

# DOSSIER DE PRESSE



# ARTEMISIA

Votre salon Bio, Bien-être et Habitat sain

## MARSEILLE

PARC CHANOT - DE 10H À 19H

18-20  
OCTOBRE  
2019

## SE METTRE AU VERT SUR LE SALON ARTEMISIA !



[www.salon-artemisiam.com](http://www.salon-artemisiam.com)



CONTACT PRESSE : AGENCE ACCÈS PRESSE  
Anne Kramel  
06 25 45 01 00 - akramel@accespresse.fr  
Sylvie Tarquini  
06 24 28 57 47 - starquini@accespresse.fr





## SOMMAIRE

- **Communiqué de presse :** .....page 04  
**3 JOURNÉES DE RENCONTRES**  
**autour de l'écologie, du développement durable**  
**et du bien-être au naturel**
  
- **ALLER PLUS LOIN**  
**grâce aux conférences et animations** .....page 05
  
- **PRENDRE SOIN DE SOI ET DE LA PLANÈTE,**  
**c'est possible et fondamental** .....page 06
  - On opte pour une meilleure alimentation,  
basée sur des produits bio, sains et locaux
  - Soyez au rendez-vous !
  
- **LA PRISE DE CONSCIENCE zéro dechet** .....page 09
  - Des réflexes à adopter sur le salon  
si ce n'est pas déjà fait !
  - Et pour aller plus loin
  
- **ATTAQUER L'AUTOMNE** .....page 11  
**avec un maximum d'énergie !**
  - Prévention et soins
  - Pour renforcer son organisme
  - Hydratation : approvisionner sa peau en douceur
  
- **DÉVELOPPEMENT PERSONNEL :** .....page 13  
**des clés vers le mieux-être**
  - Les rendez-vous à ne pas manquer
  
- **SE TOURNER VERS LE NATUREL** .....page 15  
**pour l'entretien de sa maison, son jardin**  
**mais aussi sa garde-robe**
  - Une maison saine pour une meilleure santé
  - Une nouvelle idée de la mode
  - Les animations et jeux éthiques, artisanaux et  
écologiques à découvrir
  
- **INFOS pratiques** .....page 18

## ● **Communiqué de presse : 3 journées de rencontres autour de l'écologie, du développement durable et du bien-être au naturel**

Du 18 au 20 octobre, la 21<sup>ème</sup> édition du salon **ARTEMISIA** accueille au Parc Chanot (Marseille) 210 exposants provenant de différents univers (alimentaire, maison, mode, beauté, santé, développement personnel).

Prendre soin de soi, manger mieux, consommer bio, retrouver la forme, apprendre à se connaître, respecter l'environnement, privilégier les remèdes naturels... Des préoccupations en pleine progression, auxquelles le salon **ARTEMISIA** - positionné comme LE PLUS GRAND SALON BIO ET BIEN-ÊTRE DE LA RÉGION SUD PROVENCE ALPES-CÔTE D'AZUR - répond désormais depuis 21 ans par son authenticité et l'exhaustivité de son offre.

Alimentation bio, habitat sain, environnement, associations, jardinage, vacances nature et tourisme solidaire, développement personnel, mode, maison écologique, beauté, santé... **ARTEMISIA** voit grand car de plus en plus de personnes sont en quête d'une consommation plus responsable et bio. Pendant ces 3 jours, il permet de découvrir, expérimenter ou encore apprendre à changer votre mode de vie.

- **Découvrez les saveurs bio**
- **Dégustez grands crus et vins de pays bio**
- **Initiez-vous aux soins de beauté naturels**
- **Retrouvez la forme**
- **Evacuez votre stress**
- **Faites le plein d'énergie**
- **Alliez éthique et mode**
- **Cultivez votre jardin**
- **Préparez vos vacances natures et éthiques**
- **Agissez pour la planète**
- **Trouvez des solutions pour un habitat respectueux de l'environnement**

### **Du côté des nouveautés ...**

● **Les animations culinaires quotidiennes** avec des chefs et des recettes différents, proposés par *VegOresto*. Des rendez-vous à ne pas manquer, organisés chaque jour à 16h15 sur des recettes 100% végétales.

● **La Tiny House Provence.** Avec son ossature en bois et sa construction made in *La Roque d'Anthéron* (si, si !), elle dispose des mêmes normes qu'une maison classique et pourra être visitée pendant toute la durée du salon. Nul doute qu'un grand nombre craqueront !

● **L'espace parentalité** animé par *Mon Moment Magique* avec plusieurs ateliers bien-être pour éveiller les enfants de manière ludique au développement personnel.



## **DES ENGAGEMENTS 100% ÉTHIQUES !**

Afin de garantir à tous les visiteurs de rencontrer des exposants triés sur le volet proposant des produits bio, naturels et des services de qualité, le salon **ARTEMISIA** est soumis à la charte de sélection rigoureuse du Réseau ZEN & BIO. La charte complète est disponible sur le site internet du salon.



