

# le salon essentiel

bien-être & art de vivre

## Charnay-lès-Mâcon

Espace La Verchère

# 18 au 20 octobre 2019

### HORAIRES

- Vendredi 18 : 12h30-19h
- Samedi 19 : 10h30-20h  
(restauration-buvette jusqu'à 21h)
- Dimanche 20 : 10h30-19h

### TARIFS

- Entrée 1 jour : 3 €
- Pass 3 jours : 5 €
- Tarif réduit 1 jour : 2 €  
(Personnes avec handicap /  
en recherche d'emploi /  
étudiants de plus de 20 ans)
- Gratuit pour  
les moins de 20 ans

Ateliers

Santé

Initiatives

Bien-être

Conférences

Plaisirs gourmands

Conseils

CONTACT : 22 rue Lazare Carnot - 01000 Bourg-en-Bresse

06 30 43 73 93 - contact@lesalon-essentiel.fr

[www.lesalon-essentiel.fr](http://www.lesalon-essentiel.fr)

Mâcon  
Infos.com

Partenaire du  
Salon Essentiel

# Bienvenue au salon Essentiel !

Une invitation au bien-être pour vous seul(e) ou en famille. La promesse de 3 jours empreints de chaleur, d'instant cocooning. La perspective de découvertes, de rencontres, d'échanges, notamment à travers des conférences et des ateliers, des conseils prodigués par une belle équipe d'exposants heureuse de vous accueillir. Tout un programme !

## A savoir



### • LE COIN DES ENFANTS

Du petit bricolage, de la lecture... de quoi occuper vos enfants pendant que vous flânez sur le salon ou que vous assistez à une conférence ou à un atelier. **A partir de 4 ans. Gratuit.**

Vendredi : 17h - 19h, Samedi : 14h - 18h

Dimanche : 10h30-13h et 14h - 18h30

### • NOCTURNE

Samedi : nocturne jusqu'à 20h (espace buvette - restauration jusqu'à 21h)

• Consultez notre site pour d'éventuelles mises à jour du programme : [www.lesalon-essentiel.fr](http://www.lesalon-essentiel.fr)

## les ateliers ::::

Réservez votre atelier en envoyant directement un mail à l'intervenant. Paiement sur place.

### Vendredi 18 octobre

14 - 14h50 : Do in / yoga

Avec Anne Campo-Gacon

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)

15h - 15h50 :

L'ortho-bionomy : une ostéopathie douce à dimension énergétique

Avec Marc Lorrain

16h - 16h50 : Pilates

Avec Anne Campo-Gacon

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)

17h - 17h50 : Shiatsu -

initiation duo pour adultes.

Avec Florence Manissier

5 euros

[corps.emotions@laposte.net](mailto:corps.emotions@laposte.net)

### Samedi 19 octobre

11h - 11h50 : Do in / yoga

Avec Anne Campo-Gacon

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)

12h - 12h50 : Pilates

Avec Anne Campo

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)

14h - 14h50 : (conférence)

Communication et bien-être animal

Par Isabelle Delacressonnière

15h - 15h50 : Initiation

shiatsu parent/enfants (à partir de 5 ans)

Avec Florence Manissier

5 euros

[corps.emotions@laposte.net](mailto:corps.emotions@laposte.net)

16h - 16h50 Pilates

Avec Anne Campo-Gacon

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)

17h - 17h50 : (conférence)

Comment mieux aborder la vie, ses choix, ses potentiels grâce à l'Astrologie Quantique ? »

Par Sylvette Gonnou

### Dimanche 20 octobre

11h - 11h50 : Pilates

Avec Anne Campo-Gacon

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)

12h - 12h50 :

L'ortho-bionomy : une ostéopathie douce à dimension énergétique

Avec Marc Lorrain

13h - 13h50 : (conférence)

Communication et bien-être animal

Par Isabelle Delacressonnière

14h - 14h50 Yoga

Avec Anne Campo-Gacon

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)

15h - 15h50 : Initiation shiatsu parent/enfants (à partir de 5 ans)

Avec Florence Manissier

5 euros

[corps.emotions@laposte.net](mailto:corps.emotions@laposte.net)

16h - 16h50 : Bien se nourrir en fonction des saisons.

