

# Le bien-être en cadeau

Ce week-end, le Palais des congrès accueille un salon dédié au développement personnel, à la sérénité de l'esprit et du corps. Au programme: plusieurs conférences et des ateliers

Entre le rendement au travail, les soucis de santé, les problèmes financiers ou la gestion des relations humaines, les causes de stress ne manquent pas dans le quotidien de chacun. La tendance est de s'orienter vers des solutions alternatives pour retrouver la sérénité de l'esprit et du corps. Le tout nouveau salon « bien-être et nature » de Saint-Raphaël vient donc fort à propos, le week-end prochain.

Le Palais des congrès accueillera, à partir de vendredi après-midi et jusqu'à dimanche soir, cette manifestation dédiée au développement personnel et qui se veut « à taille humaine, chaleureuse et authentique », selon l'organisatrice, Nathalie Fontan, responsable d'Azur Événementiel.

## Soixante-dix exposants

Soixante-dix exposants afficheront leurs compléments alimentaires, les cosmétiques naturels, l'alimentation bio, les huiles essentielles ou de massage, de l'artisanat... Les spécialistes seront à l'écoute de tous ceux qui s'intéressent au « vivre mieux » en prenant des moments pour soi, via la thalassothérapie, la diététique, la relaxation...

« Il y aura de nombreuses conférences comme celles sur l'auto-hypnose soulageant certains maux, sur le tube digestif centre de l'immunité, sur les ondes électromagnétiques... Les ateliers seront destinés à apprendre à se régénérer, retrouver le goût de vivre plus authentiquement, de façon plus saine et plus simple », précise Nathalie Fontan.

« On pourra découvrir les techniques du yoga du visage qui font circuler les énergies permettant de vieillir moins vite, des massages du monde, de nouvelles méthodes



Les spécialistes seront à l'écoute de tous ceux qui s'intéressent au « vivre mieux » en prenant des moments pour soi, via les massages, la thalassothérapie, la diététique, la relaxation...

(Photo Patrice Lapoirie / archives V.-M.)

*alliant pratiques ancestrales et modernes. Les milliers de visiteurs attendus pourront rencontrer des professionnels, des experts en lithothérapie (le pouvoir des pierres dont les énergies peuvent nous aider à nous débarrasser de nos blocages), en naturopathie, en phytothérapie (principes actifs des plantes)»,* ajoute la responsable d'Azur Événementiel.

Samedi, un concert offrira une symphonie cristalline pour une méditation profonde.

J.J.

■ Salon « bien-être et nature », palais des congrès de Saint-Raphaël. Vendredi de 14 h à 19 h 30. Samedi et dimanche de 10 à 19 h. Tarif: 4 euros (tarif réduit sur le site [www.lesjoursneesbienetre.fr](http://www.lesjoursneesbienetre.fr))

## Demandez le programme

■ **Vendredi:** 15 h, « découvrez les fleurs de Bach » et « le magnétisme curatif ». 16 h, « les ondes scalaires » et « yoga du visage ». 17 h, « la manupuncture coréenne » et « les 55 lois universelles ». 18 h, « la psychanalyse humaniste initiatique ».

■ **Samedi:** 11 h, « yoga du visage et lifting énergétique manuel » et « détachement des traumatismes ». 12 h, « psychogénéalogie, mémoires familiales et éveil à soi ». 13 h, « les pierres de protection » et « l'aromathérapie, les

soins énergétiques, la médium-nose » et « changer votre vie grâce au pendule » et « comment agir contre les tensions musculaires de la tête, de la nuque et du dos ». 15 h, « micro-nutrition » et « les ondes scalaires ». 16 h, « hypnose universelle » et « la médecine quantique ». 17 h, « les rayonnements et leur impact sur notre santé » et « enseignement des crânes de cristal ». 18 h, concert: voyage sonore avec bols de cristal, chants sacrés, par Muriel et Pascal Lacombe.

■ **Dimanche:** 11 h, « auto-hypnose » et « prendre soin de son intestin ». 12 h, « la thyroïde » et « le pouvoir des orgonites ou mandalas cristallisés ». 13, « Pourquoi je vis » et « manupuncture coréenne ». 14 h, « voyelles sacrées » et « les tensions musculaires ». 15 h, hypno-radiesthésie et « les secrets des seniors ». 16 h, « les ondes scalaires » et « le tube digestif, centre de l'immunité ». 17 h, « le magnétisme curatif » et « les visages de l'énergie ».