

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).



ANIMATIONS

Espace créatif et ludique pour petits et grands

EN INTÉRIEUR

Nico et les P'tits Ecolos – Balade sonore – Fabrication d'épouvantails – Atelier sculpture – Aquarelle – Créations en cuir – Conférences et Ateliers

EN EXTÉRIEUR

Food Truck – Pépiniéristes – Qi Gong
Espace restauration couvert

HORAIRES D'OUVERTURE

SAMEDI 21 FÉVRIER

DE 10H À 19H
Tirage tombola 18h

DIMANCHE 22 FÉVRIER

DE 10H À 18H
Tirage tombola 17h

COMPLEXE SPORTIF DES BLAQUIÈRES

834 ROUTE DES BLAQUIÈRES • 83310 GRIMAUD

Création : Ideogram Design • @Bio-Logiques - 2026 • Imprimé sur papier recyclé • Ne pas jeter sur la voie publique

INFOS ET RÉSERVATIONS

Par email : salongrimaud@bio-logiques.fr

Par téléphone : 06 32 82 65 86



SITE INTERNET
WWW.LAVIEAUTREMENT.ORG



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

21 de Rencontres du Bio et ANS des Solutions Alternatives

21
-
22
Février
2026



LES BLAQUIÈRES
GRIMAUD

ENTRÉE : 3€



GRATUIT
pour les enfants jusqu'à 16 ans

60 EXPOSANTS

RESTAURATION BIO • CONFÉRENCES • ATELIERS
PARTICIPATIFS • ANIMATIONS ENFANTS



SITE INTERNET
WWW.LAVIEAUTREMENT.ORG



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

PROGRAMME

SAMEDI 21 FÉVRIER • CONFÉRENCES & ATELIERS

CONFÉRENCE
10h15

Huile de Marula, un trésor de Namibie. Issue du nord de la Namibie, c’est l’histoire d’une alliance avec les femmes des villages qui extraient les graines à la main des fruits d’un arbre appelé Marula. La mission IFA (Impact For Africa) donne la priorité au bien-être de notre planète, des communautés de femmes et des populations. – **Odile Morin • Représentante en France de «Impact 4 Africa»**

ATELIER
10h15

Astrologie et équilibre de vie. Sur les changements planétaires important de 2026 et leur impact : neptune et saturne en bélier, uranus en gémeaux, jupiter en lion, des rétrogradations mercure, uranus, chiron et les éclipses. La lecture et la connaissance de son thème de naissance et de la révolution solaire impactent son quotidien. – **Coralie Rubini • Astrologue**

CONFÉRENCE
11h15

La Méthode Poyet, méthode de soin holistique. Issue de l’ostéopathie, la pratique Poyet est une approche précise, holistique et non intrusive, agissant en profondeur sur l’ensemble des systèmes du corps. En libérant les structures, les flux se réactivent et l’organisme retrouve son équilibre, dans une démarche de traitement et de prévention. – **Laetitia Berton • Praticienne en méthode Poyet**

ATELIER
11h15

Méthode Louise Hay. Vos pensées façonnent votre vie. Votre corps et vos expériences sont le reflet de vos croyances intérieures. Et si vous choisissiez de penser autrement dès aujourd’hui ? – **Ulrika • Une Pause pour Soi**

CONFÉRENCE
12h15

La communication avec nos animaux et ses bienfaits. Outil intuitif, sensoriel, et télépathique, la communication animale est au service d’une meilleure compréhension des animaux, de notre impact sur leur bien-être et sur le nôtre. Les messages des animaux sont précieux et leur valeur est aujourd’hui inestimable pour leur foyer comme pour l’humanité. Dans la mesure où ils sont écoutés, ils impactent nos propres comportements, notre façon de vivre, la relation au Vivant. – **Françoise Anima • Communicatrice animale**

ATELIER
12h15

Savoir cuisiner les graines et légumes secs. Quelques conseils utiles pour accomoder et cuisiner les principales graines et oléagineux, pour une nourriture saine ! – **Bernadette • Mama Grana**

CONFÉRENCE
13h15

Alimentation vivante, un trésor pour la santé. Manger «vivant» qu’est-ce que ça signifie et comment l’intégrer facilement dans notre quotidien. – **Valérie Garcin • Cœur en Corps**