Avec Anne Campo-Gacon

17h - 17h50 : Pilates

Avec Anne Campo-Gacon

5 euros

[anne.campo.shiatsu@gmail.com](mailto:anne.campo.shiatsu@gmail.com)



## Votre quotidien en ligne et gratuit.

Toute l'info du Mâconnais-Beaujolais et de Cluny en un coup d'œil.

Partenaire du Salon Essentiel

**A ne pas  
manquer !**

## Osez l'aventure intérieure !

**Un conte hypnotique qui  
vous invite au Voyage...**



Fermez les yeux et embarquez vers un fabuleux "Voyage au centre de vos rêves"... Détendez-vous ! Voix et musiques vous plongent dans un CONTE HYPNOTIQUE dont vous êtes le héros en quête de bien-être, de souvenirs agréables et de confiance en soi.... Une invitation à profiter des bienfaits de l'hypnose thérapeutique durant cette séance collective. Bon voyage !

Solange GUERRERO vous invite à un "Voyage au centre de vos Rêves" via un Conte Hypnotique !

Hypnotérapeute diplômée en Psychologie mais aussi Scénariste via "Insolites Spectacles", avec des créations originales depuis plus de 10 ans. L'année passée M6 salvait son "Spectacle Sensoriel" mais aujourd'hui c'est au-delà des 5 sens qu'elle emmène le public qui ne sera plus spectateur mais acteur de sa propre histoire !



## CONTE HYPNOTIQUE

*Voyage au centre de vos Rêves*

Création originale de Solange Guerrero, Hypnotérapeute

A partir de 15 ans

Conférence / spectacle /  
échanges / entrée au salon : 12 €

Réservation conseillée :

[www.lesalon-essentiel.fr](http://www.lesalon-essentiel.fr) (onglet Charnay)

### Vendredi 18 octobre

Conférence : 17h - 17h50

### Samedi 19 octobre

Conférence : 18h - 18h30

Spectacle : 18h30 - 19h30

Echanges avec le public : 19h30 - 20h

### Dimanche 20 octobre

Conférence : 11h - 11h30

Spectacle : 11h30 - 12h30

Echanges avec le public : 12h30 - 13h

**Attention, le planning des conférences et des ateliers peut subir quelques modifications.**

Pensez à consulter notre site internet : [www.lesalon-essentiel.fr](http://www.lesalon-essentiel.fr)

# les conférences ::::

## Vendredi 18 octobre

**14h - 14h50 :** Les 10 bonnes raisons de consommer le gel d'Aloé Vera.

Par Chantal Millet

**15h - 15h50 :** Yoga du rire : un atelier pour installer durablement la bonne humeur, la vitalité, le bien-être ! Alors ne vous en privez pas !

Par Florence Manissier. Inscrivez-vous : [corps.emotions@laposte.net](mailto:corps.emotions@laposte.net)

**16h - 16h50 :** Harmonisants de lumière. Source de notre équilibre intérieur. Une rencontre avec soi-même.

Par Emmanuel Fillaudeau

**17h - 17h50 :** L'hypnose

Par Solange Guerrero

**18h - 18h50 :** Bien se nourrir en fonction des saisons.

Par Anne Campo

## Samedi 19 octobre

**11h - 11h50 :** Yoga du rire : un atelier pour installer durablement la bonne humeur, la vitalité, le bien-être ! Alors ne vous en privez pas !

Par Florence Manissier. Inscrivez-vous : [corps.emotions@laposte.net](mailto:corps.emotions@laposte.net)

**12h - 12h50** Libérez-vous de vos blocages émotionnels !

Par Anne-Laure Pellet

**13h - 13h50 :** Les bienfaits de la magnétothérapie

Par Catherine Genetet

**14h - 14h50 :** Les 10 bonnes raisons de consommer le gel d'Aloé Vera.

Par Chantal Millet

**15h - 15h50 :** Le ventre centre des émotions et l'hypnose dans notre vie

Par Eric Cuchet

**16h - 16h50 :** Devenir praticien(ne) accès bars - Lifting facial - processus corporel - massothérapie massothérapeute

Par Dominique Lassus-Minvielle

**17h-17h50 :** "Je suis responsable de l'eau que je donne à mon corps."

Par Jean-Michel Defrance et Geoffray Simon

**18h - 18h30 :** Conférence sur l'hypnose

Par Solange Guerrero

**18h30 - 19h30 :**

Spectacle (voir texte en haut de page) suivi d'échanges avec le public  
réservation : [www.lesalon-essentiel.fr](http://www.lesalon-essentiel.fr) (onglet Charnay)

