

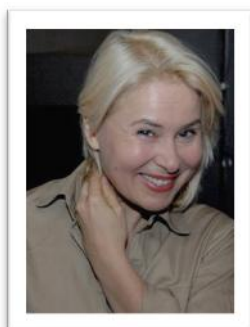


« *Sésame 28 ans de produits Bio et de Zen attitude* »

**180 exposants prêts à répondre à vos envies** pour aborder le printemps en forme ! Alimentations, santé, cosmétique, prêt à porter, et artisanat **biologiques** ; Techniques alternatives, pratiques sportives ou de détente un panel complet de produits et conseils pour votre bien être et celui de votre entourage.

**Plus de 90 conférences aux sujets d'actualités**, animées par des spécialistes de renom dans leurs domaines (professeurs, docteurs, philosophes, psychologue...etc), pour vous aider à mieux vivre et comprendre le monde qui nous entoure.

*Cette année au programme du salon SESAME 2020 A confirmer suite report :*



**Vendredi 08 mai 2020 à 12h00**

**Salle 1 : Etre heureux en amour, c'est possible, que l'on recherche un partenaire ou que l'on soit en couple !** Nos choix amoureux dépendent de nos émotions, de notre discernement, mais aussi de notre éducation. Comment choisir la bonne personne dans la durée ? **Bénédicte Ann. Signature de livres stand A6**

*Psychopraticienne et love coach spécialisée dans le sabotage en amour, au travail, en famille. Elle anime les cafés de l'Amour, le but des cafés est d'apporter un soutien plein d'énergie pour choisir de dépasser ses conditionnements et se préparer une vie belle !*



**Vendredi 08 mai 2020 à 18h00**

**Salle 1 : Quentin Kayser et Sésame vous invite au Concert Méditatif.** Quentin, avec son HandPan, vous fera voyager au grès des sonorités de son magique instrument. **Stand A19**

*Quentin Kayser jouera son dernier répertoire de compositions au Handpan et vous fera prendre conscience des notes, mélodies et harmonies qui peuvent sortir de cet instrument magique. Il racontera pour chacune de ces compositions les histoires (voyages, expériences et rêves) qui l'ont inspiré.*



**Vendredi 08 mai 2020 à 18h00**

**Salle 2 : Les épices, ces fabuleuses plantes médicinales.** Infirmière et consultante en Ayurvéda, **Geneviève Martin**, raconte les épices comme des plantes médicinales. Elle décortique les goûts, les propriétés médicinales, les qualités de chaque épice. Elle donne des tas de recettes de remède-maison, avec leurs différentes utilisations culinaires.

**Signature de livres stand A6**

*Geneviève Martin est infirmière et consultante en Ayurvéda. Auteure du livre "Le livre santé des épices"*



**Vendredi 08 mai 2020 à 18h00**

**Salle 3 : Café Coaching animé :** Le but des cafés est d'apporter un soutien plein d'énergie pour choisir de dépasser ses conditionnements et se préparer une vie plus joyeuse et plus belle... **Bénédicte Ann. Atelier.**

*Psychopraticienne et love coach spécialisée dans le sabotage en amour, au travail, en famille. Elle anime les cafés de l'Amour, le but des cafés est d'apporter un soutien plein d'énergie pour choisir de dépasser ses conditionnements et se préparer une vie belle !*



**Samedi 09 mai à 14h00**

**Salle 1 : Accomplir sa mission de vie, prendre 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 pour réussir sa mission de vie. **Vanessa Mielczareck & Gilles Guyon. Stand B1**

*Vanessa Mielczareck est écrivaine, conférencière et formatrice en relations humaines. Elle développe depuis plus de 20 ans le concept de l'intelligence intuitive qu'elle enseigne en séminaires. Depuis 1989, elle s'est formée aux grandes*

*approches de la psychothérapie.*

*Gilles Guyon a suivi un parcours de développement personnel durant plus de 15 ans qui l'a amené à fondé une école de formation de coach professionnel, de management du 3e millénaire et de développement de l'intelligence intuitive. Conférencier en France et à l'international sur le coaching de réalisation de soi, l'intuition, la conscience et vers la sagesse.*