## ● Aller plus loin grâce aux conférences et animations

Plébiscitées sur chacune des éditions du salon, **LES 9 CONFÉRENCES EXPERTS**, basées autour des thèmes du bio, de la santé et du développement personnel ciblent des problématiques bien spécifiques et donnent des tas d'astuces pour trouver en soi les forces vives pour aller de l'avant et se protéger des agressions extérieures.

À ces conférences s'ajoutent plus de **90 CONFÉRENCES EXPOSANTS** pour découvrir et mieux comprendre les méthodes et les produits présentés sur le salon par les exposants ou des intervenants locaux....

**ARTEMISIA**, c'est aussi **48 ATELIERS BIEN-ÊTRE** qui permettent d'expérimenter la méditation, l'auto-hypnose, la manupuncture, la danse créative, le shiatsu... Une occasion unique pour tester ces techniques et de dialoguer avec des praticiens de bien-être.

Ou encore des **20 ANIMATIONS CRÉATIVES** pour goûter, tester, découvrir et mettre la main à la pâte ! A noter que les places étant limitées, une inscription 1h avant l'animation est à effectuer directement devant la salle.

C'est enfin **15 WORKSHOP BOUGEZ ZEN** pour découvrir une technique ou l'approfondir : Yoga, Qi Gong, Tehina, Tai Chi Chuan, Pilates, yoga de l'être, sophrologie parents/enfants. Workshops d'1h à 1h30 toute la journée et adaptés à chacun selon son niveau.



TOUTES LES INFORMATIONS SUR LE PROGRAMME COMPLET :  
[www.salon-artemisias.com/programme/](http://www.salon-artemisias.com/programme/)

## ● Prendre soin de soi et de la planète, c'est possible et fondamental

### On opte pour une meilleure alimentation, basée sur des produits bio, sains et locaux

Nouveaux aliments, modification du mode de vie, évolution des modes de consommation... Ce rapport différent à l'alimentation - qui touche la majorité des Français - s'accompagne de **changements d'habitudes alimentaires** pour mieux s'adapter à des préoccupations de plus en plus en lien avec **notre santé, notre environnement** ou encore l'impact social des produits que nous consommons.

#### ● L'ALIMENTATION ENGAGÉE EN ACHETANT LOCAL !

Manger local, c'est aller vers des **systèmes alternatifs** quant à l'approvisionnement, prendre conscience de l'importance du maintien de l'agriculture paysanne mais également de l'éthique vis-à-vis des animaux et de l'environnement. C'est aussi avoir la volonté de retrouver **l'authenticité et le bon goût des aliments** car ils sont consommés frais et de saison !



c'est fait  
chez  
nous

**FOURNIL DE BERNIS**  
13685 AUBAGNE CEDEX

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

Pains et viennoiseries préparés avec des farines issues de l'agriculture biologique et un levain naturel régénéré toutes les 24h.

c'est fait  
chez  
nous

**MAS DAUSSAN**

13200 ARLES

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

Producteur et transformateur de fruits biologiques (pommes, kakis, grenades, kiwis, baies de goji...)



#### ● LA MONTÉE DE L'ALIMENTATION GREEN

Le véganisme est désormais une réalité. Aux Etats Unis, 6% de la population s'identifie comme vegan, soit + 600% en trois ans. En France, seulement 2,5% des personnes sont végétariens ou végétariens, mais on compte désormais **1/3 de la population comme flexitarienne, soit 23 millions de personnes !**



c'est fait  
chez  
nous

**UP'N MIND ENERGYBALL**  
83840 BARGEME

Encas énergétiques vegan gluten free bio et crus. À base de fruits secs et fruits à coques. Fabriqués en France. 3 parfums au choix.

c'est fait  
chez  
nous

**LES JARDINS DE CIDAMOS**

13990 FONTVIEILLE

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

Conserves de légumes bio transformées à la ferme à partir des légumes cultivés sur place.



● **LE DÉVELOPPEMENT DES GAMMES POUR INTOLÉRANTS ET ALLERGIQUES**

La France connaît une véritable explosion du nombre d'allergies alimentaires. Près de 4% des adultes et 8% des enfants doivent ainsi surveiller leur assiette, l'unique solution consistant à bannir la consommation des aliments allergènes et à en favoriser d'autres. **Aujourd'hui, les produits sans gluten et sans lactose ont bel et bien trouvé leur place dans les rayons des magasins !**

c'est fait  
chez  
nous

**PERL'AMANDE**

04700 Oraison

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

Fabricant de purées de fruits secs, pâtes d'amandes, pâtes à tartiner, boissons végétales, barres vitalités sans lactose, sans gluten, végétarien et 100% bio, à base de fruits secs bio.



c'est fait  
chez  
nous

**LES SABLES DE PROVENCE**

04170 ANGLES

Biscuiterie artisanale 100% bio, sans gluten ni produits laitiers.



