

# STANDS D'INFORMATIONS

## Prendre soin de soi autrement

Acupression, Acupuncture, Marche afghane, Massages bien-être, Réflexologie faciale, Palmaire et plantaire, Shiatsu thérapeutique, Tai Chi Chuan, Yoga, Ateliers bien-être, Coaching de vie, Fleurs de Bach, Hypnose thérapeutique, Massage Bols Tibétains, Programmation Neuro-Linguistique, Rêve Éveillé Libre, Sophrologie, Yoga du rire, Chromatothérapie®, Emotional freedom techniques, Kinésiologie, Reconnexion, Rhythmic movement training®, Shutaïdo, Biodanza, Gymnastique sensorielle et naturopathie, Méditation

## Grandir autrement

Aquagym prénatal, Brain gym, Coaching

parental et ateliers Filliozat, Éveil au mouvement, Yoga enfant, Yoga prénatal

## Vivre son espace autrement

Feng shui, Géobiologie, Magnétisme

## Se déplacer autrement

Aller à l'école à pied en s'entraînant

## Consommer autrement

Agriculture de proximité, Consommer local, Fabrication de produits bio et zéro déchet, Préserver l'environnement, Système d'échange local, Trier et recycler

## Manger bien et bon

Pâtisserie végétale

## Restauration sur place

## Les partenaires

Les associations : AMAP-La Brunoyse, Aquanatal, le GRATE, Locavor, Pédibus, SEL, Svāgatam Yoga et Culture, Lycée Louis Armand, Kriss Ka, Cosmetruck, La Ruche Éducative, Librairie Clément, L'Urna, Madeleine Aïme, MonAroma, Sophie Stroux, le SIVOM, La Daouzeg, Le Cousin Mouton, Histoires de fleurs, Orchidées du Val d'Yerres. L'association Transm'Être et tous les participants remercient la ville de Brunoy ses élus et ses agents pour leur investissement dans la réalisation de cet événement.

## Comment se rendre sur place ?

## Salle des fêtes et salles associatives

Impasse de la Mairie

Durant toute la durée du salon, les visiteurs pourront se garer gratuitement sur le parking extérieur du Parc de Stationnement Régional, situé Hameau Lachambaudie. L'entrée du salon se situe à 20 mètres du théâtre.



Conception - Tongui - Impression: Imprimerie BAS - 16 000 exemplaires - Janvier 2020 - ne pas jeter sur la voie publique

4<sup>e</sup> édition

# SALON VIVRE AUTREMENT

29 février  
et 1<sup>er</sup> mars  
2020  
à Brunoy

Samedi de 14h à 18h

Dimanche de 10h à 18h

Conférences, ateliers, démonstrations,  
rencontres, animations

Grandir autrement  
Prendre soin de soi autrement  
Vivre son espace autrement  
Se déplacer autrement  
Consommer autrement



**ENTRÉE LIBRE**

**SALLE DES FÊTES  
ET SALLES ASSOCIATIVES**

**IMPASSE DE LA MAIRIE  
BRUNOY**

**Samedi musique  
relaxante en live**

## Samedi 29 février

Toute l'après-midi :  
**Ambiance musicale relaxante en live**  
par Kriss Ka, compositeur-interprète

À 18h15 **Méditation collective :**  
**Comment peut-on aider sans souffrir ?**  
par Inspiri - David Sorin

### ATELIERS

**Shutaïdo :**  
**l'ancrage par le mouvement**  
par David Apruzzese - 14h30

**Trier et recycler : atelier Tawashi:**  
**une éponge zéro déchet (à partir de 12 ans)**  
par le SIVOM - 15h30

**Le Zéro Déchet, comment je m'y mets ?**  
**Je m'y mets tout de suite et je fabrique mon dentifrice ! (à partir de 6 ans)**  
Participation 5€ par ZD Créations Isabelle Delabarre - 16h30

### CONFÉRENCES

**Libérez-vous de vos mémoires ancestrales**  
par Dominique Vialle - 14h30

**L'Acupuncture : pour qui ? Pour quoi ?**  
par Dominique Paillol

Invité Acupuncteur diplômé de l'Institut de Médecine Traditionnelle Chinoise - 15h30

**Les enfants et les écrans**  
par Aurélie Laumont - 16h30

## SAMEDI ET DIMANCHE

### ATELIERS CRÉATIFS

Recycler, un jeu d'enfants ! Par Sophie Siroux  
- Construire son porte-monnaie en brique UHT (à partir de 7 ans) Participation 3€  
- Habiller sa bouteille de lait pour en faire un vase tendance Participation 5€  
(En continu - cycles de 15 à 20mn)

### MINI MASTER CLASS

Manger bien et bon  
par Madeleine Aime - Anaïs Moutte  
En continu (cycles de 20mn)

## Dimanche 1<sup>er</sup> mars

### ATELIER EXTÉRIEUR

**La Marche Afghane : Marcher n'est plus synonyme d'effort mais de source d'énergie**  
par Nathenpas - Nathalie Abballe **Départ 11h30 - Rdv 11h15 à l'accueil**

### ATELIERS

**Yoga du Rire : Venez rire joyeusement et retrouvez la forme !**  
par Anne Delfaut - 10h30

**Ose l'hypnose !**  
par Christopher Da Costa - 11h30

**Do In du Printemps**  
**Auto-massage Shiatsu**  
par Véronique Mansart - 12h30

**L'auto-ancrage PNL pour renforcer ses ressources**  
par Sepenya Rousselot - 13h30

### CONFÉRENCE DÉDICACE

**La pâtisserie végétale : quand l'alimentation alternative, responsable et durable allie gourmandise et bien-être**  
par Linda Vongdara

Invitée Cheffe pâtissière,  
présidente de l'Okara-école de pâtisserie végétale, formatrice en pâtisserie et auteur culinaire - 14h30

### ATELIERS PARENT/ENFANT

**Un moment magique en mouvement partagé entre jeunes enfants et parents (4-7 ans)**  
par Charlotte Miller - 14h30

**Yoga parents-enfants (5-9 ans)**  
par Bérengère Diochon - 15h30

**Dynamise tes apprentissages avec la Brain Gym : écriture et lecture (7-10 ans)**  
par Julie Dondon - 16h30

### CONFÉRENCES

**Kinésiologie Touch for health : Réactiver les capacités d'auto-guérison du corps**  
par Aude Gaspar - 10h30

**Le Rêve Éveillé Libre, une psychothérapie pas comme les autres**  
par Bernadette Fugier - 11h30

**Sublimer les joies quotidiennes**  
par Precious Prana - Jacqueline Oud - 12h30

**Les enfants et les écrans**  
par Aurélie Laumont - 13h30

**La Chromatothérapie® Méthode Agrapart**  
par Florence Trinh Van - 15h30

**Le bien-être en tout lieu grâce à la Géobiologie**  
par Stéphane Garczarek - 16h30