**Samedi 09 mai à 16h45**

**Salle 1 : Comment prendre soin de son microbiote.** Les intolérances alimentaires, la prise excessive d'antibiotiques, les pesticides et les perturbateurs endocriniens sont désormais reconnus comme des facteurs incontestables d'appauvrissement de notre flore intestinale. Comment prendre soin de notre microbiote pour une santé optimale ? **Marion Kaplan. Signature de livres Librairie Goyard stand C22.**

*Marion Kaplan explore les médecines alternatives et complémentaires, afin d'en tirer les meilleurs bénéfices pour la santé.*



**Samedi 09 mai à 18h00**

**Salle 1 : « Et si c'était possible ? Illuminer sa vie grâce à la psychothérapie »** Une approche différente et novatrice de la psychothérapie, qui aborde l'être dans toutes ses dimensions. Chaque épreuve, chaque moment vécu est là pour nous faire avancer à la rencontre de nous-mêmes. La sérénité passe par la confiance en soi, en la vie! **Martine Samama Levy. Signature de livres AlterreNat Presse stand A6**

*Certifiée par l'école de psychologie clinique à Aix en Provence ainsi que par Jean-Charles Bouchoux dans le cadre d'une formation en psychanalyse, elle a enrichi sa pratique au travers de l'apprentissage de différents outils*

*thérapeutiques : coaching, hypnose ericksonienne, E.F.T, soins énergétiques du docteur Luc Bodin. Elle est également certifiée par la fédération « Psy en mouvement ». [www.espace-psycho.fr](http://www.espace-psycho.fr)*



**Dimanche 10 mai à 11h00** + Atelier pratique à 18h00 en salle 3

**Salle 1 : Les essentiels de l'art-thérapie** : Comment les arts aident-ils, au-delà du plaisir à créer ? L'art-thérapie, c'est à la fois très simple et très complexe. Sylvie Batlle, auteur de plusieurs ouvrages sur le sujet et formatrice depuis 15 ans dans le domaine, en présente l'essence, la finalité et les applications. **Sylvie Batlle. Signature de livres Librairie Goyard stand C22**

*Sylvie Batlle, auteur de plusieurs ouvrages sur l'Art Thérapie, en présente l'essence, la finalité et les applications.*

**Dimanche 10 mai à 16h45**

**Salle 1 : Le Périnée LUDIQUE, une méthode qui ouvre la voie à une féminité épanouie.** A travers cette conférence, vous serez invité à partir à la découverte et à la conquête de cet espace si précieux, totalement relié à tout ce que nous sommes, afin de le préserver. Le plaisir sexuel est intimement lié au sentiment que nous nous portons, à l'image de soi. **Marie-Josée Falevitch. Signature de livres Librairie Goyard stand C22**

*Fondatrice du Périnée Ludique, sage-femme et sophrologue, Elle enseigne cette méthode aux professionnels.*



**Lundi 11 mai à 11h00**

**Salle 1 : "Mieux dormir pour vivre mieux" Aujourd'hui,** nous vivons souvent à cent à l'heure. Nos journées sont trop remplies par nos diverses activités. Résultat, nous empiétons sur notre temps de sommeil et nous ne nous rendons même plus compte que nous ne dormons pas assez. Tous les domaines sont impactés de façon négative. Découvrez les bons réflexes d'hygiène de sommeil comme la sieste flash. **Céline Braun Debourges. Signature de livres Librairie Goyard stand C22**

Formatrice, auteure, coach professionnelle et personnelle diplômée d'un Master 2 d'Accompagnement Professionnel et Coaching. Spécialisée en gestion du stress et du sommeil. [www.cbd-coaching.com](http://www.cbd-coaching.com)



**Lundi 11 mai à 12h30**

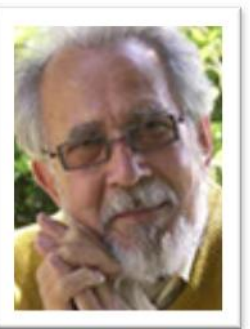
**Salle 1 : Mieux vous connaître avec le Coaching Intuitif de l'Excellence** : Faites l'expérience d'un outil pour découvrir là où vous en êtes... et ce à quoi vous aspirez profondément : Pour un fabuleux éclairage. **Gilles Guyon. Stand B1**

