

# INFOS PRATIQUES

Entrée payante : 3 € par jour ou 5 € les deux jours incluant l'accès aux conférences et ateliers en continu et une participation à la tombola (lots offerts par les exposants).

# 20 ANS de Rencontres du Bio et des Solutions Alternatives

15-16 Mars 2025



## ANIMATIONS

Espace créatif et ludique pour petits et grands

### EN INTÉRIEUR

Créations en laine et végétaux • Fabrication de paniers en rotin et arbre à souhaits • Aquarelle et dessins au crayon • Kamishibai

### EN EXTÉRIEUR

Le Boucho'lution : Atelier pédagogique animé par la CCGST  
Reconnaissance des plantes sauvages et comestibles • Découverte du Qi Gong • Yoga parents-enfants Communication animale

## HORAIRES D'OUVERTURE

SAMEDI 15 MARS

DE 10H À 19H

Tirage tombola 18h

DIMANCHE 16 MARS

DE 10H À 18H

Tirage tombola 17h

## COMPLEXE SPORTIF DES BLAQUIÈRES

834 ROUTE DES BLAQUIÈRES • 83310 GRIMAUD

Création : Ideogram Design • @Bio-Logiques - 2025 • Imprimé sur papier recyclé • Ne pas jeter sur la voie publique

## INFOS ET RÉSERVATIONS

Par email : [salongrimaud@bio-logiques.fr](mailto:salongrimaud@bio-logiques.fr)

Par téléphone : 06 32 82 65 86



SITE INTERNET  
[WWW.BIO-LOGIQUES.FR](http://WWW.BIO-LOGIQUES.FR)



SUIVEZ-NOUS  
[@ASSOCIATIONLAVIEAUTREMENT](https://www.facebook.com/ASSOCIATIONLAVIEAUTREMENT)



LES BLAQUIÈRES  
GRIMAUD

ENTRÉE : 3€



GRATUIT

pour les enfants jusqu'à 16 ans

## 70 EXPOSANTS

RESTAURATION BIO • CONFÉRENCES ATELIERS  
PARTICIPATIFS • ANIMATIONS ENFANTS • GRATIFÉRIA

le Mensuel  
MAGAZINE - SITE - APPLICATION



ici  
Provence



SITE INTERNET  
[WWW.BIO-LOGIQUES.FR](http://WWW.BIO-LOGIQUES.FR)



SUIVEZ-NOUS  
[@ASSOCIATIONLAVIEAUTREMENT](https://www.facebook.com/ASSOCIATIONLAVIEAUTREMENT)



## PROGRAMME

### SAMEDI 15 MARS • CONFÉRENCES & ATELIERS

CONFÉRENCE  
10h15

**La Botanique Médicale « Dictionnaire affectif des plantes »** Depuis 40 ans, le Dr Vial relance l'intérêt pour les plantes médicinales utilisées en phyto-aromathérapie et en homéopathie. Pour cela il propose la découverte de l'impact affectif des plantes sur un organisme humain redéfini. - **Docteur Bernard Vial • Médecin homéopathe et botaniste**

ATELIER  
10h15

**Astrologie et équilibre de vie.** L'astrologie est plus qu'un outil : Comment la connaissance de son thème de naissance et de sa révolution solaire peut aider au quotidien dans ce monde actuel. - **Coralie Rubini • Astrologue**

ATELIER  
10h30

**Découverte botanique et plantes sauvages (en extérieur).** Découverte botanique et plantes sauvages comestibles et utiles autour du gymnase des Blaquières. - **Eric Escoffier • Formateur et consultant**

CONFÉRENCE  
11h15

**Travailler autrement : prévenir les douleurs, gérer son énergie et booster sa vitalité naturellement.** Comment intégrer les 6 éléments fondamentaux de la santé – mouvement, respiration, alimentation, pensées, émotions et récupération – pour retrouver un équilibre durable et travailler autrement. - **Sébastien Doudon • Kinésiothérapeute**

ATELIER  
11h15

**Atelier Breathwork animé par Ulrika « Une Pause pour Soi ».** Comment retrouver un calme intérieur et réduire son stress grâce à un outil efficace et simple : votre respiration ! Venez tester la sensation de légèreté et d'apaisement que le Breathwork peut vous amener en seulement 15 minutes.

