

ATLANTIQUE ZEN

Thème : En pleine forme pour l'hiver

Du **11** au **13 Novembre**

Saint-Jean de Monts

Envie d'un
thé avec vue
sur la mer ?

WE Thalasso
à gagner !!

Laissez-vous
tenter par une
"Pause Zen"

Libérez vos envies !

www.saint-jean-de-monts.com





ATLANTIQUE ZEN

Thème : En pleine forme pour l'hiver

Du 11 au 13 Novembre

Saint Jean de Monts

VENDREDI 11 NOVEMBRE

CONFÉRENCES		ATELIERS : 8€ sur réservation à l'Office de Tourisme * à partir du vendredi 28 octobre		
GOLLY	AUDITORIUM			
10h				
10h30				
11h				
11h30				
12h	L'apithérapie, la beauté et le bien-être par les abeilles F. RIPOCHE	Le Dien Chan, technique moderne de réflexologie faciale H. ALVANITAKIS	Tao in fat A. ANDRIEUX	Développer sa capacité de détente par la sophrologie G. MABIL
12h30				Longe côte BASE NAUTIQUE
13h				
14h				
14h30				
15h	Trouver ses ressources intérieures pour guérir son cœur C. CHOPOT	La recette pleine forme en famille pour l'hiver E. CHAUVIN	Initiation à la méditation AS. BOUEDEC	Prévenir les maux de l'hiver par les huiles essentielles N. BEUCHARD
15h30				
16h	La sophrologie : ses bienfaits, ses atouts, son objectif E. TURCAN	Passez l'hiver en beauté L. CAILLÉ	Initiation à la méthode pilates V. COUROUX	Les 12 massages matinaux du Dien Chan H. ALVANITAKIS
16h30				
17h	La gébiologie, la science du bien dormir JC. OLLIVIER	Se soigner par les plantes pour prévenir les maux de l'hiver J. LABESCAT		Redonner sa juste place au corps C. FOLLAIN
17h30				
18h		Libérez le stress M. HENRY		
18h30				
19h				
19h30				
20h				



ATLANTIQUE ZEN

Thème : En pleine forme pour l'hiver

Du 11 au 13 Novembre

Saint Jean de Monts

SAMEDI 12 NOVEMBRE

CONFÉRENCES		ATELIERS : 8€ sur réservation à l'Office de Tourisme * à partir du vendredi 28 octobre		
GOLLY	AUDITORIUM			
10h				
10h30				
11h	La conscience multidimensionnelle F. GÉMARD	Redécouvrir le bicarbonate et notre amie l'ortie M. ESNAULT		Marche nordique
11h30				
12h	Comment cuisiner bio et pas cher ? N. BREGEON	La petite histoire des plantes dans la Grande Histoire J. LABESCAT	Yoga méditation A. GAULTIER	
12h30				
13h	Désordres osseux liés à l'émotionnel D. WILKIN			
13h30				
14h				
14h30				
15h	Numérologie créative pour une meilleure connaissance de soi N. BREGEON	Nous devons changer d'alimentation, nous sommes en danger ! L. LEMETAYER	Danse du papillon B. BIANCONI	Diffusion des huiles essentielles en prévention N. BEUCHARD
15h30				
16h	Vivre heureux en gérant ses émotions G. MABIL	L'activité physique le nouveau bien être ! A. DI SCALA	Sophrologie E. TURCAN	La grossesse en conscience : communiquer avec son bébé K. CHAUMONT
16h30				
17h		Comment prévenir du burn-out ? V. ALTARE		
17h30				
18h	Découverte de la culture amérindienne ASHUKAN			
18h30				