*Gilles Guyon a suivi un parcours de développement personnel durant plus de 15 ans qui l'a amené à fonder une école de formation de coach professionnel, de management du 3e millénaire et de développement de l'intelligence intuitive. Conférencier en France et à l'international sur le coaching de réalisation de soi, l'intuition, la conscience et vers la sagesse.*

**Lundi 11 mai 2020 à 17h00**

**Salle 1 : Causerie sur l'Individualisation.** Sommes-nous réellement nous-mêmes ou bien dans un rôle dicté par la société ? Les participants découvriront les points de repères permettant de se situer sur leur chemin de vie ainsi que, le cas échéant, la nature des signaux d'alertes leur signifiant qu'ils font fausse route. A travers les solutions proposées, apparaîtra alors la nature de l'état d'être propice à la pleine réalisation de soi. **Serge Fitz**

*Auteur de nombreux ouvrages sur la géobiothérapie et la santé, Serge Fitz prône l'épanouissement de l'Être par la conscientisation des entraves à la réalisation de soi-même (et non par l'acquisition de nouveaux savoirs ou de nouvelles techniques). Créant le concept de l'éco-médecine, il se livre à une véritable écologie de la santé.*



***Et de nombreuses conférences sur des thèmes aussi variés que :***

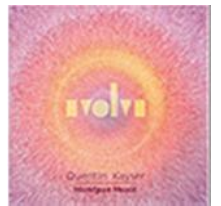
**A la découverte des œufs de Yoni.** par Claudie Morizot & Joseph Genna, **Comment agissent les couleurs** par Sylvaine Magrini, **L'incohérence nutritionnelle** par le Dr Luc Le Metayer, **Les dernières innovations en naturopathie** par Scarlett Loison Westein, **Les plantes sauvages de France** par Le Père Jean, **Végétal, minéral, animal** par Alain Bibal, **Pouvoir d'acupuncture !** par Hwang Chang, **« L'astrologie chinoise »** par Marina Knerr, **Le yoga des yeux**, par Philippe Cleyet Merle, **Des outils pour harmoniser son être et son habitat** par Germain Perret, **« Pas d'essence sans Parfum, pas de Parfum sans essence »** par Florence Amargier, **Purifier, restructurer et reminéraliser l'eau de son robinet** par Jean Vantansite, **Notre corps a besoin d'énergie pour être en bonne santé** par Sylvaine Magrini, **Les conséquences des mots sur notre corps** par Michel Caroline, **Comment agir contre les tensions musculaires de la tête, de la nuque et du dos** par Alfred Pfenning, **La Géobiologie :** par Michel Desfoux, **La naissance, le moment clé de votre vie et votre** par Céline Landré & Daniel Jaffrelo, **Méditation et action fraternelle, ou l'émergence d'un nouvel art de vivre !** Par Céline Lassalle, **Transmettre la sagesse et l'amour** par Dom Jeambrun, **La vitamine C liposomale** par Guy Désardennes, **Je suis responsable de l'eau que je bois.** par Jean Claude Kuehn, **Comment nos ancêtres et nos vies antérieures impactent notre vie actuelle ?** par Marie José Garcia Guerard, **« Cuisson basse température** par Patrick Fournier, **Les métaux lourds** par Armand Bensemhoun, **La pensée positive et la loi d'attraction** par Ben Azri, **Huiles essentielles** par Yannick Parat.

# Les Animations

## AMBIANCE Musicale



Quentin Kayser et **Sésame** vous invite au **Concert Méditatif**, vendredi 08 mai à 18h00. Quentin, avec son HandPan, vous fera voyager au grès des sonorités de son magique instrument. Laissez-vous porter par les notes de cet instrument et par les images, pensées et émotions qui viennent à vous.

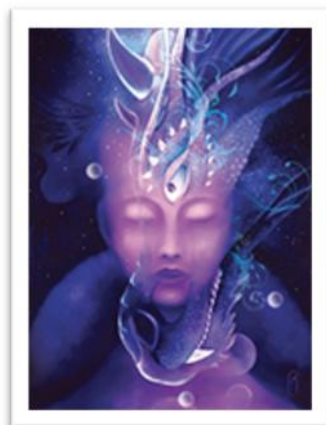


Après des années d'exploration avec cet instrument magique, Quentin décide de faire partager publiquement sa musique, touchant le coeur et l'âme de ceux qui l'écotent.

