



PARTECIPANO 23 ESPOSITORI

Due giorni per risanare corpo e mente Il 30 maggio c'è la Fiera del benessere

(mo.to) - Coccole, terapie riabilitative per il corpo e per la mente, cibo sano e prevenzione del disagio. C'è un po' di tutto nel grande contenitore della Fiera del Benessere, che debutterà il 30 e 31 maggio sul lago di Varese.

A presentare l'iniziativa ieri a Palazzo Estense c'era **Sonia Milani**, alla quale si deve l'ideazione e la realizzazione dell'evento che porta nella Città Giardino una ventata di Oriente e Occidente, sposando in pieno lo spirito di Expo. Per questo l'assessore al Marketing territoriale, **Sergio Ghiringhelli** (foto Blitz), promette che sarà presente all'inaugurazione della fiera, che riunisce 23 espositori, dedicando uno spazio speciale ai bambini, ma anche ai convegni di approfondimento su alimentazione, bellezza e cura di sé.

L'ingresso sarà gratuito, proprio nello spirito di una manifestazione che vuole essere per tutti. «Consiglio a coloro che vogliono provare yoga, shiatsu, osteopatia e antiginnastica di venire in

tuta e scarpe da ginnastica», dice Milani. Nel villaggio della salute allestito al Relais del Lago diretto da **Christopher Di Marzio** saranno disponibili anche "menù benessere" per adulti e bambini. Il 30 maggio si comincerà con la presentazione in anteprima del libro "ViviVarese-Non serve andar lontano per sentirsi in vacanza", per proseguire poi con pratica di anti-ginnastica, seminario sulla salute che si conquista a tavola e campanelli d'allarme per la prevenzione del disagio alimentare, meditazione e pratica viniyoga, minicorso di shiatsu e convegno dedicato alla salute della pelle. La domenica si bissa con convegno "Jeidant", minicorso di composizione floreale, incontro dedicato al "come essere felici" e ancora tanto spazio alle discipline che regalano armonia a corpo, mente e spirito. Il programma dettagliato, le novità, gli espositori e tutte le informazioni sono consultabili sul sito www.fieradelbenesserevarese.it.