● **CONSOMMER DES PRODUITS SAINS...**

Les critères d'achat les plus importants sont de plus en plus les « sans » : sans additifs, sans arômes artificiels, sans colorants, sans pesticides nocifs pour l'organisme et la santé... Des critères qui s'appliquent également dans la **façon de préparer et de cuisiner les aliments** pour garder le maximum de leurs nutriments et vitamines.

-> Pour une boisson pétillante et acidulée à faire soi-même pour renforcer l'immunité de l'organisme

**COMBULLIA**

30270 ST JEAN DU GARD

[www.kombuchacombullia.blogspot.fr](http://www.kombuchacombullia.blogspot.fr)

Producteur du ferment du champignon Kombucha et fabricant de kits pour préparer soi-même cette boisson réputée « santé ».



-> Pour une cuisson saine et savoureuse

**L'USTENSILE DUROFRANCE**

93160 NOISY LE GRAND

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

Des ustensiles au concept unique pour une cuisson en basse température, sans vapeur et sans matières grasses.



● **... ET DES PRODUITS DE QUALITÉ**

Faire le choix du bio, c'est opter à la fois pour une alimentation saine et pour un comportement écoresponsable. **Véritable mode de vie**, il touche toutes les personnes qui souhaitent prendre soin de leur santé mais aussi de leur planète. Rien de mieux pour préserver les **qualités nutritionnelles** que des aliments avec une liste d'ingrédients la plus courte possible, garantissant ainsi le respect de leurs saveurs et leurs qualités nutritionnelles :



**UNE DOUCEUR BONNE POUR LA SANTÉ**

26400 CREST

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

Fabrication artisanale de chocolat bio sans lécithine, sans vaniline, sans lactose ni aucun produit laitier, sans gluten.

**DI FAUSONNE FOOD**

14053 CANELLI ITALIE

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

Truffes et huiles d'olives italiennes bio



## Soyez au rendez-vous...

**ARTEMISIA** met à votre disposition un programme ludique et varié de conférences et d'ateliers créatifs autour de la nourriture pour **goûter, tester, découvrir, apprendre et mettre la main à la pâte**. On s'inscrit vite à l'une des animations culinaires listées ci-dessous !



### [CONFÉRENCES]

#### Vendredi

**11h45**

*Comment avoir une alimentation saine ?*

Jean-Claude Berton

**15h30**

*L'incohérence nutritionnelle et les fléaux alimentaires à la base de la dégénérescence cellulaire : explications et solutions*

Luc Le Metaye-Landre

#### Samedi

**11h30**

*Les algues marines, aliments complets, alcalins épurateurs, une solution à l'acidité humorale et organique : explications*

Luc Le Metaye-Landre

**16h30**

*Les bases d'une bonne hygiène de vie avec la mono diète*

Christine Nagrel

**14h30**

*L'intestin : quoi faire pour qu'il nous protège et nous rende heureux, au lieu de nous empoisonner ?*

Renaud Richet

#### Dimanche

**11h30**

*Des épices dans notre cuisine : c'est bon pour la santé !*

Geneviève Martin-Callède

**11h45**

*Trouver votre alimentation sur-mesure avec la méthode 5Q basée sur la naturopathie*

Elodie Saldo

**15h00**

*Les additifs alimentaires : ceux qui sont sûrs, ceux qui ne le sont pas*

Anne-Laure Denans

**17h30**

*Quelle alimentation pour la santé de notre microbiote*

Marion Kap

### [ANIMATIONS CULINAIRES]

#### Vendredi

**10h15**

*Petits déjeuners healthy et de saison*

Elodie Saldo

**14h00**

*Les bases de la cuisine Saine - Vert la table*

**15h15**

*Dégustation de la boisson Kombucha et initiation à sa fabrication*

Daria Bailly

#### Samedi

**11h15**

*Le chocolat cru dans tous ses états*

Elodie Saldo

**12h45**

*Dégustation des vins du salon*

Benoit Jousot

**14h00**

*L'équilibre acido basique, troquer son alimentation acidifiante par une alimentation alcaline*

Jessica Rosa

#### Dimanche

**11h15**

*Manger sans gluten et sans lactose : du petit déjeuner au snack - idées recettes*

Jessica Rosa

**14h00**

*Nos goûters d'enfance sans GLO et avec IG bas*

Elodie Saldo

**16h30**

*Atelier des chefs VegOresto : Petits fours de saison sucrés et sans gluten - Instant V - Pâtisserie végétale*

## ● La prise de conscience zéro déchet

Plus qu'une prise de conscience contre la surconsommation, le zéro déchet est un **mode de vie plus écologique** et **respectueux de notre environnement** qui peut se mettre en place dans chaque geste de notre quotidien. Pas la peine de paniquer, chaque geste compte et peut faire économiser des kilos de déchets sur toute une année !