**Quentin Kayser** sera présent toute la durée du salon sur le **stand A19b**



## AMBIANCE Galerie



**Olivier MENU** Artiste peintre de Lumière



### **À la croisée des Mondes**

Sur le chemin existentiel qui est le sien, où se confrontent l'individu et la société, le féminin et le masculin, l'Orient et l'Occident, Olivier Menu propose de vous offrir un regard d'Amour et de Tolérance. Nous sommes tous fascinés par ce qui nous échappe, ma vie intérieure utilise ses pinceaux pour exprimer le langage de l'âme. Son travail décortique nos failles, nos peurs et nos espoirs en tant qu'êtres humains. Il implique la notion de passage, de transition mais aussi, et surtout, la prise de conscience pour accéder à une renaissance de l'esprit. Il y pénètre à la

recherche de réponses afin de créer un lien entre le présent et le futur, le réel et le spirituel, l'organique et l'onirique.

**Olivier Menu** est un artiste peintre autodidacte vivant au Sud de la France (à côté de Sommières, 30).

Sa démarche aujourd'hui est de permettre à l'art vibratoire de rentrer dans le plus grand nombre de maisons, afin d'apporter un message de paix, de tolérance et d'amour. Artiste présent sur le **stand C26**.



## **AMBIANCE Café Coaching**



**Café Coaching animé** : Le but des cafés est d'apporter un soutien plein d'énergie pour choisir de dépasser ses conditionnements et se préparer une vie plus joyeuse et plus belle... **Bénédicte Ann** Psychopraticienne et love coach spécialisée dans le sabotage en amour, au travail, en famille.

Dans l'esprit des cafés philo, entre le salon littéraire et l'atelier de développement personnel, ce lieu de réflexion et de partage aborde des thèmes en lien avec l'amour et le sentiment amoureux. **Vendredi 08 mai à 18h00**.



Et aussi.....**Vendredi 08 mai à 12h00**, conférence, Etre heureux en amour, c'est possible, que l'on recherche un partenaire ou que l'on soit en couple !



## ATELIER Si, si et les Chevaux



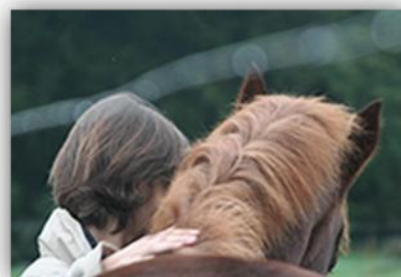
### Se sentir mieux avec soi-même et avec les autres grâce aux chevaux

Dans la vie, tout est histoire de communication or nous passons beaucoup de temps à écrire des histoires bien compliquées. De fait, en plus d'être stressés, nous nous coupons de la vie que nous voulons.

Accompagnée des chevaux qui perçoivent tout de nous, **Cécile Lavault** transmet des outils pratiques qui améliorent notre quotidien, enrichissent notre relationnel et nous guident vers une vie plus équilibrée.

Les chevaux nous aident à comprendre beaucoup de choses...et on se sent tout de suite mieux. Par leur sensibilité, ils éclairent nos comportements et nous ouvrent à une nouvelle forme d'intelligence sociale.

Gérer ses émotions et savoir s'affirmer : l'équithologie est une méthode douce d'épanouissement personnel et de connaissance de soi qui fait du bien même quand tout va bien.



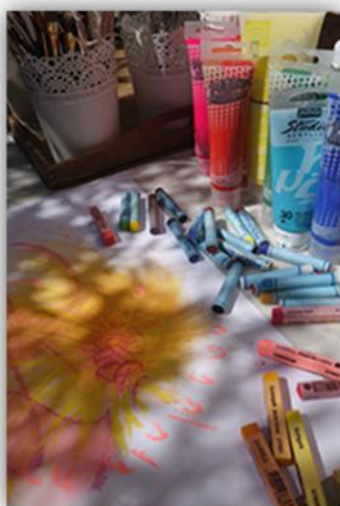
(Informations sur le stand E19)



