

# MIEUX VIVRE À EXPO

PROGRAMME DES  
ANIMATIONS



PENSEZ  
À TELECHARGER  
L'APPLICATION MOBILE  
MIEUX VIVRE EXPO



**VENDREDI 28 OCTOBRE**

## ANIMATION CULINAIRE AVEC DÉGUSTATIONS

### OMNICUISEUR VITALITÉ

HALL A - STAND P56

Découvrez la cuisson basse température et sa cuisson combinée : de l'entrée au dessert en une seule cuisson !

**11H30**

## CONFÉRENCE DÉCOUVRIR LES ABEILLES

### SYNDICAT D'APICULTURE DE HAUTE-SAVOIE

Espace conférences Naturellia



**14H**

## DÉMONSTRATION PLÂTRIER PEINTRE : LES MÉTIERS QUI EMBELLISSENT VOTRE LOGEMENT

### CAPEB

HALL A - Espace métiers du bâtiment - STAND C41

**14H**

## CONFÉRENCE L'HYPNOSE, UN OUTIL PUISSANT POUR SE LIBÉRER DE SES BLOCAGES

### JULIEN DELUMEAU, HYPNOSE ET MÉDITATION ENFANTS, ADOS, ADULTES

Espace conférences Naturellia



**15H**

## CONFÉRENCE CONNAÎTRE TOUS LES TRUCS ET ASTUCES POUR COMPRENDRE COMMENT UTILISER L'ALOE AU QUOTIDIEN

### MARIE DOBANTON, NATURE & ALOE

Espace conférences Naturellia



**16H**

## BLIND TEST

### AA EVENT

HALL B1 - face à l'ARLEQUIN

Mettez votre culture musicale à rude épreuve et devinez le titre des extraits musicaux ou clips vidéo !

**NOCTURNE**

**19H**

## DJ SET

### SOUND SOWERS

HALL A - face à QUERCY PERIGORD

**NOCTURNE**

**19H**

## QUIZ N'OUBLIEZ PAS LES PAROLES !

### AA EVENT

Nul besoin d'être un chanteur émérite, buzzez et donnez les paroles exactes de la phrase qui suit lorsque la musique s'arrête !

**NOCTURNE**

**20H30**

# SAMEDI 29 OCTOBRE

## SIESTE SONORE

### BELLE BRUME

Espace conférences Naturellia

Fermez les yeux et tendez l'oreille quelques instants. Alexandre et Gaëtan proposent une musique atmosphérique et aérienne, véritable immersion dans la nature, laissant les auditeurs voyager dans leurs pensées le temps d'un moment suspendu...

NATURELLIA 

10H30

## CONFÉRENCE ALIMENTATION

### GREEN CROSS

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA 

11H

## ANIMATION CULINAIRE AVEC DÉGUSTATIONS

### OMNICUISEUR VITALITÉ

HALL A - STAND P56

Découvrez la cuisson basse température et sa cuisson combinée : de l'entrée au dessert en une seule cuisson !

11H30

## ATELIER MÉDITATION GUIDÉE SOUS AUTOHYPNOSE : RESSENTIR MON CORPS ET LIBÉRER MES ÉMOTIONS

### JULIEN DELUMEAU, HYPNOSE ET MÉDITATION ENFANTS, ADOS, ADULTES

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA 

13H

## ATELIER DÉCODAGE BIOLOGIQUE, PSYCHOGÉNÉALOGIE ÉNERGÉTIQUE

### ESTELLE GAUTIER - ÂME THÉRAPIE

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA 

13H30

## ATELIERS ENFANT - INITIATION AUX MÉTIERS DU BTP

### CAPEB

HALL A - Espace métiers du bâtiment - STAND C41

- s'initier à la mosaïque
- créer un empièchement décoratif à base de galets
- pour les tous petits : créer son premier vitrail

14H

## SIESTE SONORE

### BELLE BRUME

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA 

14H15

## CONFÉRENCE INNOVATION

### GREEN CROSS

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA 

15H

## CONFÉRENCE SAUVONS LES ABEILLES

### SYNDICAT D'APICULTURE DE HAUTE-SAVOIE

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA 

16H45

## CONFÉRENCE LE MICROBIOTE

### MARIE DOBANTON, NATURE & ALOE

Espace conférences Naturellia

Quel impact sur nos défenses naturelles ? quelles solutions pour le renforcer ?

NATURELLIA 

17H30

# DIMANCHE 30 OCTOBRE

## SIESTE SONORE

### BELLE BRUME

Espace conférences Naturellia

Fermez les yeux et tendez l'oreille quelques instants. Alexandre et Gaëtan proposent une musique atmosphérique et aérienne, véritable immersion dans la nature, laissant les auditeurs voyager dans leurs pensées le temps d'un moment suspendu...