## Dimanche 20 octobre

**11h - 11h30 :**

Conférence sur l'hypnose

Par Solange Guerrero

**11h30 - 12h30 :**

Spectacle (voir texte en haut de page) suivi d'échanges avec le public  
réservation : [www.lesalon-essentiel.fr](http://www.lesalon-essentiel.fr) (onglet Charnay)

**13h - 13h50 :** Je suis responsable de l'eau que je donne à mon corps.

Par Jean-Michel Defrance et Geoffray Simon

**14h - 14h50 :**

Au-delà du chamanisme. L'équilibre des corps subtils, une prise de conscience pour l'avenir de notre planète.

Par Emmanuel Fillaudeau

**15h - 15h50 :**

Les bienfaits de la magnétothérapie

Par Catherine Genetet

**16h - 16h50 :** Libérez-vous de vos blocages émotionnels !

Par Anne-Laure Pellet

**17h - 17h50 :** Le ventre centre

des émotions et les vertèbres Atlas

Par Eric Cuchet

# les exposants ::::

## Agadèle Body Art

Médiation artistique -  
body paint - maquillages  
éphémères.

71 Givry  
[www.agadele.fr](http://www.agadele.fr)

## A.L Pellet Fournier

Psycho-bio Acupressure  
01 Chavannes-sur-Reyssouze  
[www.psycho-bio-acupressure.com](http://www.psycho-bio-acupressure.com)

## Eurl Baldini Lydia / Vanlauwe Emmanuel

Naturopathie  
71 Berze-le-Chatel  
[naturo-ayurvedalbf.fr](http://naturo-ayurvedalbf.fr)  
[naturoev-medicenter.fr](http://naturoev-medicenter.fr)

## Bee-Bio

Produits de nettoyage  
écologique  
69 Villefranche-sur-Saône  
[www.cocoonbybee-bio.com](http://www.cocoonbybee-bio.com)

## Cabinet de thérapies brèves et d'hypnose

71 Mâcon  
[www.therapiebreve-hypnose.fr](http://www.therapiebreve-hypnose.fr)

## Calme et senteurs

Bougies artisanales naturelles  
71 La Chapelle de Guinchay  
[www.calmeetsenteurs.fr](http://www.calmeetsenteurs.fr)

## Campo-Gacon Anne

Praticienne/Yoga de l'énergie,  
Do-in, shiatsu, massages  
ayurvédiques

01 St Georges-sur-Renon

## Chaintreuil Pierrick

Praticien en reiki  
Equilibre, développement,  
bien-être

71 Mâcon

## Cristoni

Minéraux, fossiles,  
bijoux en pierre

01 Péronnas  
[www.cristoni.com](http://www.cristoni.com)

## Cuchet Eric

Shiatsu, magnétisme,  
thérapie Dorsale Dorn  
et vertèbre Atlas

01 Journans

## Eauriginelle

Fabrication et distribution de  
systèmes de filtration d'eau  
83 St Antonin-du-Var  
[www.eauriginelle](http://www.eauriginelle)

## Equi com'unic

Bien-être animal  
01 Manziat  
[equi-com-unic3.webnode.fr](http://equi-com-unic3.webnode.fr)

## Ethnolia

Produits biologiques  
et énergétiques pour  
l'équilibre et le bien-être

04 Oraison  
[www.ethnolia.net](http://www.ethnolia.net)

## Excelvue stick

### nettoyant lunettes

Stick nettoyant lunettes  
produits naturel

88 Arnould  
[www.bellevue.fr](http://www.bellevue.fr)

## Frédéric M

Produits cosmétiques naturels

42 Sorbiers  
[www.job-direct.fr](http://www.job-direct.fr)

## Gonnon Sylvette

Coach en Nutrition  
et Bien-Être

69 Lacenas  
[www.consciencia.com](http://www.consciencia.com)

## Guerrero Solange

Hypnothérapeute - artiste  
01 St-Jean-Le-Vieux

## Guis Claudine

Vente de produits naturels  
Belgique

## Jouvray Quentin

Photographe,  
graphiste et musicien  
01 Ceyzériat  
[www.jinkyproduction.com](http://www.jinkyproduction.com)