### Coordonnées :

Cécile Lavault - 06 32 38 04 86  
Equithologue / coach et formateur  
[cheval@sisicom.fr](mailto:cheval@sisicom.fr)  
[www.sisicomcommunication-cheval.com](http://www.sisicomcommunication-cheval.com)

## ATELIER L'art-thérapie pour se rencontrer.



Dans une ambiance conviviale, proposition de quelques exercices de base à faire en solo pour se découvrir : prendre le temps de se dire un vrai bonjour à soi-même et dire un petit quelque chose de soi à l'autre. **Sylvie Batlle, Samedi à 18h00**

"Chaque langage artistique comporte son lot d'avantages et d'inconvénients spécifiques. Pouvoir choisir un langage plutôt qu'un autre, à l'unité ou en association, permet de s'adapter avec nuance et souplesse aux besoins spécifiques des personnes accompagnées dans dans l'ici et maintenant.

Cette approche "intégrative" de l'art-thérapie me permet une grande adaptabilité aux besoins des participants aux ateliers, ce qui me paraît très favorable à une expression de soi fluide et authentique pour la personne accompagnée.



*Praticienne en art-thérapie et en psychothérapie depuis 1999.  
Formatrice consultante en art-thérapie et relation d'aide depuis 2006.  
Spécialiste de l'approche du Jeu de sable (détails sur [www.sandplay.fr](http://www.sandplay.fr))*

## ESPACE Bastide Créations

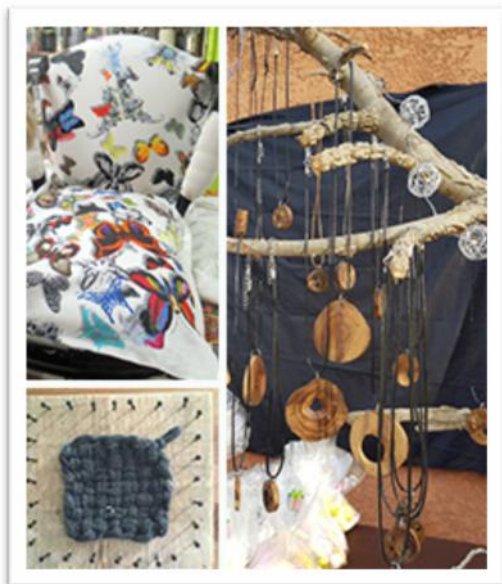
1er organisme certifié éco-recycleur ameublement et décoration



### LES ATELIERS :

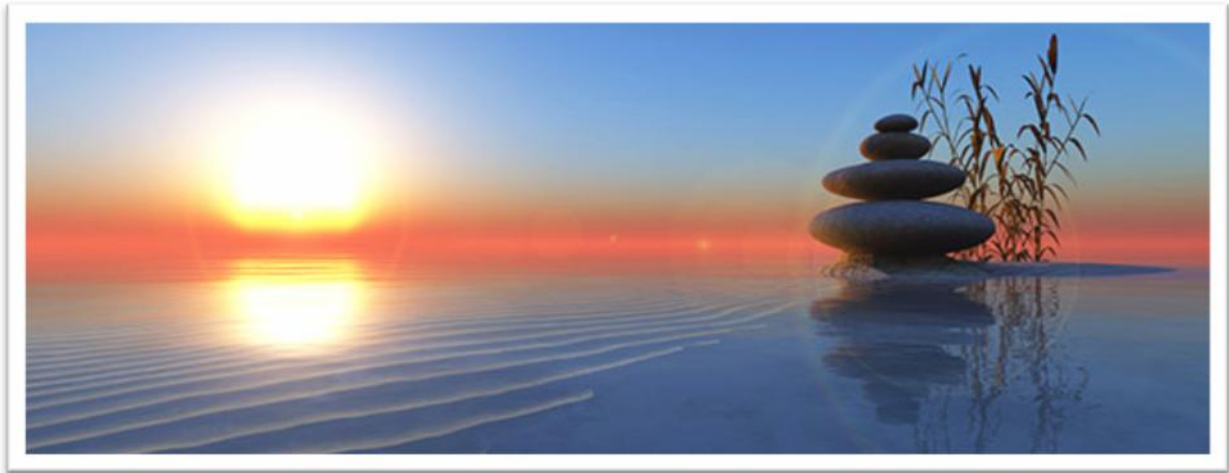
- **Eco-recyclage ameublement :**
  - initiation tapisserie d'ameublement.
  - initiation menuiserie palette / création d'objets.
- **Eco-recyclage tissus :** Fabrication de tawashis.
- **Eco-recyclages matériaux divers :** Création de bijoux en bois.