ATLANTIQUE ZEN

Thème : En pleine forme pour l'hiver

Du 11 au 13 Novembre

Saint Jean de Monte

DIMANCHE 13 NOVEMBRE

	CONFÉRENCES		ATELIERS : 8€ sur réservation à l'Office de Tourisme * à partir du vendredi 28 octobre	
	GOLLY	AUDITORIUM		
10h				
10h30				
11h	Créativité et spiritualité S. CADOREL			Body balance Fitnéo
11h30				
12h	Les bienfaits de l'aloé vera L. MAKOWSKI	Diététique énergétique chinoise de l'hiver JP. VIALLEFONT	Atelier relooking ce qui me grossit, ce qui me mincit A. TRAIN	
12h30				
13h				
13h30				
14h				
14h30	Comment bénéficier de l'action énergétique des cristaux et des minéraux ? H. ROUCHE	Ouvrez les yeux sur votre sommeil ! M. CHOLLEY ROULLEAU		Gérez vos pensées et vos ruminations par le mindfulness G. MABIL
15h			Chant du Cœur N. GEMARD	
15h30	Santé et saisons dans la tradition chinoise et cet hiver H. THORER	Quels probiotiques pour booster vos défenses immunitaires ? A. DI SCALA	Découverte de son chemin de vie N. GUILLAUME-TOSCANNE	Transformation quantique par la M2P E. GEINOZ
16h				
16h30				
17h	Augmentez l'efficacité de vos soins grâce à l'hypnose M. THIBAUD ARRIVÉ	Le bien-être commence chez vous C. DETCHEVERRY		
17h30				
18h				
18h30				

Conférences

Ateliers

En pleine forme pour l'hiver

- Alimentaire saine et diététique
- Produits de beauté et de bien-être
- Thérapies et développement personnel
- Massages bien-être, pratiques corporelles et énergétiques
- Phytothérapie, aromathérapie, alimentation saine
- Décoration et construction zen
- En pleine forme pour l'hiver

Exposants Salle Golly

1- SECRETS DES FEES

44400 Rezé
02 40 73 69 97
Soins biologiques et naturels en poudre à faire soi même

2 - SHIATSU REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

85160 Saint Jean de Monte
06 76 24 55 25
www.shiatsu-massagebienetre.fr
Shiatsu

3 - MAGNETISME MEDIUM

85800 Givrand
Béatrice 06 75 33 57 85
Christelle 06 70 49 00 58
Soins énergétiques, magnétisme

4 - ECHIRION

17110 Saint Georges de Didonne
05 46 06 76 72
www.echirion.fr
Produits de bien-être ostéo-articulaire

5 - RIAN'T Hubert

85150 Landeronde
02 51 34 26 07 - hubert.riant@orange.fr
Conseils en hygiène de vie

6 - GUERIN Sonia

85220 Commequiers
06 08 33 07 99
www.soniaguerin.fr
Peinture d'Ame, atelier peinture Intuitive

7 - CENTRE DE RESSOURCES CHALLANS

85300 Challans
06 22 31 73 79
Réflexologie plantaire, Sophrologie, pilates

8 - NATUR'ELIA

85220 Coex
06 98 56 02 78
www.hypno-mental.com
Hypnothérapeute

9 - DANIELSTONE

85220 Commequiers
02 28 10 56 08 - 07 50 40 57 13
www.danielstone185.fr
Soins avec les minéraux, drainage lymphatique, reflexologie plantaire

10 - CLÉS DE BIEN-ÊTRE

85300 Challans
06 70 63 69 10
www.clesdebienetre.vpweb.fr
Association de thérapeutes : thérapies naturelles et alternatives, développement personnel

11 - BODY NATURE

Laurence MERABET - 06 22 36 03 11
www.body-nature.fr/conseillère/laurence.merabet
Produits biologiques et écologiques (entretien, cosmétique, bien-être)

12 - LES CAHIERS DU MIEUX-ÊTRE

85310 La Chaize Le Vicomte
06 03 87 93 38
www.colettechopot.fr
Etre acteur de sa vie pour : transformer les blessures du cœur, découvrir ses richesses intérieures, déployer ses ailes pour avancer

12 bis - NATURA4EVER

85160 Saint Jean de Monte
06 18 97 41 08
www.natura4ever.com
Compléments alimentaires, spiruline, bio-dynamiseur d'eau



ATLANTIQUE ZEN

Thème : En pleine forme pour l'hiver

Du 11 au 13 Novembre

Saint Jean de Monts

13 - PRIMPTANIA

44270 Machecoul Saint Meme
07 78 12 50 50
www.primptania.fr
Elixir synergiques 100% bio certifié français,
rééquilibrant corporel de plantes Made in France