## La Bonne Pioche

Livres neufs, soldés et  
d'occasion  
71 Cuisery  
[www.cuisery-villagedulivre.com/les-boutiques/la-bonne-pioche](http://www.cuisery-villagedulivre.com/les-boutiques/la-bonne-pioche)

## Lassus-Minvielle Dominique

Acces Bars  
21 ST Philibert  
[www.acces-conscience.fr](http://www.acces-conscience.fr)

## L'herbier de Marie

Production de plantes  
aromatiques médicinales, miel  
01 Courtes  
[www.lherbierdemarie.com](http://www.lherbierdemarie.com)

## Lobry Valérie Entre terre et ciel

Bols tibétains  
69 - Marchamp

## Manissier Florence

Kinésiologue - animatrice  
yoga du rire- shiatsu  
01 Polliat  
[www.florencemanissier.fr](http://www.florencemanissier.fr)

## RESTAURATION...

Menus, assiettes apéritives, gaufres, crêpes, pâtisseries orientales, confitures... cédez avec bonheur aux tentations gourmandes ! Et allez vous désaltérer à la buvette tenue par l'association 'Des Pompiers et des Hommes'.

### Traiteur

Traiteur Liberty Saveurs  
69 Juliénas - [www.libertysaveurs.com](http://www.libertysaveurs.com)

### Les pâtisseries d'Aïcha

Fabrication artisanale de pâtisseries orientales, thé à la menthe.  
71 Sénozan

### Buvette

Association des Pompiers et des Hommes  
71 Mâcon - [www.dp-dh.fr](http://www.dp-dh.fr)

### Dis grand-mère - Rolland Florence

Confitures, sirops, pâtes de fruits, miel, vin de fleurs.  
42 St-Martin-La-Sauveté - [www.dis-grand-mere.com](http://www.dis-grand-mere.com)

## BIEN-ÊTRE DE LA PLANÈTE

Notre bien-être passe bien évidemment par l'attention que nous devons porter à la planète. Le salon Essentiel se doit aussi d'être inspirant pour tout ce qui concerne la protection de l'environnement.

### PCI.m Energies

Pour une maison plus économe en énergies, plus confortable !  
Pompe à chaleur - Photovoltaïque en autoconsommation  
38 Pont Evêque - [www.pci-m.com](http://www.pci-m.com)

## Martin-Peulet Sylvie

Energéticienne, guide  
cartomancienne.  
01 Bourg-en-Bresse

## Nrj-reiki

Praticien et formateur en reiki  
71 Mâcon  
[nrjreiki.com](http://nrjreiki.com)

## Ravaud Mijo

Sophrologue - PNL - Méditation  
71 Crêches-sur-Saône

## Roy Violaine

Magnétiseuse - médium  
01 Replonges

## Sans tabous

Vente de produits érotiques

## Conseil sur la sexualité

71 Mâcon  
[www.sans-tabous.fr](http://www.sans-tabous.fr)

## Sense et style

Conseil en image,  
Morphopsychologie  
71 Mâcon  
[www.sense-et-style.com](http://www.sense-et-style.com)

## Vanlauwe Emmanuel

Naturopathe - nutrition du  
sportif  
71 Charnay-lès-Mâcon

## Zen Emois

Lithothérapie  
07 Accons

## Zen Magnetic

Magnétothérapie  
38 Trept



## Association des Pompiers et des Hommes

Nous sommes heureux de confier la buvette du salon Essentiel à cette généreuse association mâconnaise qui oeuvre en direction de l'éducation, du mieux-être en milieu médical... Pompiers professionnels et amateurs, médecins, enseignants, offrent leur temps et leur énergie pour collecter l'argent nécessaire afin d'installer dans certains pays (Cambodge, Congo...) des centres d'accueil d'enfants, des dispensaires médicaux...

Plus d'informations : [www.dp-dh.fr](http://www.dp-dh.fr)