Le principal est de commencer doucement : chaque action, petite ou grande, peut influencer vers **une issue positive sur la planète et aussi sur notre porte-monnaie.**

### Des réflexes à adopter sur le salon si ce n'est pas déjà fait !...



#### UN TOTE BAG OU UN CABAS POUR LES COURSES

**EXIT** les sacs plastiques, on choisit le sac réutilisable.

#### SUR LE SALON

*le tote-bag pour être zen et bio toute l'année, à l'achat à l'entrée du salon.*



#### EMBALLAGES ALIMENTAIRES

**EXIT** l'aluminium ou la cellophane, on couvre nos aliments avec de l'emballage en cire d'abeille, un produit durable, réutilisable, respirant et 100% biodégradable.

#### EMBALVERT

**64130 IDAUX MENDY**

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

*Emballage alimentaire, biodégradable et sans plastique, ne générant pas le moindre CO<sub>2</sub> dans leur atelier.*

-C'EST-TENDANCE

#### UNE GOURDE

**EXIT** les bouteilles en plastique, on va au sport, au bureau ou en ballade avec sa gourde réutilisable. On préfère une gourde en acier inoxydable à une gourde en plastique ou en aluminium, susceptible de contenir des substances polluantes pour notre santé.



#### QWETCH

**89520 TREIGNY**

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

*Contenants en acier inoxydables nomades, isothermes, sains et durables pour manger, boire du café, du thé, de l'infusion.*

#### CONTENANTS EN VERRE

**EXIT** les emballages en plastique ou en carton. On privilégie le vrac pour les céréales, les pâtes, le riz, les épices...

#### SPICY BERRY

**36360 LUCAY LE MALE**

*Fruits secs déshydratés à basse température d'oléagineux crus, en vrac.*



EXIT

EXIT

### DU COTON LAVABLE

**EXIT** les disques de coton jetés quotidiennement. Pour se démaquiller, on utilise désormais des disques réutilisables et lavables.

### PLIM POSITIVE INTIMITÉ



79500 MELLE

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

*Solutions saines et naturelles pour l'intimité, le bien-être et la maison.*



### UN SHAMPOING ET UN SAVON SOLIDE

**EXIT** les flacons de shampoing et de gel douche. On passe au solide pour réduire ses déchets et en plus, on ne dépense pas l'eau contenu dans ces produits.

### LOUISE EMOI

81570 VIELMUR SUR AGOUT

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

*Fabricants de cosmétiques solides, naturels, zéro déchets, made in France, à la main.*

### UNE CUP MENSTRUELLE

**EXIT** les tampons jetables qui polluent l'eau, on passe à la cup réutilisable pendant 10 ans et sans produit chimique néfaste pour le corps.



### WEEK UP

72470 SAINT-MARS-LA-BRIÈRE

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

*Seule et unique coupe menstruelle pliable 100% fabriquée en France en silicone medical.*

COSMETIQUE



### DES PRODUITS D'ENTRETIEN MULTI-USAGE ET ÉCONOMIQUE

Plus besoin de multiplier les produits d'entretien, un seul suffit. Bye bye la surconsommation de bouteilles en plastique !

### SEL DÉTACHANT CADE

83640 PLAN D'AUPS SAINTE BAUME

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

*Indispensable à la maison, le sel détachant nettoie, détache, désodorise, détartre, assainit et blanchit.*

MAISON



### FILTRATION D'EAU

**EXIT** les bouteilles en plastique achetées en magasins. On privilégie les systèmes de filtration d'eau

à la maison, directement branchés sur le lavabo.

### EAURIGINELLE

83510 St ANTONIN DU VAR

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

*Propose des systèmes de filtration de l'eau complémentaires adaptables à tous les besoins de la maison, de la cuisine à la douche.*

c'est fait chez nous

## Et pour aller plus loin....

Sur **ARTEMISIA**, on apprend aussi à fabriquer ses cosmétiques et ses produits d'entretien, avec un programme très complet. Qu'on se le dise !

### [CONFÉRENCE]

Samedi 13h45

*Je suis responsable de l'eau que je bois.*

Thibault Gelyuckens

### [ANIMATIONS CRÉATIVES DIY]

Samedi 17h45

*Découvrir les vertus du bicarbonate.* Gagik Sakian

Dimanche 15h15

*Fabrication d'une huile de massage.* A little family

## ● **Attaquer l'automne avec un maximum d'énergie !**

Le changement de saison est souvent synonyme de fatigue, voire de déprime : le manque de lumière, la baisse des températures extérieures, une activité professionnelle ou scolaire intense et stressante fragilisent notre moral et notre organisme. Il est donc d'autant plus important de **prendre soin de soi pour affronter l'hiver** qui arrive, avec quelques bons gestes de prévention santé, des remèdes doux pour les petits maux, une alimentation équilibrée, et de quoi se vêtir chaudement et confortablement .

Bonne nouvelle ! **ARTEMISIA** a réuni une sélection de produits pour vivre sa santé en douceur et faire le plein d'énergie pour entamer l'hiver !

