

Sésame

30 ANS

Salon éthique & Bio
un nouvel Art de Vivre

Du 3 au 6 mars 2023

Nîmes
Parc Expo



PROGRAMME

INVITATION
GRATUITE*

Donnant droit à
1 seule entrée valable
pour 2 personnes

NOS ANIMATIONS

2 TABLES RONDES

Animées par **Yves MICHEL**, éditeur et fondateur des éditions Le Souffle d'Or, qui fêtent leurs 40^{ème} année

• **Samedi 4 mars 18h :**
Prendre soin de soi en ces temps troublés : choisir ou subir.
Animé par **Yves Michel**,
Valérie Dupont,
Annick Taquet Assoignons.

• **Dimanche 5 mars 18h :**
La qualité d'humanité en danger, un des grands enjeux de notre époque.
Animé par **Yves Michel**, **Ariane VITALIS**, **Ra PILATI**, Naturopathe, **André RIEHL**, professeur de yoga et fondateur d'un des premiers salons bio à Paris dans les années 1970.

Participation du public.

CONFÉRENCE/CONCERTS

• **Vendredi 3 mars 18h00 :**
Au son des tambours. Musique et Chants avec la participation de **Dakini JORY** et de **Bastien Barrère**, qui fabrique ses tambours de façon traditionnelle et sacrée à la main au Pays basque.
• **Dimanche 5 et lundi 6 mars 18h30 :**
Concert avec Quentin KAYSER qui vous invite à finir cette journée en profitant d'un moment musical. Le handpan est un instrument magique.

L'ESPACE ENFANTS De 4 à 12 ans,

• **Samedi 4 et dimanche 5 mars de 14h à 18h**
Il a été conçu spécialement pour les enfants ! Des jeux, coloriages, et diverses activités ludiques leurs seront proposés.
« **Tombola surprise enfant** » sur présentation d'un ticket d'achat (*Tirage au sort samedi et dimanche à 17h*)

ESPACE ZEN

Un cocon de ressourcement ouvert à tous.
Venez découvrir et vivre une expérience de lâcher prise, par le massage et les soins énergétiques. Cet espace est animé par **Elsa** et **Renato Pappalardo** et leur équipe.
Renato Pappalardo - Formation : 06 58 01 20 19
<http://www.renatopappalardo.com>

Nouveauté
Un lot à gagner !
Un ticket de tombola vous sera offert auprès de l'accueil sur présentation d'un justificatif d'achat.
Tirage au sort lundi 6 mars.

Infos salon

Le salon Ethique & Bio pour un nouvel Art de Vivre !

- Espace restauration avec ses restaurants et sa buvette « Bio-écologie »
- Marché Bio des producteurs certifiés 100% biologiques

Salon contrôlé par EXPOCERT et ECOCERT

• **Horaires :** - vendredi 11h30/19h30 • Samedi & dimanche 10h30/19h30, - Lundi 10h30/18h30

- **Tarif unique : 4 €** • Entrée libre 1h avant la fermeture.
- Pensez à la planète... Prenez vos paniers ou cabas, évitez le sac plastique
- Trambus Ligne T1 - Arrêt Costières Parnasse

GORAL-EXPO > Tél/Fax : 04.66.62.07.16 > info@salon-sesame.com > www.salon-sesame.com



Ce programme a été réalisé le 13 février 2023.

Toutes modifications ultérieures seraient indépendantes de la volonté des organisateurs du salon Sésame.

Imprimé sur papier recyclé - Compagnonkète 04 66 36 62 10

Vendredi 3 mars

>12h00

SALLE 1 ■ La voie du toucher : Massage et thérapie énergétique. Désacraliser et intégrer dans notre quotidien les notions et les concepts de : centres énergétiques, expérience de conscience modifiée, thérapie intégrative, toucher fréquentiel, régénération, perception. **Rénato PAPPALARDO***, Auteur de « La voie du toucher »



SALLE 2 ■ Le yoga des yeux : Comment rééduquer et préserver sa vue : Approche holistique de la vision oculaires, méthode Dr Bates. **Philippe CLEYET MERLE**

>13h30

SALLE 1 ■ De la peur ou pouvoir de l'intention. S'affirmer en conscience et choisir de co-crée ce monde « nouveau. » Lors de cette conférence **Lena FAVRE*** vous apportera des clefs concrètes et vibratoires pour vivre sereinement, et en conscience, cette période de puissants changements. Après un tour d'horizon vibratoire elle évoquera la puissance du pouvoir de l'intention et son importance en ce moment clef pour l'humanité. Elle précisera en quoi sortir de la peur est essentiel, et comment y parvenir. Elle nous fera voyager à travers les différents possibles qui s'ouvrent à nous individuellement et collectivement pour co-crée un monde « nouveau ».



