

Perle di Benessere e  
**CONSAPEVOLEZZA**

**PARCO  
NORD  
MILANO**

# NATURALMENTESSERE

## benessere in natura



Cascina Centro Parco  
Via Clerici, 150 - 20099  
Sesto S. Giovanni

**SABATO E DOMENICA**

**11 MAGGIO | 12 MAGGIO**

**2024**

dalle 10 alle 19 ingresso libero

**Quale grande contributo possiamo essere al benessere  
di noi stessi e della Terra?**

Una manifestazione che nasce dal desiderio e la volontà di promuovere il benessere psicofisico emozionale e spirituale, che possa condurci alla consapevolezza che una vita in armonia con la Madre Terra è il più grande dono che possiamo farci.

Durante il week end saranno presenti stand di artigianato etico, abbigliamento, accessori e gioielli originati da riciclo creativo, cosmesi naturali e piccoli produttori locali; banchetto di sensibilizzazione e attività per grandi e piccini a cura di Plastic Free Onlus e operatori di discipline Bionaturali che proporranno trattamenti e consulenze.

Consulta il programma per scoprire tutti gli eventi!



con il patrocinio di



Media partner:

**TerraNuova**

**Altrəconomia**



ferMenta

## Conferenza

# Bioterapia Nutrizionale®

a cura della Dottorssa Livia Morini

**“Scopri come la bioterapia nutrizionale può trasformare la tua vita, promuovendo salute e armonia naturale attraverso il potere curativo degli alimenti.”**

L'incremento delle malattie croniche nel mondo occidentale è costante, le evidenze scientifiche mostrano sempre più come lo stile di vita, e in particolare l'alimentazione, svolga un ruolo centrale.

L'alimento, per la sua composizione chimico-fisica, può avere un impatto sulla funzione dei nostri organi e non è quasi mai "neutro".

La Bioterapia Nutrizionale® studia da 60 anni l'uso terapeutico degli alimenti e la funzione del cibo come prevenzione e ha l'obiettivo di aiutare a gestire la propria alimentazione quotidiana.

### **Programma:**

**Storia e Visione:** Storia della Bioterapia Nutrizionale® e della sua fondatrice D. Arcari Morini

**Il Metodo:** Esplorazione dei principi fondamentali, definizione del metodo e le sue distinzioni rispetto ad altri approcci nutrizionali

**Alimentazione e Salute:** Approfondimento sul ruolo dell'alimento come farmaco: miti, realtà e potenziale terapeutico

**Epigenetica e Personalizzazione:** Come l'epigenetica e la medicina di precisione si integrano nella Bioterapia Nutrizionale® per adattarsi ad ogni individuo

**Oltre i Miti:** Confronto tra semplici regole di buon senso e falsi miti dell'alimentazione moderna

**DOMENICA**

**12 MAGGIO**

**2024**

dalle ore 15 ingresso libero



Aula LIM - Cascina Centro Parco  
Via Clerici 150, 2099,  
Sesto S. Giovanni

Evento all'interno della manifestazione NaturalMentEssere  
consulta il programma completo qui



# NATURALMENTESSERE

benessere in natura

**Domenica 12 maggio**



Cascina Centro Parco  
Via Clerici, 150 - 20099  
Sesto S. Giovanni

**Ore 10:00 | Apertura NaturalMentEssere**

**Ore 10:30 | 40 min** - Pratica Qi Gong a cura di "Il Vaso di Pandora" \*

**Ore 11:30 | 1 ora** - Pratica di yoga di radicamento, riequilibrio corpo e anima con "Il Sentiero dello Yoga" \*

**Ore 11:30 | 30 min** - Laboratorio Yoga Bimbi: "Ricicliamo!" a cura di "Yoga Cristallo"

**Ore 12:30 | 30 min** - Sessione suono vibrazionale a cura di Marina Minceva e Luigi \*

**Ore 15:00 | 1h30** - Conferenza: I Principi della Bioterapia Nutrizionale® a cura della Dott.ssa Livia Morini

**Ore 17:00 | 30 min** - Pratica Danza dei Meridiani a cura di "Shambala Shatsu" di Douglas Gattini \*

**Ore 17:30 | 30 min** - Laboratorio Yoga Bimbi: "Diventa un albero!" a cura di "Yoga Cristallo"

**Ore 17:30 | 1 ora** - Pratica yoga di radicamento a cura di "Kurma Yoga" \*

**Ore 18:00 | 30 min** - Teatrino d'Ombre - Fiaba per bambini a cura di "La Casetta delle Note"

**Ore 18:30 | 40 min** - Sessione suono vibrazionale a cura di Marina Mincevi e Luigi \*

**Ore 19:00 | Saluti e chiusura terza edizione  
NaturalMentEssere**

\*Porta con te il tuo tappetino per la pratica!

I bambini fino a 3 anni devono essere accompagnati dai genitori

\*Presentarsi 15 min prima davanti allo stand all'ingresso della Cascina Centro Parco

Gli amici a quattro zampe sono i benvenuti

con il patrocinio di



Città di Bresso