### Préventions et soins :

Le système immunitaire est le premier allié santé de notre organisme : il a en charge sa défense et sa réparation quand il est fatigué. C'est lui qui nous aide à lutter contre microbes, virus, coups de fatigue, maladies... Il est donc important de le garder plein d'énergie !

#### TOP 5 DES HUILES ESSENTIELLES DE L'AUTOMNE :

En inhalation, massage ou par voie orale, elles sont un atout pour passer le cap de l'automne et nous aide à protéger notre système immunitaire de manière naturelle.

1. **LE RAVINTSARA** : Protège des infections virales et stimule le système nerveux central pour rester positif
2. **L'YLANG YLANG** : Combat le stress et les insomnies
3. **LE TEA TREE** : Renforce les défenses immunitaires. Antibactérienne
4. **L'ÉPINETTE NOIRE** : Booste l'organisme et stimuler la concentration et la mémoire
5. **LA SARRIETTE DES MONTAGNES** : Anti-infectieux contre les virus respiratoires et digestifs

#### HUILES ESSENTIELLES

#### MARTINETTI

58290 SERMAGES

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

Botaniste d'huiles essentielles et de complexes d'huiles essentielles



#### 2 SUPERALIMENTS À NE PAS LOUPER :

Petites merveilles de la nature, les superaliments sont riches en nutriments, vitamines, minéraux, enzymes, oligaux-éléments et antioxydants naturellement présents. À découvrir sans modération pour profiter de leurs bienfaits au quotidien !

**LA GELÉE ROYALE** : sécrétée par les glandes des abeilles ouvrières, c'est une substance blanchâtre qui constitue l'alimentation des larves de la colonie jusqu'à leur 3<sup>ème</sup> jour et la nourriture exclusive de la reine durant toute son existence.

Dans le corps, l'action de la gelée royale fraîche participe à relancer le métabolisme et à améliorer les aptitudes physiques et intellectuelles.

**LE POLLEN FRAIS** : aliment issu de la fleur butinée par l'abeille et composé de multiples nutriments favorables à l'organisme, il est source de bien-être et de bonne santé. Il se conserve au congélateur ou au freezer. A consommer dès le petit-déjeuner. Le pollen est un fortifiant et un stimulant idéal pour bien commencer sa journée !

#### RUCHERS DE MAUBEC

38300 MAUBEC

[www.miels-des-abeillesbio.com](http://www.miels-des-abeillesbio.com)



## **Pour renforcer son organisme :**

Pour éviter de tomber malade dès l'arrivée de l'automne, combattre la fatigue saisonnière et une baisse de moral, il est important de booster son système immunitaire et de préparer son organisme aux changements de saison...



### **EN FAISANT LE PLEIN DE VITAMINES**

grâce à l'extraction de jus de fruits et de légumes pour prélever les vitamines, les nutriments et les enzymes.

**CARBEL**

**21000 DIJON**

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

*Extracteur de jus*



### **EN OXYGÉNANT UN MAXIMUM SON ORGANISME**

pour une meilleure production d'énergie et renforcer ses défenses anti-radicalaires.

**BOL D'AIR JACQUIER**

**71110 ARTAIX**

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

*Méthode d'oxygénation naturelle sans risques radicalaires*

## **Hydratation : apprivoiser sa peau en douceur**

Après l'été, il faut continuer à **prendre soin de sa peau** car l'hiver sera une période durant laquelle elle sera particulièrement agressée. L'hydratation est donc un geste **à adopter quotidiennement** pour éviter la sécheresse et les tiraillements causés par le froid. Toutes les peaux sans exception en ont besoin. **Hydrater sa peau** doit devenir un automatisme !

### **UNE HYDRATATION POUR TOUTE LA FAMILLE AVEC LE KARITÉ !**

**LBK LE LUXE AU NATUREL**

**63540 ROMAGNAT**

[www.lbk-karite.com](http://www.lbk-karite.com)

*Fabrication et vente de beurre de karité brut et produits naturels dérivés, lait, shampooing, baume, huile, gommage, argile*



### **POUR DES PIEDS ET DES MAINS TOUT DOUX**

pour une meilleure production d'énergie et renforcer ses défenses anti-radicalaires.

**LE PERE JEAN - ADN**

**75011 PARIS**

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

*Produits cosmétiques de luxe équitable. Coup de cœur pour la Crème des Pieds et des Mains aux huiles végétales et cire d'abeille pour retrouver une peau de bébé*



## ● Développement personnel : des clés vers le mieux-être

Comment découvrir le chemin du bien-être et de l'épanouissement de soi qui joue un rôle majeur dans la vie quotidienne comme dans le cadre professionnel? **Aujourd'hui, le développement personnel n'est plus réservé à quelques aficionados** mais se développe et se propage à une population ouverte à l'écoute. L'écoute de soi d'abord, l'écoute de l'autre ensuite! Il nous aide à **faire le point sur ses envies, ses besoins, ses projets**. Il nous porte vers une vie plus épanouie, qui nous correspond au mieux en nous donnant confiance en soi et envers les autres, nous recentrant sur nos opportunités plutôt que sur les obstacles.

