Emilie Bernard

Conférencière et formatrice,
experte en Zéro Déchet et Santé Holistique

Maman de 2 enfants et femme active, Emilie Bernard est une trentenaire comme les autres, qui ne vit pas tout à fait comme les autres.

Passionnée **d'écologie, de santé et de simplicité volontaire** depuis l'âge de 20 ans, elle adopte en 2015, avec son conjoint, un **mode de vie Zéro Déchet**, et ne jette plus qu'un litre de déchets ménagers par mois.

Comment ? En refusant à la source les objets jetables, en revenant à **l'essentiel** et en privilégiant les **alternatives réutilisables**. Des gestes simples qui lui font gagner du temps, de l'argent et préservent sa santé.

Après des études en lien avec le **Vivant** (Master de Biochimie et école d'ingénieur en Biotechnologies), Emilie a exercé pendant 10 ans le métier de **responsable qualité-environnement** en entreprise.

Forte de cette expérience de terrain, elle forme aujourd'hui les **collectivités et les entreprises** qui souhaitent être accompagnées dans leur **transition écologique.** Elle propose également des **conférences et des ateliers** sur le Zéro Déchet et la Santé Holistique, dans la région du Forez (42) et son pourtour.

Quotidien Magique
Écologie . Santé . Simplicité

Emilie partage son Quotidien Magique à travers un **blog** du même nom qui regorge **d'informations pratiques et accessibles** pour avancer concrètement, **à son échelle et à son rythme**, vers le Zéro Déchet et la Santé Holistique.

En parallèle, elle propose des **vidéos didactiques** sur YouTube et des **partages inspirants** via Facebook.

Pour en savoir plus ou entrer en contact :

- Sur le site : quotidienmagique.com
- Par mail : contact@quotidienmagique.com
- Facebook et YouTube : Quotidien Magique