsad

17h **Initiation à l'intorus, l'expérience sensorielle inédite qui connecte le corps et l'esprit**

Mélanie Marck

LES ATELIERS COMMUNICATION NONVIOLENTE

Ateliers en participation libre - Hall C Stand J 5 - J 7

Jeudi 29 septembre

CRISES ET METAMORPHOSES

- 11h-13h **Vers la sobriété heureuse en lien avec la CNV** - Renaud Anzieu
- 13h-15h **Entreprise : Quand efficacité rime avec humanité** - Florence Lamouret
- 15h-17h **La CNV, une voie pour accueillir et transformer la crise** - Jean-Luc Bermond
- 17h-19h **Trouver les ressources pour dépasser les crises** - Geneviève Bouchez Wilson, Godfrey Spencer

Vendredi 30 septembre

COUPLE

- 11h-13h **Vivre la CNV en cercle de parole H/F sur la masculinité et la féminité** - Pierre & Lilian Cobo
- 13h-15h **Le couple de parents et l'école** - Florence Lamouret
- 15h-17h **Se mêler de ce qui ne nous regarde pas** - Pascale Molho, Eliane Régis
- 17h-19h **Rester soi-même tout en étant avec l'autre** - Catherine Gunther
- 19h-21h **Choisir d'être heureux en couple** - Geneviève Bouchez Wilson, Godfrey Spencer

Samedi 1^{er} octobre

CONSCIENCE ET REALITE

- 11h-13h **L'essentiel est invisible pour les yeux... dit le chacal** -Véronique Alycia
- 13h-15h **Eclairer ses choix pour aller vers la légèreté de l'être** - Catherine Gunther
- 15h-17h **Présence à soi, présence au monde : le dessin d'observation** - Robert Greuillet
- 17h-19h **Effeuilier sa conscience comme un artichaut pour aller au cœur de soi** -Véronique Alycia

Dimanche 2 octobre

AMOUR, EMOTIONS, L'ART DU BIEN VIVRE ENSEMBLE

- 11h-13h **Déjouons ensemble les tensions en famille avec la CNV** - Nicole Bort
- 13h-15h **Pratiquer l'amour inconditionnel au quotidien** - Arnaud Chiffaudel
- 15h-17h **Oser vivre ses émotions : la rencontre de la CNV et du clown** - Istvan van Heuverzwyn
- 17h-19h **L'art de la célébration au service du mieux vivre ensemble** -Véronique Gaspard

Lundi 3 octobre

SOCIETE, EVOLUTION ET EDUCATION

- 11h-13h **Au-delà de la confrontation, vivre un militantisme apaisé avec la CNV** - Nathalie Achard
- 13h-15h **De l'autorité subie... au respect choisi** - Béatrice Ray
- 15h-17h **La CNV, au service de nos relations** - Alain Bourrut Lacouture



www.spas-expo.com