**ARTEMISIA** vous guide pour activer cette écoute, la renforcer ou la découvrir tout simplement!



### OASIS VOYAGE

69460 SAINT LAURENT D'AGNY

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

Première agence de France à proposer des voyages 100% spécialisée dans les voyages en conscience, initiatiques et spirituels



c'est  
chez  
nous

### UN REGARD SUR SOI

83110 SANARY-SUR-MER

L'iridologie analyse votre iris afin de découvrir les forces et les faiblesses de votre organisme.



c'est  
chez  
nous

### HYPNOSE ET MEDITATION

13009 MARSEILLE

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

Pour apprendre à gérer ses émotions, libérer ses traumatismes, prendre confiance en soi.

### INSTITUT ADIOS

75020 PARIS

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

Pour arrêter toute addiction en général avec un coach spécialisé en thérapie brève intégrative de la méthode unique : ADIOS®



## Les rendez-vous à ne pas manquer

### L'ESPACE PARENTALITÉ :

Animé par *Mon Moment Magique*, cet espace propose des ateliers originaux pour éveiller les enfants sur le chemin du bonheur à travers diverses thématiques les émotions, la confiance en soi, les saisons, le rire, les animaux, les super pouvoirs, l'amitié, les couleurs.

Plusieurs pratiques sont utilisées (yoga, cercle de parole, respiration, démoulage...). Les enfants vivent un moment enchanté et ludique, dans lequel ils se détendent, s'amuse tout en ressortant avec des outils simples à utiliser à la maison, à l'école, seuls, avec leurs amis, pour être heureux dans leur quotidien !

*Ouverts également aux femmes, aux ados, aux duos.*

### L'ESPACE ART ET CRÉATION :

Une activité de créativité libre avec l'Art-thérapie pour « une autre façon de vous dire et de vous ressentir... »

Animé par *Yoanna Massart*, diplômée Certifiée d'Etat Registre RNCP Institut de Psychologie Appliquée PROFAC, cet atelier utilisera cette méthode de thérapie qui privilégie la création artistique comme support d'expression dédiée et vous invitera à faire escale sur des itinéraires subjectifs par le biais des matières et par l'éveil de votre imaginaire.

Un atelier pour se reconnecter à soi en pleine conscience le temps d'une peinture. Au fil des passages, une œuvre collective et à vocation éphémère prendra forme...

*Ouvert à tous. Aucune compétence technique, ni artistique n'est demandée.*

### [CONFÉRENCES]

**Vendredi**

**13h30**

*Avec la PNL, devenir l'auteur de sa vie, c'est facile !* - Isabelle Loire

**16h30**

*Le Lâcher Prise : les 6 phases d'accès* - Hélène Girardin

**Samedi**

**10h45**

*Libérez vos émotions et renaître à SOI* - Florence Illiano

**14h00**

*Trouver sa mission de vie avec le coaching intuitif* - Vanessa Mielczareck et Gilles Guyon

**17h30**

*Vous êtes votre propre guide* - Nasserine Réza

**Dimanche**

**10h45**

*De la séparation à l'ouverture du cœur (EFT - hypnose)* - Florence Illiano

**16h30**

*Comment décoder les situations, les problèmes matériels* - Gilles Guyon

**16h45**

*Retrouver et guérir son enfant intérieur afin de réveiller son thérapeute intérieur. La résilience* - Hélène Girardin

### [ATELIERS BIEN-ÊTRE]

**Vendredi**

**11h30**

*Cercle de femme* - Isabelle Thierry

**15h30**

*Aller vers la sérénité et la paix grâce aux constellations familiales* - Evelyne Lluch

**Samedi**

**11h30**

*Le référentiel de naissance : un miroir de soi* - Patricia Roux

**12h30**

*L'intégration somato - respiratoire. Les 12 stades de la guérison* - Céline Berengert

**18h00**

*Découverte de la méditation pleine conscience* - Mael Texier

**Dimanche :**

**14h45**

*Méditer facilement avec l'EFT et la cloche de cristal* - Florence Illiano

**17h45**

*Le pouvoir de l'écoute* - Emmanuelle Clouet

### [BOUGEZ ZEN]

*Pour découvrir et expérimenter des techniques d'aide à la détente du corps et de l'esprit*

**Vendredi**

**11h00**

*Yoga sur chaise* - Sophie Giusti, Zen&Harmonie

**14h00**

*Souffle et vibration ou l'usage des pranayama dans les postures* - Emilie Alibert

**Samedi**

**12h30**

*Pilates* - Nadège Picq - Studio Nai'A

**14h00**

*Découverte du yoga de l'être Adi Vajra Shaktiyoga* - Martine Coursan, Jean - Louis Hanoka, Sylvie Hanoka - Yoga Association Arbre de vie

**Dimanche**

**14h00**

*Découverte du yoga de l'être Adi Vajra Shaktiyoga* - Martine Coursan, Jean - Louis Hanoka, Sylvie Hanoka - Yoga Association Arbre de vie