Toute la durée du salon, **stand E28**





# ESPACE Expérience Zen



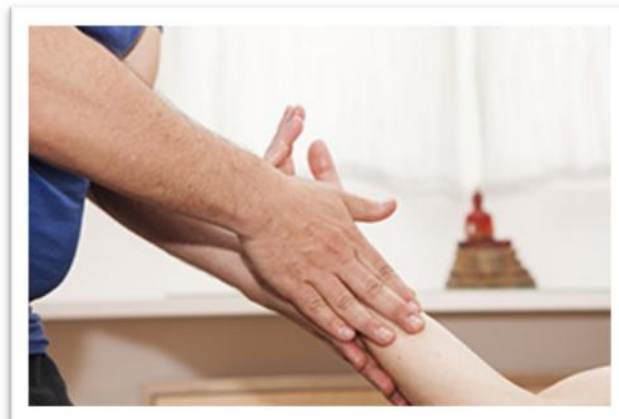
Venez vivre l'expérience pratique  
de soins détente psychocorporels :

- Techniques de Massage Bien-Etre,  
Psycho-corporelles et Energétiques.
- Techniques régénératives, transformatives,  
dynamisantes et protectrices
- Jeux et exercices de dynamisation  
et conscience corporelle.

Dans une rencontre attentive et chaleureuse  
avec les Praticiens animateurs du SESAME 2020.

Animé par Renato Pappalardo et son équipe  
en massage et thérapie énergétique.

[formation@renatopappalardo.com](mailto:formation@renatopappalardo.com)



[www.renatopappalardo.com](http://www.renatopappalardo.com)

# ESPACE Arbres et Conscience

Lieu de détente, de relaxation et de partage, venez vivre une expérience rare et intense :  
S'asseoir à l'intérieur des Arbres... Etre accueillis en leur cœur...



**ESPACE ARBRES ET CONSCIENCE**  
*Lieu de détente, de relaxation et de  
partage, venez vivre une expérience  
rare et intense :  
S'asseoir à l'intérieur des Arbres...  
Etre accueillis en leur cœur...*

*Sésame 2020 C'est toujours :*

*Une pause Gourmande, avec un Espace Restauration Biologique ouvert sur un  
Marché de Terroirs Bio. Et une rencontre avec 200 exposants animateurs d'un  
mieux vivre !*



*Et toujours notre espace Associations militantes et caritatives :*

*Comme chaque année le salon Sésame invite plusieurs associations qui ont  
pour vocation de défendre nos intérêts ou de venir en aide à une population en  
difficulté. Les stands leurs sont offert Intégralement et participent à financer  
leurs actions. Nous recevons cette année Kokopelli, Solidarité homéopathie,  
Culture Tibétaine, Urgence Tibet, Greenpeace, Sea Shepherd, Artisanat de  
l'inde...*



## Nos Partenaires institutionnels :



## Nos Partenaires Presse/Magazines :



KAIZEN



Rebelle-Santé  
VOTRE MENUEL DE SANTÉ NATURELLE

## Infos Salon :

\* Espace restauration avec ses restaurants et sa buvette « Bio-écolo »

\* Marché Bio des producteurs certifiés 100% biologiques.

**Horaires :** vendredi 11h30/19h30, samedi & dimanche 10h30/19h30, lundi 10h30/18h30.

Entrée libre 1h avant la fermeture.

**Tarif unique : 4 €**

**Pensez à la planète...**

**Prenez vos paniers ou cabas, évitez le sac plastique**

**Salon contrôlé par EXPOCERT**

**Goral-Expo** Tél/Fax : 04.66.62.07.16

[info@salon-sesame.com](mailto:info@salon-sesame.com) – [www.salon-sesame.com](http://www.salon-sesame.com)

Trambus Ligne T1 – Arrêt Costières Parnasse

Suivez-nous sur



[www.facebook.com/SalonSesame/](http://www.facebook.com/SalonSesame/)