ATELIER
13h15

Les Fleurs de Bach, soutien émotionnel. Présentation et utilisation des principales Fleurs du Docteur Bach. – **Baya Kraiba • Conseillère agréée en Fleurs de Bach**

CONFÉRENCE
14h15

La numérologie stratégique et son importance sur le quotidien. Un art de 2500 ans affiné par Lydie Castells avec cette dimension stratégique qui aide à la prise de décision. Un outil génial de connaissance de soi qui nous fait comprendre quels sont nos besoins fondamentaux et pour quoi nous sommes faits. Lors de cette conférence, vous découvrirez votre objectif de vie et celui de vos proches... – **Sylvie Pecqueur • Numérologue**

ATELIER
14h15

Les plantes du «mieux-être» émotionnel. Les Plantes alliées de choix dans le développement personnel, elles accompagnent chaque moments forts de nos vies. Comment choisir celles qui nous conviennent ? – **Julie Doulet • Naturopathe et formatrice**

CONFÉRENCE
15h15

La gemmothérapie, un trésor pour notre vitalité. La gemmothérapie, ou science des bourgeons, véritable trésor pour notre vitalité, utilisation et confection – **Béatrice Hospital • Au Laurier Bleu**

ATELIER
15h15

Respirer mieux, vivre mieux. Découvrez comment la respiration nasale et diaphragmatique peut transformer votre énergie, réduire votre stress et améliorer votre santé au quotidien. Au cours de cet atelier, vous pourrez expérimenter des techniques simples de respiration pour ressentir immédiatement leurs bienfaits. – **Aurélie Odette • Coach en respiration diplômée de la Breathing Academy**

CONFÉRENCE
16h15

Dentisterie holistique : Les dents, reflet de notre psychisme. Au travers de la déglutition de jour comme de nuit, que l’on soit éveillé ou endormi, la bouche nous ramène dans un équilibre optimum permettant la régénération de notre système nerveux, de notre système endocrinien. Une bouche équilibrée nous permet de retrouver un bien-être physique et psychique naturel, nous donnant les clés du bon fonctionnement du corps, tant au niveau physique, énergétique, psycho émotionnel, quantique, spirituel. – **Marie Solange Raymond • Dentiste • Auteur du livre «la bouche, clé de notre santé et de notre bien-être»**

ATELIER
16h15

Shiatsu animalier. le Shiatsu est une pratique holistique issue du Japon. Vous comprendrez ses bienfaits sur les animaux et l’interdependance avec leur propriétaire. D’où l’importance de l’écoute de son animal de compagnie. – **Stéphane Valette • Praticien Shiatsu**

CONFÉRENCE
17h15

La conscience somatique – Le corps comme espace de transformation . Ce qui ne s’exprime pas, s’imprime. Le corps garde tout : les chocs oubliés, les gestes jamais reçus, les mots jamais dits. La conscience somatique nous invite à éclairer ces mémoires incorporées pour mieux nous en libérer. Conférence participative avec pratique guidée. – **Céline et Gabriel • La Voie des Mages**

ATELIER
17h15

Les bienfaits des arbres sur la santé. Les arbres ont un véritable impact sur notre santé, à la fois physique et mental, oui mais, comment ça marche exactement ? Et pourquoi parle t’on de «thérapie par les arbres» ? – **Sylvie Moyroud • Guide «bain de forêt»**

18h30 Fin du salon

PROGRAMME

DIMANCHE 22 FÉVRIER • CONFÉRENCES & ATELIERS

CONFÉRENCE
10h15

Les Constellations familiales. Comment sont nées les constellations familiales. Quel est leur champ d’action, qui peut être constellé, comment se déroule une séance, quel est le rôle du constellateur ou constellatrice et quelles sont les responsabilités de chacun dans une constellation. – **Lydie Anthouard • Constellatrice**

ATELIER
10h15

Atelier Breathwork. Comment retrouver un calme intérieur et réduire son stress grâce à un outil efficace et simple : votre respiration ! Venez essayer la sensation de légèreté et apaisement que le Breathwork peut vous amener, juste en 15 minutes. – **Ulrika • Une Pause pour Soi**

CONFÉRENCE
11h15

«Je suis responsable de l’eau que je bois». Tour d’horizon de la qualité de l’eau en France et sur la planète. Quelles solutions existent ?... L’importance du pourquoi réfléchir et cheminer vers une solution autonome ! – **Thibault Geluyckens • Eauriginele**