Lena FAVRE* est praticienne en hypnose quantique. En pratique, elle allie donc la spiritualité à la physique quantique. Atrice de L'Envol de soi, Les danses de l'âme, L'oracle de l'instant présent.

SALLE 2 ■ Entretien son cerveau. Tout au long de la vie, notre cerveau subit des dommages: stress intense, alimentation inadaptée, atteinte métabolique (diabète), atteinte de l'âge artériosclérose, parkinson, alzheimer, dépression chronique. Entretien son cerveau et en prévenir les atteintes est impératif pour conserver son autonomie. **Scarlett WEINSTEIN**

* Dédicace stand Alterrenat N°A13

>15h00

SALLE 1 ■ J'aime mon corps grâce au massage Taoïste sensuel. Que vous vous trouvez trop ronde, trop maigre, trop « anormale »... vous pouvez changer votre vie en passant par le corps, la lenteur, la douceur du massage TAO sensuel. **Anne BELVAL & Joseph GENNA**

SALLE 2 ■ Quel est le rôle et l'importance des animaux à nos côtés ? Des réponses dans les archives akashiques. **Marie-Josée GARCIA GUERARD**

>16h30

SALLE 1 ■ Et si tout avait un sens, découvrez les secrets des signes de la vie ! Vous combien notre réalité extérieure est un miroir de qui nous sommes. Et si les problèmes matériels, corporels, comme le choix d'un métier, d'un sport... n'avaient rien à voir avec le hasard. **Gilles Guyon et Vanessa MIELCZARECK**

SALLE 2 ■ La Nutrition Biologique, une évidence de la vie, donc de la santé, par son rôle vivant, vibratoire, énergétique en opposition à cette alimentation décadente et morte que l'on veut nous imposer industriellement. Explications et solutions par le **Dr Luc Le METAVER LANDRE**

>18h00

SALLE 1 ■ Hugging the blue, CORPS360. La pratique avec le ballon telle que je la guide est une expérience fondatrice. Elle rassemble tous les fondamentaux de la pratique corporelle, alliant le corps, le cœur et l'esprit. Tout est né en 2000 avec la chorégraphe et danseuse Laurence Saboye. De l'entraînement du danseur avec cet accessoire s'est construite une qualité de mouvement : fluidité et présence. **Natacha LIEGE**



Natacha LIEGE, créatrice d'une nouvelle pratique corporelle ressource autour d'un ballon / Blue Hug

SALLE 2 ■ CONFÉRENCE MUSICALE

Avec la participation de **Dakini JORY** et **Bastien BARRERE** Venez assister à un voyage sonore au son du tambour et de la Shruti, plonger dans vos mondes intérieurs et laissez vous porter par les vibrations des chants gutturaux et diphoniques. Une expérience unique et toujours interpellant si ce n'est bouleversante. **Bastien BARRERE**

Samedi 4 mars

>11h00

SALLE 1 ■ Du corps temple à la géométrie sacrée. « Vivre, sentir de l'intérieur et danser les formes géométriques à travers les mudras et les mouvements de tout le corps est un outil d'harmonisation puissant de la Danse de l'Être. » **Fabienne Courmout**. Ensemble nous ressentons et dansons le rythme, l'espace et le mouvement. Réveillons-nous à un corps augmenté de l'intérieur relié à tous les plans, lignes et courbes, visibles et invisibles. **Natacha LIEGE**

SALLE 2 ■ Je suis responsable de l'eau que je bois. **Jean-Claude KUEHN**

>12h30

SALLE 1 ■ Explorer le champ des possibles dans les archives akashiques pour comprendre d'où viennent nos blocages, schémas répétitifs... karma ou transgénérationnel ? Impacte sur la lignée familiale. **Marie-Josée GARCIA GUERARD**

SALLE 2 ■ Comment agir contre les tensions musculaires. Le rapport direct d'un déséquilibre de la mâchoire et des tensions musculaires de la nuque et du dos : migraines, névralgie acouphènes etc. **Alfred PENNING**, Heilpraktiker

>14h00

SALLE 1 ■ Investir dans ses forces vives. « Vivre, c'est alimenter chaque jour le capital de force vitale avec lequel nous sommes nés. Cette responsabilité est individuelle. La vitalité, pensée comme un muscle, n'est limitée que si nous ne l'entretenons pas. Elle doit être nourrie, choyée, captée et protégée. » Quoiqu'il nous ait été dit, nous ne sommes pas venus pour rien, pour être seuls et ne servir à rien. En investissant dans nos forces vives, nous protégeons et faisons fructifier une énergie renouvelable, qui ne coûte que le prix d'une discipline personnelle au service de soi. Une conférence vivante qui connecte à l'essentiel ! **Marie-Pierre DILLESEGER***