14 - BLONDEAU Thierry

24340 Vieux Mareuil - 09 66 96 51 14
Lunettes pour filtre lumière bleue ou
rééducation oculaire, bagues d'acupressures,
semelles d'acupressures

15 - BREGEON Nathalie NUMEROLOGUE

85190 Aizenay
06 28 98 16 46
www.bregon-coach-vie-restobio.fr
Numérologie, coaching, développement
personnel, accompagnement

16 - REFLEXOLOGIE PLANTAIRE

85300 Challans
06 87 50 74 37
www.reflexo-challans.fr
Réflexologie plantaire

17 - ECOLE VENDÉENNE DE FORMATION EN SOPHROLOGIE

85140 Les Essarts
02 51 62 94 04
www.ecolesophrologie-85.com
Formation professionnelle en sophrologie

18 - LETIKA AYURVEDA

44120 Vertou
02 40 58 72 77
www.letika.fr
Cosmétiques ayurvédiques

19 - TRICHOTHERAPY - STUDIO 46

85160 Saint Jean de Monts
02 28 11 47 90
www.coiffeur-energeticien.com
Coupe énergétique du cheveu,
trichothérapie

20 - HYPNOSE ET SHIATSU CHALLANS

85300 Challans
06 86 88 48 47
www.shiatsu-oxygene.fr
Hypnose, shiatsu, amma assis, reiki

21 - BEAUTY BAR INSTITUT

85160 Saint Jean de Monts
09 81 45 86 04
www.beautybarinstitut.fr
Institut de beauté, massages, produits
cosmétiques, ongles, maquillage

22 - AUX SAVEURS D'ELISE

85160 Saint Jean de Monts
02 51 26 90 21
Epicerie fine, thés et accessoires

23 - Aurélie TRAIN Relooking

85800 Le Fenouiller
06 30 18 23 31
www.aurelietrain.com
Conseils en image et relooking

24 - FREDERIC M

44270 Machecoul
Cosmétique française bien être,
aloé vera et karité

25 - NUMEROLOGIE KARMIQUE

Nathalie GUILLAUME TOSCANNE
85150 Sainte Foy
06 48 27 18 68
www.les-trois-joyaux-jimdo.com
Numérologie karmique, accompagnement,
connaissance de soi

26 - A L'UNISSON

85000 La Roche Sur Yon
02 53 88 99 53
Grossesse en conscience, reconnexion
évolutive

27 - BICARBONATE ORTIE MON AMIE

72220 Ecommoy
02 43 42 90 78 - 06 72 96 63 81
Bicarbonate alimentaire, ortie, pissenlit,
percarbonate

28 - BIEN ETRE - EQUILIBRE DE VIE

85160 Saint Jean de Monts
Martine Leveque - 06 08 09 29 26
Minéraux, cartes livres, pendules
Véronique Grenaille - 06 73 41 89 08
Reflexologie plantaire massage

29 - ASSOCIATION «GRAINE DE BIEN ETRE» ET CONSEIL AGREE FLEUR DE BACH

85270 Saint Hilaire de Riez
06 50 11 14 61
www.recherchedesoi.fr
Conseil agréé Fleurs de Bach, Yoga,
Sophrologie, Massages, Magnétisme

30 - THALASSO - SPA SAINT JEAN DE MONTS

85160 Saint Jean de Monts
02 51 59 18 18
www.thalasso.com
Centre de thalassothérapie

31 - PHYTOZEN

85280 La Ferrière
02 51 37 83 05
www.myrtile-et-compagnie.com
Baies séchées, extracteur de jus,
deshydratateur

32 - LA DÉTENTE

85710 La Garnache
06 29 36 63 08
www.la-detente-vrignaud.com
Institut massage bien-être

33 - CRISTAL DE VIE

24220 Beynac et Cazennac
06 83 06 17 38
www.cristauxetmineraux.fr
Cristaux et minéraux pour la lithothérapie
et la géobiologie, médecine de l'habitat