10H30

## CONFÉRENCE MONTAGNE

### GREEN CROSS

Espace conférences Naturellia



11H

## ANIMATION CULINAIRE AVEC DÉGUSTATIONS

### OMNICUISEUR VITALITÉ

HALL A - STAND P56

Découvrez la cuisson basse température et sa cuisson combinée : de l'entrée au dessert en une seule cuisson !

11H30

## ATELIER SOPHROLOGIE : CHASSEZ LES TENSIONS AVEC LA RESPIRATION

### AUORE THEVENET - SÔPHROLOGUE

Espace conférences Naturellia



13H

## SIESTE SONORE

### BELLE BRUME

Espace conférences Naturellia



14H15

## CONFÉRENCE COMMENT PRÉVENIR, CONFORTER ET RÉPARER NOS ARTICULATIONS

### MARIE DOBANTON, NATURE & ALOE

Espace conférences Naturellia



15H

## CONFÉRENCE LES CYCLES DE LA FEMME

### AUORE THEVENET - SOPHROLOGUE

Espace conférences Naturellia



16H

## CONFÉRENCE LE HUMAN DESIGN

### AUORE THEVENET - SOPHROLOGUE

Espace conférences Naturellia



17H

# LUNDI 31 OCTOBRE JOURNÉE DES SÉNIORS



TABLE RONDE : QUELLES ACTIVITÉS SONT PROPOSÉES EN FONCTION DE L'ÂGE ET DE L'ÉTAT DE SANTÉ DES PRATIQUANTS ?

**CDOS - DOCTEUR CHARLES MERCIER-GUYON**

HALL B1 - STANDS B45 & B46

11H

ATELIER JOURNAL CRÉATIF

**AMÉLIE CHENAULT - PASTELS ET VERVEINE**

Espace conférences Naturellia  
L'automne dans mon journal

NATURELLIA

11H30

ANIMATION CULINAIRE AVEC DÉGUSTATIONS

**OMNICUISEUR VITALITÉ**

HALL A - STAND P56

Découvrez la cuisson basse température et sa cuisson combinée : de l'entrée au dessert en une seule cuisson !

11H30

TABLE RONDE : QUELLES PRÉCAUTIONS PRENDRE POUR LA REPRISE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE ET SPORTIVE ?

**CDOS - DOCTEUR CHARLES MERCIER-GUYON**

HALL B1 - STANDS B45 & B46

14H

CONFÉRENCE L'AUTOMNE POINTE SON NEZ, IMMUNITÉ ET NATUROPATHIE HOLISTIQUE

**KARINE GOURGUE - NATUROPATHE**

Espace conférences Naturellia  
Comment fonctionne le système immunitaire, présentation de la boîte à outils pour naviguer le plus sereinement possible à travers la période hivernale

NATURELLIA

14H

CONFÉRENCE SYNDICAT NATIONAL D'APICULTURE

**FRANCK ALÉTRU, PRÉSIDENT DU SNA ET PRÉSIDENT DE L'ASSOCIATION DES APICULTEURS PROFESSIONNELS EUROPÉENS (EPBA)**

Espace conférences Mont-Blanc

14H30

CONFÉRENCE PRÉVENIR LE SURMENAGE PHYSIQUE ET MENTAL

**AUDREY CHARRIER & LAURA MARCHIORO**

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA

15H30

TABLE RONDE : LE RÔLE DU MÉDECIN TRAITANT ET LES INFORMATIONS À PARTAGER

**CDOS - DOCTEUR CHARLES MERCIER-GUYON**

HALL B1 - STANDS B45 & B46

16H

CONFÉRENCE NATUROPATHIE AVEC OU SANS ?

**AUDREY CHARRIER & LAURA MARCHIORO**

Espace conférences Naturellia

NATURELLIA

17H

# MARDI 1ER NOVEMBRE

## CONCOURS DES MIELS SAVOIE MONT-BLANC

9H

### SYNDICAT D'APICULTURE DE HAUTE-SAVOIE

Espace conférences Mont-Blanc

Présidé par Franck Alétru, Président du Syndicat National d'Apiculture (SNA) et Président de l'Association des Apiculteurs professionnels européens (EPBA), le déroulement de l'analyse des échantillons par les jurés est ouvert au public. La topologie du territoire des 2 départements procure une très grande diversité de miels qui concourent chaque année : des miels de plaine en provenance des différentes vallées, des miels de moyenne montagne et des miels de haute montagne. Tous les membres du jury ont reçu une formation d'analyse sensorielle. Les caractéristiques physicochimiques sont évaluées en laboratoire et les caractéristiques sensorielles par les membres du jury.