Marie-Pierre DILLESEGER* est spécialiste des arts stratégiques chinois (Art de la guerre, Feng Shui, Astrologie chinoise, Yi Jing, Synchronicités) qu'elle pratique depuis 25 ans. Comme un acupuncteur lit un pouls, elle décode le temps et décrypte l'espace. Le décodage des loyautés invisibles et l'art du timing font partie de ses spécialités. Elle est l'auteur de La Voie du Feng Shui, Oser s'accomplir : 12 clés pour être soi, Debout : la force de s'incarner, Le Feu intérieur...

SALLE 2 ■ La Régénérescence cellulaire : Notre seule alternative biologique pour empêcher, toute les dégénérescences, neurologiques, humorales et organiques, qui sont à la base des pathologies morbides que nous développons implacablement. Explications et solutions par le **Dr Luc Le METAVER LANDRE**.

>15h30

SALLE 1 ■ L'ALGUE AFA du lac Klamath et cellules souches, régénération naturelle et autoréparation. **Jacques PRUNIER**, directeur scientifique

SALLE 2 ■ L'astrologie chinoise avec l'année du lièvre/ eau nous donnent encore plus l'opportunité d'avancer en conscience et unité. Venez découvrir comment le thème oriental nous aide à mieux nous connaître et quels sont les défis de cette année 2023. **Marina KNERR**

>16h45

SALLE 1 ■ L'approche naturopathe de la santé : Détoxification, alimentation, équilibre acido-basique, protection des pollutions électromagnétiques. **Philippe CLEYET MERLE**

SALLE 2 ■ Comment vivre sa mission de vie et trouver sa juste place ? Chacun aspire à faire coïncider ses potentialités ses désirs profonds et ses valeurs à sa réalité. Découvrez les paramètres essentiels et l'apport du coaching intuitif pour exercer une activité qui vous correspond, réaliser un rêve et pour réussir la VIE du changement ! **Gilles GUYON & Vanessa MIELCZARECK**

>18h00 TABLE RONDE

SALLE 1 ■ Prendre soin de soi en ces temps troublés : choisir ou subir. Face aux nombreuses sources de stress actuelles : accélération de notre mode de vie, pressions économiques et sociales, menaces sur notre santé, etc. comment prendre soin de soi, de sa santé, de ses rêves ? Découvrez des démarches simples et efficaces. Table ronde animée par **Yves MICHEL**, avec **Valérie DUPONT**, autrice, consultante en développement personnel et conférencière, **Annick TAQUET ASSOIGNONS**, psychologue clinicienne. Participation du public.



Valérie DUPONT, naturopathe, kinésologue. Elle a publié au Souffle d'Or, Bienheureuse colère et 7 jours pour apprivoiser son ego en 2022



Annick TAQUET-ASSOIGNONS est psychologue clinicienne. Elle enseigne dans plusieurs IFSI et IFAS.

SALLE 2 ■ ATELIER Danser... Equilibrer... Vibrer

Muriel BARBE MOYA vous invitera à activer votre énergie vitale pour faire émerger et vibrer votre propre mouvement dansé. La danse est l'art qui me relie à mon corps... La Danse de l'Être à mon âme... Je me sens entière quand je danse avec cette dimension sacrée qu'offre la danse de l'Être®.



Muriel est patricienne et danseuse de la danse de l'Être®

INVITATION GRATUITE donnant droit à 1 seule entrée valable pour 2 personnes. **A présenter remplie aux caisses pour VALIDATION**

Nom.....

Adresse.....

Ville..... Code postal.....

E-mail.....

Ce programme vous est offert par : **Goral-expo**

Conformément à la loi Informatique et Liberté, vous disposez d'un droit d'accès et de rectification aux informations.