CONFÉRENCE  
12h15

**Découvrez les secrets d'une alimentation équilibrée.** Au cœur de l'équilibre alimentaire se trouvent les acides gras oméga-3 et oméga-6. Comprendre leur importance et comment les consommer en équilibre est essentiel pour notre bien-être global. - **Michelle de Greef • Biologiste / Patricia Sorel • Coach de vie**

ATELIER  
12h15

**Les émotions de mon enfant, un voyage au pays des Fleurs de Bach.** À travers ce voyage, nous découvrirons les bienfaits des Fleurs de Bach pour accompagner les petits vers plus de sérénité. - **Gwenola Nommas • Naturopathe**

CONFÉRENCE  
13h15

**« Je suis responsable de l'eau que je bois ».** À l'occasion de la sortie du livret au nom éponyme, son auteur vous propose son aide à y voir clair dans les raisons de filtrer votre eau et la jungle des systèmes tous "meilleurs" les uns que les autres. - **Thibault Gelyckens Eauriginelle**

ATELIER  
13h15

**Les bienfaits de la lactofermentation sur la santé.** Petite conférence sur les bienfaits de la lactofermentation et comment les réussir à coup sûr ? - **Valérie Garcin • Corps en Cœur**

ATELIER  
14h00

**Atelier Qi Gong en extérieur.** - **Stéphane Rambert (Sophro Dao)**

CONFÉRENCE  
14h15

**Alimentation Anti Inflammatoire.** Les principes d'une santé saine par le réajustement de son alimentation. L'hygiène alimentaire renforce les défenses de l'organisme. - **Isabelle Coulon • Naturopathe**

ATELIER  
14h15

**Des soins naturels pour la peau.** Comment utiliser les eaux florales et les huiles de soin à base de plantes locales pour la peau et se passer des cosmétiques du commerce. - **Catherine Latil • Herbaliste • Membre AFC**

ATELIER  
14h30

**Minis communications animales (en extérieur).** Prenez rdv pour écouter ce que pense vraiment votre animal (sur photo ou avec lui). Tél. : 06 52 289 289. - **Géraldine Genre • Communicatrices animales / Shaina Lebeau • Formatrice**

CONFÉRENCE  
15h15

**Permaculture et systèmes régénératifs (partie 1).** Produire en abondance et surmultiplier la biodiversité même en climat aride et chaud. Lois des systèmes naturels et principes fondamentaux des systèmes régénératifs : Sol, fertilité, eau, climat, érosion, sécheresses, inondations, etc. - **Eric Escoffier • Formateur et Consultant**

ATELIER  
15h15

**Réflexologie palmaire selon la MTC.** Notre corps exprime ce que nous vivons et ressentons, la réflexologie palmaire, en stimulant certaines zones du corps, est une solution. - **Michelle de Greef • Réflexologue**

ATELIER  
16h15

**Atelier EFT de libération émotionnelle.** Comprendre la technique de libération des émotions à travers 2 techniques dont une pour la gestion d'une émotion liée à un souvenir. - **Christine Baudon • Sophrologue**

CONFÉRENCE  
16h30

**La gemmothérapie, un trésor pour notre vitalité.** La gemmothérapie, ou science des bourgeons, véritable trésor pour notre vitalité, par une herboriste paysanne passionnée. - **Delphine Maillard • L'Herborie**

ATELIER  
17h15

**Les blocages émotionnels, freins à votre développement personnel et professionnel.** Un atelier dédié à la libération des blocages émotionnels et psychologiques qui entravent l'épanouissement personnel et professionnel. Retrouver confiance en soi et équilibre intérieur. - **Julie Doulet • Naturopathe et Coach**

CONFÉRENCE  
17h30

**« Je ne chuchote pas à l'oreille des animaux, je les écoute »** Pourquoi communiquer par télépathie avec vos animaux ? Comment ça fonctionne concrètement ? Qu'ont-ils à nous dire ? Comment les animaux communiquent entre eux ? - **Shaina Lebeau • Formatrice en communication animale**

18h30

Fin du salon

## PROGRAMME

### DIMANCHE 16 MARS • CONFÉRENCES & ATELIERS

CONFÉRENCE  
10h15

**Science affective et cerveau : une nouvelle hypothèse pour la conscience ?** Présentation d'une « médecine affective » : Peut-on longtemps encore feindre d'ignorer l'influence de « l'affectif » sur la santé ? - **Docteur Bernard Vial • Médecin homéopathe et botaniste**

ATELIER  
10h15

**La relaxation intuitive pour apaiser les tensions.** Cet atelier guidera les participants à travers un voyage sensoriel alliant respiration, visualisation et relâchement des tensions corporelles. Il permet d'apaiser le mental, d'alléger les tensions physiques et de retrouver une sensation de bien-être immédiat. - **Jessica Cairon • Somatothérapeute**

ATELIER  
10h30

**Découverte botanique et plantes sauvages (en extérieur).** Découverte botanique et plantes sauvages comestibles et utiles autour du gymnase des Blaquières. - **Eric Escoffier • Formateur et consultant**