## ATELIER JOURNAL CRÉATIF



11H30

### AMÉLIE CHENAULT - PASTELS ET VERVEINE

Espace conférences Naturellia

Mon espace créatif sacré

## ANIMATION CULINAIRE AVEC DÉGUSTATIONS

11H30

### OMNICUISEUR VITALITÉ

HALL A - STAND P56

Découvrez la cuisson basse température et sa cuisson combinée : de l'entrée au dessert en une seule cuisson !

## CONFÉRENCE SOMMEIL ET NATUROPATHIE

14H

### KARINE GOURGUE - NATUROPATHE

Espace conférences Naturellia





# PLANNING ANIMATIONS MUSICALES ET SPECTACLES

## VENDREDI 28 OCTOBRE

### ROOM BAZAR

**11H30 - 14H - 16H45**

Se trémousser sur un large panel de grooves originaux, se balader à la Nouvelle Orleans et au Brésil, chalouper sur des rythmes électro, balkaniques et funky, voici ce que vous propose Room Bazar.

### LES INSÉPARABLES

**18H15 - 20H15**

Tout au long de la soirée, ces personnages doux et éphémères, amis des nuages, aériens et légers comme les caresses du vent, viendront déambuler en libérant des brassées de rêves et d'éclats de rires.

### MADAME BALLON

**19H15 - 21H00**

Toute en grâce, en rouge et en légèreté, Madame Ballon est comme un doux rêve, une caresse. Entourée de son énorme grappe de ballons qui accompagne le moindre de ses mouvements, elle parade du haut de ses 3,5 m, toute illuminée, telle une fée semant le rouge sur son passage.

## SAMEDI 29 OCTOBRE

### CAPITAINE MALABAR

**10H15 - 12H15 - 16H00**

Mister Harold et son landau excentrique bonimenteur. Déambulation burlesque et circassienne à destination des petits et des grands. Jonglerie, magie, sculpture de ballons tout en humour et en accent québécois !

### LES DRAGONS

**11H00 - 15H00 - 17H00**

Tout doux, ils attirent les enfants et les plus grands désireux de caresser ces peluches rebonds géantes ! Attention ils restent des dragons qui ont gardé leur instinct animal, mais rien de vraiment dangereux, ils sont vegan !

### MR & MRS PRAWN

**11H30 - 13H15 - 17H30**

Swing-Jazz-Electro avec sonorisation mobile. Une voix, une trompette sur des airs électro swing ! La touche de modernité, l'élégance, et le sourire ensoleillé de Marina vont capter toutes vos attentions. Elle est accompagnée par son trompettiste aux accords et costumes très stylés. Mr & Mrs Prawn sont chics et originaux !

# PLANNING ANIMATIONS MUSICALES ET SPECTACLES

## DIMANCHE 30 OCTOBRE

### **DJACQUE LE NOTAIRE**

**11H00 - 13H45 - 16H30**

Voilà une fanfare qui n'a peur de rien ! Ils naviguent dans les flots des musiques qu'ils aiment. Ces musiciens jouent dans de nombreux sens du terme. Leur instrument tout d'abord qui sont à la fois source de rythmes et d'harmonies. La comédie ensuite qui enrobe chacune de leurs prestations.

### **LES NAINS DE JARDIN**

**11H45 - 14H30 - 17H15**

Spectacle visuel, burlesque et éco-responsable. Attention, les Nains de jardin sont lâchés ! Plus question de rester sans rien faire. Ils prennent les choses en main et agissent. Ils ont déserté nos jardins pour s'occuper de la planète toute entière, notre jardin à tous !

### **CHRIS TORRENTE**

**12H45 - 15H30 - 18H00**

Magie en déambulation...Talent, agilité, humour et contact privilégié avec le public, CHRIS est un excellent magicien de close up, c'est-à-dire de magie de proximité. Il propose une déambulation magique et burlesque tout au long des allées, sur les stands et devant les buvettes.

## LUNDI 31 OCTOBRE

### **LITTLE STOMPERS**

**10H30 - 13H15 - 16H00**

Ces artistes proposent un jazz à la carte, festif, dynamique et chaleureux, aux couleurs de la Nouvelle Orléans.

### **LE MONDE DE FÉLIX**

**11H30 - 14H30**

FELIX est un artiste multi-facettes, performant dans la jonglerie, les échasses, la magie et même le bilboquet ! Il proposera des interventions interactives en échasses.

## MARDI 1ER NOVEMBRE

### **MISTER FLY CIRCUS**

**11H45 - 14H00 - 16H15**

Naïf et emprunté, tout droit sorti d'un cartoon, ce jongleur danseur parle le langage universel du corps. Rien n'est normal au pays de Mr Fly : la réalité et le sérieux sont sans cesse doublés par l'inattendu !

### **LES DAM'OIZELLES**

**10H30 - 12H45 - 15H00**

Laissez-vous surprendre au détour d'une rue par ces 3 échassières, mimes colorés, tout en féminité et hautes perchées pour animer cette dernière journée !