**17h00**

*Sophrologie parents-enfants* - Anne Laure Leroyer

## ● Se tourner vers le naturel pour sa maison et sa garde-robe

### Une maison saine pour une meilleure santé

**Notre santé dépend aussi de l'endroit où nous vivons**, qui nous expose trop souvent à de nombreux risques. Des analyses récentes ont été réalisées dans des habitations par différents organismes (UFC, Que Choisir, Greenpeace...) et reprises par l'Observatoire de la Qualité de l'Air Intérieur. **Plusieurs centaines de polluants** ont été retrouvés dans l'air intérieur, formant un véritable cocktail chimique sans connaître, pour nombre d'entre eux, l'effet réel sur l'organisme humain en particulier les effets à long terme.

Les consommateurs sont donc plus vigilants et de plus en plus nombreux à changer leur mode de consommation pour se tourner vers des **produits verts** meilleurs pour la planète, notre santé et notre (bonne) humeur !

#### SOMMEIL NATURE

66300 ST JEAN LASSEILLE

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

*Pour s'assurer des nuits confortables et un sommeil sain et de qualité avec une literie 100% nature et écologique.*



#### DELPHIN FRANCE

88000 EPINAL

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

*Pour nettoyer l'air de la maison afin d'en retirer toutes particules en suspension (pollutions intérieures, acariens...).*



#### SOMMEIL NATURE

66300 ST JEAN LASSEILLE

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

*Pour s'assurer des nuits confortables et un sommeil sain et de qualité avec une literie 100% nature et écologique.*

Le bien-être dans notre maison passe également par de bonnes vibrations et une bonne répartition des énergies dans chaque pièce. Bien appliquée, la méthode Feng Shui influera sur le bien-être physique et psychologie des habitants d'une maison.



#### LTB FENG SHUI DESIGN

13109 SIMIANE COLLONGUE

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

*Pour aménager son lieu de vie vers les énergies qui nous sont favorables pour optimiser notre réussite et notre bien-être.*



## Une nouvelle idée de la mode

Porter des vêtements originaux et confectionnés responsablement, c'est possible ! Des créateurs audacieux et engagés le prouvent en présentant des pièces de qualité et **100% respectueuses de l'environnement**. Cuir vegan, coton bio, fibre recyclée, entreprises locales, marques issues du commerce équitable : nombreuses sont les options pour **renouveler sa garde-robe de manière écolo !**

### MATINS D'AVRIL LINGERIE FRANCAISE

42000 SAINT-ETIENNE

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

Douceur et poésie pour cette lingerie cocooning et féminine en matières biologique et naturelles, 100% fabrication française.



### COULEURS ENERGETIQUES

83470 ST MAXIMIN LA SAINTE BAUME

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

Foulards teints à la main avec des végétaux selon des méthodes anciennes.

### PIERRE DE LUNE

07110 LARGENTIERE

[www.facebook.com/bijouxpierredelune](https://www.facebook.com/bijouxpierredelune)

Toute la beauté des pierres semi-précieuses dans un bijou de qualité en pierres fines et argent 925/1000.



## Des animations et jeux éthiques, artisanaux et écologiques

Pour (re)découvrir des jeux en groupe ou passer un moment convivial et ludique en famille !



### ENVIES ENJEU

13400 AUBAGNE

[www.jeux-cooperatifs.com](http://www.jeux-cooperatifs.com)

Le plaisir de la rencontre, la joie du partage à travers des pratiques coopératives allant du jeu à la communication sans violence, à adapter dans tous les domaines de la vie et dans tous les lieux.

### ACB JEUX

45220 SAINT GERMAIN DES PRÈS

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

Créateur de jeux en bois pour réinstaurer la convivialité autour d'un jeu entre amis ou en famille.



### SOUND CIRCLE

84110 SABLET

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

Fabricant d'instruments de musique zen au son doux, harmonieux et apaisant, utilisé par les thérapeutes du son. Pour un intérieur apaisé (Hank Drums) comme pour un extérieur chantant (carillons à vent).





**Dans l'espace jardin**

Même en hiver, il est possible de profiter de son extérieur, de jardiner, de planter, de découvrir de nouvelles activités, ou tout simplement se détendre. **ARTEMISIA** met avant des exposants et ateliers qui vont vous faire encore plus aimer les belles journées ensoleillées d'hiver !



● ESPACE JARDIN & NATURE



**HEKO PERMACULTURE**

13008 MARSEILLE

[www.heko.farm](http://www.heko.farm)



Animations pour découvrir le jardinage écologique, l'agriculture urbaine et la permaculture apprendre à favoriser la biodiversité et à valoriser nos déchets.



**CULTURES PERMANENTES**

13004 MARSEILLE



[www.cultures-permanentes.com](http://www.cultures-permanentes.com)

Association qui propose des conceptions et réalisations de projets écologiques, ainsi que des formations en permaculture.



