

**AINTEREXPO**  
Bourg-en-Bresse

**24 au 26**  
janvier 2020

le salon  
**essentiel**  
bien-être & art de vivre

*Prenons soin de nous,  
des autres  
et de la planète !*



**ENVIRONNEMENT**

ANIMATIONS **BIEN-ETRE** ATELIERS

RESTAURATION CONFERENCES

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



# Vaste programme !

Cette 6<sup>e</sup> édition ouvre grand les portes à l'écologie. C'est comme une évidence : le bien-être et la qualité de notre environnement sont étroitement liés. Spécialistes du bien-être, du bio, de l'écologie, ils seront une bonne centaine d'exposants et d'interlocuteurs à nous proposer des produits, des alternatives pour bonifier et rendre plus vertueuse notre vie dans de nombreux domaines du quotidien: habitat, alimentation, habillement, énergies, santé, bien-être beauté, éducation... Optez pour le pass de 3 jours (5 euros) afin de profiter d'un programme copieux et diversifié !



**Conférence**

**Dimanche 26 janvier à 11 h**

## L'apnée du sommeil : une épidémie des temps modernes !

Avec Jean-Yves Bayle, pneumologue et spécialiste des troubles du sommeil, il sera question du syndrome d'apnées du sommeil obstructif. Un syndrome qui touche bon nombre d'entre nous. " L'impact en termes de santé publique est considérable !"

Au-delà d'une prédisposition (génétique) de l'homme pour le syndrome d'apnées du sommeil, une fatalité propre à l'évolution des espèces, en quoi pouvons-nous parler d'épidémie à l'échelle de la planète ? Comment limiter ses implications d'ordre personnel, social, ... ? Quelle(s) piste(s), aujourd'hui, au niveau prévention et soins ?

Réservation sur le site à partir du 15 décembre. 5 euros (entrée du salon offerte)

Horaires d'ouverture

vendredi 12 h 30 à 19 h

samedi 10 h 30 à 20 h

Restauration jusqu'à 21h

dimanche 10 h 30 à 18 h 30



**TARIFS**

Entrée : 3 euros

tarif réduit : 2 euros

pass 3 jours : 5 euros

gratuit pour les moins de 20 ans

espace enfants



vendredi 17 h - 19 h

samedi 14 h - 20 h

dimanche

10h30-13h/14h-18h

le salon  
**essentiel**  
bien-être & art de vivre



Consultez et téléchargez le programme ( à partir du 20 décembre )

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

Ne pas jeter sur la voie publique