ATELIER  
11h00

**Séance de yoga parents/enfants.** Séance initiation de yoga entre parents et enfants (en extérieur si le temps le permet). - **Stéphanie Lerat • Magic Yoga Kids**

CONFÉRENCE  
11h15

**La mort en lumière « n'ayant plus peur de mourir, je n'ai plus peur de vivre ».** Conférence/témoignage d'une expérience de mort imminente (EMI) et l'accompagnement en fin de vie suivi de la signature de son ouvrage. - **Catherine Proteau Coach • Nager dans le Bonheur**

ATELIER  
11h15

**Quand la faim cache notre lumière intérieure.** À travers des exercices d'écoute intérieure, des prises de conscience et des échanges, vous repartirez avec des clés pour transformer votre relation à la nourriture et à vous-même. - **Juliette Navarro • Coach en Alimentation**

CONFÉRENCE  
12h15

**« Je bâtis ma maison de façon saine et autonome ».** Jean-Luc accompagne les passionnés dans la conception de maisons saines et autonomes favorisant l'utilisation de matériaux écologiques et des approches durables. - **Jean-Luc Delafontaine • Formateur**

ATELIER  
12h15

**Présentation de l'oracle Aroma Zen issu des sagesses ancestrales.** Découvrez lors de cette mini conférence l'Oracle Aroma Zen, un outil puissant pour cheminer sur le Chemin de la Zénitude. Un tirage sera proposé aux participants. - **Isabelle Lemoine • Aromatologue**

CONFÉRENCE  
12h30

**Les bienfaits des jus sur la santé.** Atelier sur son stand : présentation de la marque Hurom. - **Isabelle Coulon • Naturopathe**

CONFÉRENCE  
13h15

**Troubles Dys et kinésiologie sous le point de vue d'une personne « Dys ».** Comment la kinésiologie peut accompagner les troubles spécifiques nommés « Dys », dont le nom débute ainsi : Dyslexie, Dysphasie, Dyspraxie, Dyscalculie, etc. - **Claire Balmeur • Energéticienne**

ATELIER  
13h15

**Apprendre à cuisiner céréales et légumineuses.** Comment cuisiner sainement et de manières savoureuses des légumineuses et des céréales oubliées, conseils culinaires proposés par **Bernadette de Mama Grana**

CONFÉRENCE  
14h15

**Thérapie Quantique et Guérison à distance.** Avancée sur les thérapies quantiques et la guérison à distance, le point de vue du guérisseur et du scientifique. - **Jean Pierre Navarro • Guérisseur / Victor Koujouarov • Chercheur, Physicien nucléaire**

ATELIER  
14h15

**Douce nuit pour les petits : les solutions naturelles.** Difficultés au moment du coucher ? Nuits agitées ? Cet atelier propose des solutions naturelles en aromathérapie et Fleurs de Bach pour aider les tout-petits à trouver un sommeil serein. - **Gwenola Nommas • Naturopathe**

ATELIER  
14h30

**Minis communications animales (en extérieur).** Prenez rendez-vous pour écouter ce que pense vraiment votre animal (sur photo ou avec lui). Tél. : 06 52 289 289. - **Géraldine Genre • Communicatrices animales / Shaina Lebeau • Formatrice**

ATELIER  
15h15

**Mieux me sentir dans mon quotidien en étant détendu.** Apprendre à relâcher les tensions dans tout son corps pour y installer de la détente. Mouvements de relaxation dynamique, techniques de respiration et de visualisation. - **Valérie Tromp • Sophrologue**

CONFÉRENCE  
15h30

**Violences relationnelles et harcèlement : comment s'en sortir ?** Une conférence interactive pour comprendre les mécanismes, reprendre du pouvoir sur ses relations et découvrir des stratégies concrètes pour agir autrement. Parce qu'on n'est pas venu sur Terre pour subir, mais pour s'épanouir. - **Sylvie Thaon • Coach et thérapeute**

ATELIER  
16h15

**Art thérapie et équilibre intérieur.** Après quelques respirations et un petit voyage olfactif, chaque participant se lance sur une peinture avec ou sans "outils" Une fois le voyage terminé vous serez invité à prendre de la hauteur ou du recul sur votre création afin que la magie opère. - **Christelle Kamerer • Art Thérapeute**

CONFÉRENCE  
16h30

**Permaculture et systèmes régénératifs (partie 2).** Produire en abondance et surmultiplier la biodiversité même en climat aride et chaud. Lois des systèmes naturels et principes fondamentaux des systèmes régénératifs : Sol, fertilité, eau, climat, érosion, sécheresses, inondations. - **Eric Escoffier • Formateur et consultant**

18h30

Fin du salon