**ESPACE TINY HOUSE**

13640 LA ROQUE D'ANTHÉRON

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

Véritable petite maison en bois construite avec les mêmes normes qu'une maison classique écologique, la *Tiny House* a pour particularité d'être fixée sur une remorque routière qui offre la possibilité à ses habitants de déménager leur logement tout entier ! Pour ceux qui aiment changer de jardin à volonté...



**ASSOCIATION KOKOPELLI**

09290 LE MAS D'AZIL

[www.kokopelli-semences.fr](http://www.kokopelli-semences.fr)

Cette association distribue des semences potagères et aromatiques biologiques, libres de droit et reproductibles (non-hybrides). Elle invite à faire son propre jardin et à transformer les parcs paysagers inutiles en véritables garde-mangers citadins.

**ESPACE VANNERIE AVEC ART ET NATURE**

52500 PRESSIGNY - Céline Sciacqua

Ateliers enfants et adultes d'initiation à la vannerie d'osier et de plantes. Sensibilisation à la nature et à sa protection par le biais de l'art.

**ESPACE DÉTENTE AVEC SHOOKY**

74600 SEYNOD

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

Invitation à la détente et la relaxation avec des hamacs et hamacs-chaise en coton équitable et coton bio.



## ● Infos pratiques



- **DATE** du 18 au 20 octobre
- **PRIX D'ENTRÉE** 7€ sur place
- **TARIF RÉDUIT** 3€ pour toute inscription sur [www.salon-artemisias.com](http://www.salon-artemisias.com)  
Salon GRATUIT pour les demandeurs d'emploi, invalides, étudiants et enfants de moins de 12 ans. Stands, conférences et animations GRATUITS.
- **LIEU** Parc Chanot (Marseille)
- **HORAIRE** de 10h à 19h (dernière entrée 18h30)

### LES SERVICES VISITEURS ARTEMISIA

- **BOUTIQUE EN LIGNE :**  
Commandez sur la boutique en ligne du salon ([www.sevellia.com](http://www.sevellia.com)) et retirez vos achats sur place.
- **LIVRAISON GRATUITE** à la voiture pour les gros achats.
- **VESTIAIRE** 2€
- **CONSIGNE** gratuite pour les achats du salon
- **SACS EN COTON BIOLOGIQUE** 3€
- **ACCUEIL VISITEURS** programmes, plans, renseignements à l'entrée du salon
- **RESTAURATION BIO** sur place

### LE RÉSEAU ZEN & BIO

Le réseau Zen & Bio est le plus grand réseau de salons bio et bien-être en France. Il rassemble 11 événements installés durablement au sein des régions et en Belgique. Ils sont devenus des rendez-vous annuels attendus par un public local et fidèle en quête de modes de vie plus sains et de solutions de bien-être au naturel. Le réseau Zen & Bio, c'est la garantie de rencontrer des exposants triés sur le volet, et des professionnels sélectionnés pour vous fournir des produits garantis biologiques, des cosmétiques naturelles et des services de qualité. Découvrez des secteurs variés : alimentation et vins bio, mode et artisanat, tourisme, beauté et bien-être, développement personnel, habitat sain, etc. Ici, les éco-citoyens engagés aussi bien que les curieux à la recherche de nouvelles solutions durables, trouveront chaussure à leur pied.

### SPAS ORGANISATION

SPAS Organisation est le plus grand organisateur en France d'événements grand public et professionnels dédiés au bio, au bien-être, à l'art de vivre et au développement durable. SPAS Organisation totalise 27 manifestations : des salons bio, professionnel et grand-public à Paris et en région, des salons dédiés au bien-être et à l'art de vivre, des espaces tendances, ainsi qu'une place de marché en ligne.

- **LES SALONS BIO ET NATURE :** warjolaine (Paris), Nat expo (Paris, Lyon), Vivre Autrement (Paris), Naturally (Paris), Noël en bio (Paris), Vivez Nature (Paris), Permae (Paris)
- **LE RÉSEAU DES SALONS ZEN & BIO EN RÉGIONS :** Zen & Bio (Nantes, Angers, Tours, Bordeaux), Artemisia (Marseille), NaturaBio (Lille), Respire La Vie (Poitiers, Vannes, Rennes, La Rochelle), Vivez Nature (Lyon)
- **LES SALONS BIEN-ÊTRE ET ART DE VIVRE :** Bien-être Médecine Douce et Thalasso (Paris, Lyon, Marseille), Les Thermalies (Paris, Lyon), Zen (Paris), Saveurs des Plaisirs Gourmands (Paris), Mednat & AgroBIO Expo (Lausanne)
- **LES ESPACES TENDANCES :** SPAS révèle les tendances de demain et les met en lumière via des espaces dédiés : Bio & Vegan, ViniBio, Go Healthy, Le Rendez-vous de la conscience sur ses salons grand public.
- **SEVELLIA.COM :** site de vente de produits biologiques et naturels (375 marchands et 22 000 références)