*Dédicace stand Alterrenat N°A13

Dimanche 5 mars

>11h00

SALLE 1 ■ Soins collectifs et Méditation dans le cercle d'Unité Cœur Cristal. Dans l'espace sacré des 27 roues du cercle cœur de cristal, nos polarités s'équilibrent et nous permettent de faire une expérience d'Unité et de Plénitude. Nous débiterons par un soin collectif avec les instruments Cœur Cristal, afin de libérer les énergies discordantes et d'apaiser le mental. Puis nous fermerons les yeux afin de contempler notre splendeur intérieure. **Natahé KAYSER**

SALLE 2 ■ La Nutrition Humaine, avant tout une réflexion sur nos besoins, nos devoirs, par rapport à notre physio-anatomie, afin d'éviter le développement des pathologies morbides qui surviennent de plus en plus vite et de plus en plus jeunes. **Dr Luc Le METAYER LANDRE**

>12h30

SALLE 1 ■ Entretien son cerveau. Tout au long de la vie, notre cerveau subit des dommages: stress intense, alimentation inadaptée, atteinte métabolique (diabète), atteinte de l'âge artériosclérose, parkinson, alzheimer, dépression chronique. Entretien son cerveau et en prévenir les atteintes est impératif pour conserver son autonomie. **Scarlett WEINSTEIN**

SALLE 2 ■ Comment agir contre les tensions musculaires. Le rapport direct d'un déséquilibre de la mâchoire et des tensions musculaires de la nuque et du dos : migraines, névralgie acouphènes etc. **Alfred PFENNIG**, Heilpraktiker

>14h00

SALLE 1 ■ Voyage dans les traditions spirituelles, entre fiction et réalité : rencontre avec **TIGRAN***, auteur de la saga de contes initiatiques Shaman. **TIGRAN** évoquera les moments les plus marquants de sa vie et de ses expériences du chamanisme, ainsi que les enseignements qu'il en a tirés, inspirants pour nos propres parcours de vie. Il nous parlera également des différences et similitudes entre les diverses traditions chamaniques du monde, à l'aube de la sortie de sa nouvelle trilogie sur le chamanisme du Grand Ouest américain : après L'Aventure mongole (2022), découvrez en avant-première L'Aventure amérindienne (2023).



TIGRAN*, Touché par les arts sacrés comme par les plantes enseignantes, il étudie le chant classique et l'ethnomusicologie avant de publier ses premiers livres et de voyager de par le monde. Une sensation de lumière et de calme à la lecture de cette saga initiatique.

SALLE 2 ■ L'ALGUE AFA du lac Klamath et cellules souches, régénération naturelle et autoprédation. **Jacques PRUNIER**, directeur scientifique.

>15h30

SALLE 1 ■ Comment l'intuition et les synchronicités mettent de la magie dans la vie ? Nous avons plus de pouvoirs et de facultés que nous ne l'imaginons. Avoir confiance dans toutes ses aptitudes afin de suivre les précieux messages de notre intuition est essentiel aujourd'hui pour avancer. A l'écoute de notre cœur et de notre âme nous captions les signaux de l'univers et attirons la réussite comme par enchantement. **Vanessa MIELCZAREK**

SALLE 2 ■ Le yoga des yeux : Comment rééduquer et préserver sa vue ? Approche holistique de la vision oculaire, méthode Dr Bates. **Philippe CLEYET MERLE**

>16h45

SALLE 1 ■ Nidra Yoga : explorer les états de méditation et notre relation au monde par la relaxation profonde. Le nidra yoga est une tradition millénaire encore très peu connue aujourd'hui en dehors du milieu ascétique. Il est une exploration du contenu de la conscience ouvrant sur la perception d'un état de non-séparation d'avec non seulement soi, mais l'ensemble du vivant. Alors que les sciences contemporaines découvrent aujourd'hui de l'extérieur l'inter relation entre les différents règnes de la nature, et qu'un début de compréhension de l'écologie se fait jour, les enseignements traditionnels du nidra yoga permettent de vivre de l'intérieur cette réalité de l'unité entre tous les éléments de la vie.

André RIEHL, Professeur de yoga diplômé de la FNEY (France) Enseignants de Nidra yoga auprès de Yoga Suisse.

André RIEHL, disciple de *Chandra Swami*, il est *Fondateur d'un cycle en ligne international d'études approfondies sur le Nidra Yoga*. Il *lance une formation de Nidra yoga de 5 ans en France, Italie, Roumanie et aux Antilles*.