34 - ARTISANS DU NEPAL

17630 La Flotte
06 80 11 40 25
www.artisans-du-nepal.com
Bols chantants tibétains, bijoux et objets
culturels bouddhistes tibétains

35 - BASE NAUTIQUE Saint Jean de Monts

85160 Saint Jean de Monts
02 51 58 00 75
www.saint-jean-de-monts.com
Paddle, marche aquatique bien-être

36 - Béatrice PAILLARS / Corine ABDO

85150 Saint Georges de Pointindoux
Béatrice Paillard - 06 17 79 04 69
Corine Abdo - 06 64 57 51 42
www.corineabdo.fr
Béatrice : Naturopathe, chromothérapeute
Corine : Reiki, psycho énergie

37 - HYPNOSE SAJECE 85 - FORMATIONS

85170 Le Poiré sur Vie
06 26 89 15 88
www.formation-hypnose-sajece.com
Consultations hypnose

38 - COULEUR D'IRIS

86340 Aslonnes
06 43 72 41 93
www.couleursdiris.fr
Révélateurs de l'Être, créateurs de bien-être

En pleine forme pour l'hiver

- Alimentaire saine et diététique
- Produits de beauté et de bien-être
- Thérapies et développement personnel
- Massages bien-être, pratiques corporelles et énergétiques
- Phytothérapie, aromathérapie, alimentation saine
- Décoration et construction zen
- En pleine forme pour l'hiver

39 - BUCHER Chrystelle

85220 Saint Reverend
06 49 38 02 54
Sophro-analyse, magnétisme curatif, auteure

40 - CONSTRUCTEUR FENG SHUI

SCULPTEUR EMPREINTES DE VIE
49230 Saint Germain sur Moine
02 41 49 78 00
www.allianceconstruction.fr
Concevoir et construire des maisons
feng-shui, sculptures energetiques

41 - ANGÉLIQUE ANDRIEUX

ACTIVE SHIATSU FORMATION
44000 Nantes
06 16 04 12 92
www.active.shiatsu.formation.com
www.shiatsu-et-massage-bien-etre.com
Shiatsu

42 - LA LUMIERE EN TOI

44115 Basse Goulaine
06 62 67 05 83
Livres, pendules, cartes, oracles,...

43 - LA BOUILLLOTTE MAGIQUE

85160 Saint Jean de Monts
06 64 14 93 10
Bouillottes à pastilles

44 - CHARROT Stéphanie

85160 Saint Jean de Monts
06 10 36 06 30
Coach sportif

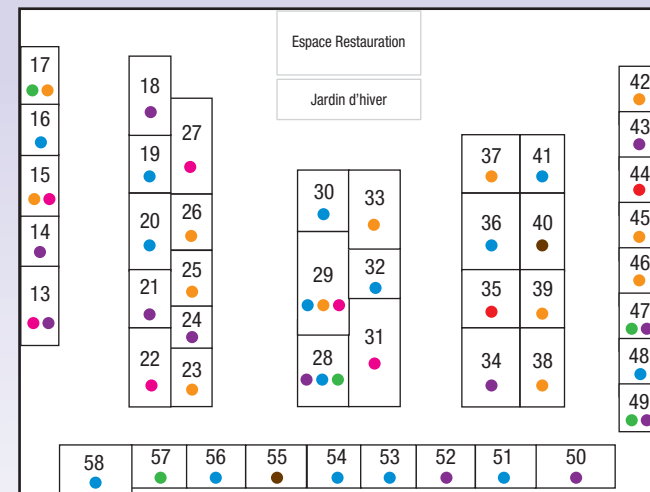
45 - ASHUKAN

85220 Apremont
02 44 36 85 81
www.ashukan.eu
Développement personnel par la sagesse
amérindienne, objets sacrés

46 - THÉRAPIE DE L'ETRE

85300 Challans
06 71 14 26 66
www.sophiecadorel.fr
Psychothérapie, coaching CréAction

Exposants Salle des Mouettes



47 - ALOE VERA - CHRISTINE LEROUX

44270 Machecoul
06 13 55 66 43 - 02 40 78 58 90
www.aloes44.fr
Produits à l'aloé vera, probiotiques

48 - MASSAGE SENSITIF ° C. FOLLAIN

44800 Saint Herblain
06 20 48 93 89
www.corps-et-langage.fr
Psycho-somatothérapeute méthode
Camilli, praticienne en Massage Sensitif®
de bien être