ATELIER
11h15

Les Fleurs de Bach, soutien émotionnel. Présentation et utilisation des principales Fleurs du Docteur Bach. – **Baya Kraiba • Conseillère agréée en Fleurs de Bach**

CONFÉRENCE
12h15

Arrêter de se trahir pour être acceptable. Nous avons appris à nous adapter : en souriant quand ça ne va pas, en tenant quand c’est trop, en faisant «ce qu’il faut». Cette conférence met en lumière le coût réel de cette sur adaptation : fatigue, stress, culpabilité, burn out, perte de clarté et de puissance intérieure.... – **Pauline Duplenne • Kinésiologue**

ATELIER
12h15

«Consteller pour mieux s’orienter». Une découverte des constellations systémiques et symboliques comme outil d’orientation personnelle et professionnelle. – **Nathalie Pascaud • Coach facilitatrice en leadership**

CONFÉRENCE
13h15

ECOLIEU du PONT. «Cultiver ensemble la résilience et la solidarité alimentaire». Une discussion avec Jean-Ronan Le Pen, Fondateur et Président de l’Ecolieu du Plan du Pont (Hyères). – **Jean-Ronan Le Pen • Fondateur**

ATELIER
13h15

Shiatsu animalier. Le Shiatsu est une pratique holistique issue du Japon. Vous comprendrez ses bienfaits sur les animaux et l’interdependance avec leur propriétaire. D’où l’importance de l’écoute de son animal de compagnie. – **Stéphane Valette • Praticien Shiatsu**

CONFÉRENCE
14h15

Astrologie et équilibre de vie. Un entretien sur les changements planétaires important de 2026 et leur impact : Neptune et saturne en bélier, Uranus en gémeaux, Jupiter en lion, des rétrogradations Mercure, Uranus, Chiron et les éclipses... Beaucoup de mouvement à venir ! – **Coralie Rubini • Astrologue**

ATELIER
14h15

Bien vivre les transitions hormonales. La naturopathie est un outil précieux pour bien vivre les transitions de vie, nos hormones rythmant tous nos moments forts, comment atténuer l’effet «yoyo» émotionnel ? – **Julie Doulet • Naturopathe et formatrice**

CONFÉRENCE
15h15

La thérapie marine antidouleur. La Thérapie Marine antidouleur et régénérative selon René Quinton, une eau de soin appelée aussi «Sérum de la Vie». – **Nathalie Lion • Praticienne en thérapie marine**

ATELIER
15h15

Art thérapie et équilibre émotionnel. l’Art intuitif comme outil d’harmonie du corps, des émotions et des pensées. Grace à de simples exercices vous apprendrez à décrypter vos émotions, et à mettre des mots sur les «maux. – **Christelle Kamerer • Art thérapeute**

CONFÉRENCE
16h15

La respiration Holotropique du Dr Grof. Inspirée de la respiration holotropique du Dr Grof, la respiration holotropique chamanique est un puissant outil de guérison émotionnelle. Par le souffle, la musique et un espace chamanique tenu, elle favorise de profondes libérations. – **Aurélie Odette • Chamane**

ATELIER
16h15

Les organites outils de soins vibratoires. Nous aborderons leur fonctionnement, leur utilisation, leurs bénéfices, entre physique et spiritualité. Nous verrons comment ces outils incarnés dans la matière viennent favoriser une atmosphère énergétique saine pour l’évolution et le développement du Vivant. – **Mikhaël • Art & Conscience**

CONFÉRENCE
17h15

Cultiver la paix avec la CNV. Communication Nonviolente®, un chemin vers la paix. Quand les mots ouvrent des fenêtres entre nous et les autres... – **Céline Ottria • Formatrice certifiée CNVC**

ATELIER
17h15

L’intelligence des arbres. Les arbres nous enseignent, au travers de leurs comportements, comment agir et se comporter vis-à-vis des autres... Prenons exemple sur leur façon de vivre. – **Sylvie Moyroud • Guide «bain de forêt»**

18h30 Fin du salon



En continu : Atelier Nico et les p’tits écolo – sur son stand
14h, 15h et 16h : Atelier fabrication d’épouvantails.
En continu : Balade sonore avec Medit et Son – (15 min par balade)



En continu : Atelier Nico et les p’tits écolo – sur son stand
14h, 15h et 16h : Atelier fabrication d’épouvantails.