SALLE 2 ■ Guérir des blessures et changer sa vie par le massage tantrique. Nous vivons dans une société où le toucher est tabou alors que c'est un besoin vital. Le massage tantrique permet de se connecter à soi et d'évoluer sur tous les plans. **Virginie MENNETEAU & Joseph GENNA**

>18h00 TABLE RONDE

SALLE 1 ■ La qualité d'humanité en danger, un des grands enjeux de notre époque. Nos vies sont de plus en plus envahies par la technosphère, le tout numérique, le «comptable»... Que reste-t-il de notre qualité d'humanité ? de notre sens du sacré ? Partage d'expérience et de visions sur notre époque, alertes et pistes d'action. Table ronde animée par **Yves MICHEL**, avec **Ariane VITALIS**, jeune autrice : « Les Créatifs Culturels : l'émergence d'une nouvelle conscience », **Sara PILATI**, thérapeute énergétique avec « Voyage au cœur de l'être » et **André RIEHL**, Président de la Fédération des Yoga Traditionnel, il s'applique à transmettre des enseignements authentiques alliant connaissance ancestrale et savoirs contemporains. *Participation du public*

Dimanche 5 mars

>18h30

>18h30 Soirée Musicale

avec **Quentin Kayser Handpan musicien**. Quentin vous invite à finir cette journée en profitant d'un moment musical. Le handpan dit-il est un instrument magique, merci la vie de m'avoir fait sortir cette mélodie du plus profond de moi.



Irène VITALIS, jeune autrice, elle publie *Les 'réatifs Culturels : émergence d'une nouvelle conscience regardés sur les acteurs l'un changement de société*.



Yves MICHEL est éditeur, a créé les éd. *Le Souffle d'Or* en 1983 et les éditions *Yves Michel* en 1999. Il a édité son livre-témoignage « *Le périple d'un détricheur d'idées* ».

Lundi 6 mars

>11h00

SALLE 1 ■ Explorer le champ des possibles dans les archives akashiques pour comprendre d'où viennent nos blocages, schémas répétitifs... karma ou transgénérationnel ? Impacte sur la lignée familiale. **Marie-Josée GARCIA GUERARD**

SALLE 2 ■ Les algues marines : Une nutrition essentielle pour notre corps, afin de lutter contre l'acidité humorale, la déminéralisation et surtout maintenir une cohérence nutritionnelle essentielle à notre réponse immunitaire. **Dr Luc Le METAYER LANDRE**

>12h30

SALLE 1 ■ Comment agir contre les tensions musculaires. Le rapport direct d'un déséquilibre de la mâchoire et des tensions musculaires de la nuque et du dos : migraines, névralgies, acouphènes etc. **Alfred PFENNIG**, Heilpraktiker

SALLE 2 ■ L'approche naturopathique de la santé : Détoxification, alimentation, équilibre acido-basique, protection des pollutions électromagnétiques. **Philippe CLEYET MERLE**

>14h00

SALLE 1 ■ Intégrer ses traumas pour incarner l'essentiel. Une Conférence-spectacle créative et interactive, animée par **Célia ROMBAUT***, pour rendre accessible la compréhension des mécanismes de défenses du corps et le processus holistique du chemin de guérison. Un voyage vibratoire et émouvant qui ne vous laissera pas indifférent. Accueillir la douleur, c'est s'ouvrir si grand que la lumière ne peut que s'y engouffrer et rayonner de son souffle divin. Plus qu'une conférence : « un soin d'Amour ».

Célia ROMBAUT*

Thérapeute, conférencière et auteure. Spécialisée dans l'intégration des traumas et l'éveil de la sexualité féminine. Elle nous emmène sur le chemin de sa reconstruction, couche par couche. Autrice du livre Les Couches de l'oignon



SALLE 2 ■ Les plantes sauvages au service de nos douleurs et de notre santé. Les bons conseils du Père Jean. **J.P. CLESSE**

>15h30

SALLE 1 ■ L'étude de la main et le thème chinois nous parlent de notre constitution physique et émotionnelle. Ils nous permettent de mieux comprendre le chemin d'évolution de notre âme. **Marina KNERR**



SALLE 2 ■ Suivre ses aspirations et vivre d'une activité pleine de sens ! Découvrez une méthode qui répond aux besoins et préoccupations actuelles. Beaucoup de personnes cherche à avoir une activité pleine de sens, tournée vers l'aide à autrui ? Grâce à l'éveil de conscience qui pointe, chacun veut être heureux dans son métier, le coaching intuitif est une solution. **Gilles GUYON**

>17h00

SALLE 1 ■ La voie du toucher : Massage et thérapie énergétique. Désacraliser et intégrer dans notre quotidien les notions et les concepts de : centres énergétiques, expérience de conscience modifiée, thérapie intégrative, toucher fréquentiel, régénération, perception. **Rénato PAPPALARDO***, Auteur de « La voie du toucher »

>18h30 Soirée Musicale

avec **Quentin Kayser Handpan musicien**. Quentin vous invite à finir cette journée en profitant d'un moment musical. Le handpan dit-il est un instrument magique, merci la vie de m'avoir fait sortir cette mélodie du plus profond de moi.

* Dédicace stand Alterrenat N°A13