49 - AROMALAMP

63000 Clermont Ferrand
06 71 56 33 57
Diffuseurs d'huiles essentielles sans bran-
chements, produits au lait d'anesse, huile
de massage, aloé vera

50 - BOULADO

33770 Salles
06 43 97 49 11
www.boulado.com
Appareil de bien-être, santé et sport

51 - TRANSFORMATION QUANTIQUE

06 18 03 96 60 - 06 79 73 34 46
www.carine-rampillon.com/quantique-
avec-la-m2p

52 - ENERGETIX CARVALHO Marie

85800 Saint Gilles Croix de Vie
02 51 54 48 62
www.collection-emotion.energetix.tv
Accessoires, bijoux, patches

53 - OLLIVIER Jean-Christophe

85310 Nesmy
06 95 96 82 63
Bioénergie et géobiologie, méthode ACMOS
54 - ZENEIRICK
85800 Saint Gilles Croix de Vie
06 24 79 49 09
Kobido, massage du visage japonais

55 - Cre'Atelier by N

85710 La Garnache
06 25 97 73 16
Bijoux, bougeoirs et décoration zen

56 - ZEN A VOUS

La Rochelle / Saint Sauveur d'Aunis
06 84 20 84 99
www.zenavous.com
Dien Chan

57 - BEEOSPHERE

28700 Sainville
06 31 67 93 10
www.bee-osphere.com
Conseils en apithérapie, la beauté
et le bien-être par les abeilles

58 - MENARD CREATIONS PISCINES ET SPAS

85800 Givrand
06 74 42 68 05
www.menardcreations.fr
Spas de la marque Jacuzzi
(distributeur exclusif en Vendée)

LA "PAUSE ZEN" *

Offrez-vous un moment de détente avec la **"pause zen"** : un RDV personnalisé avec un exposant pour 6€ ! (sur réservation à l'Office de Tourisme à partir du vendredi 28 octobre)

Pass Beauté

- J'apprends à connaître ma peau (15 min)

Pass Conseil

- Chromathérapie (20 min)

- Utilisation des huiles essentielles (20 min)

Pass Détente

- Modelage des mains (10 min)

- Massage du cuir chevelu (10 min)

- Modelage relaxant (30 min)

- Massage amma assis (20 min)

- Réflexologie plantaire (20 min)

- Lumino relaxation (15 min)

- Massage énergétique (20 min)

- Magnétisme curatif (30 min)

- Fleurs de Bach (30 min)

- Bain sonore multidimensionnel (20 min)

- Soins énergétiques ou message de l'âme (30 min)

- Soins Reiki (30 min)

- Massage shiatsu (15 min)



(*valable uniquement le matin)

PROFITEZ ÉGALEMENT DU SALON POUR DÉCOUVRIR :

Notre bar à beauté

Envie d'une manucure ? d'une épilation des sourcils ?
Nos esthéticiennes sont là pour vous !

Notre salon de thé

Vous souhaitez faire une pause gourmande pendant votre visite ?
Venez découvrir notre salon de thé et sa vue sur la mer
avec le Salon des Desserts.



Notre espace restauration

Chaque midi, venez découvrir nos suggestions du jour élaborées à partir de produits frais et de saison (soupes, salades, plats chauds, desserts...) avec le Comptoir à Bocaux.
Formule à partir de 9€.

Et après le salon...

Ne râtez pas la conférence "Equilibre et santé au travail : les médecines alternatives comme outil de performance" le mercredi 16 novembre à 20h30 à Odyssea.

A Odyssea - Du vendredi 11 au dimanche 13 novembre - De 10h à 19h

Entrée : 3€ par jour par personne - Gratuit pour les moins de 12 ans - Restauration sur place

67, Esplanade de la Mer - 85160 Saint-Jean-de-Monts

Tél. : 0 826 887 887 (0,18€ TTC la min depuis un poste fixe)

www.saint-jean-de-monts.com