

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Malpensa Benessere, a Busto Arsizio la fiera per prenderci cura di noi stessi

Orlando Mastrillo · Friday, February 3rd, 2023

Torna la stagione delle fiere a **Malpensafiore di Busto Arsizio. Sabato 18 e domenica 19 marzo** 2023 appuntamento al centro fieristico con **Malpensa Benessere**, il nuovo evento dedicato alle discipline olistiche, al benessere e alla sostenibilità ambientale, dove trovare rimedi antichi, novità e best practice per prenderci cura di noi stessi e del nostro pianeta. (foto Roberta Corradin)

La fiera è dedicata all'alimentazione biologica, a integratori e nutraceutica, alla cosmesi naturale, all'abbigliamento, agli accessori per la casa e la cura della persona, alle discipline e trattamenti per la salute e il benessere di corpo e mente, proposti da operatori qualificati e centri wellness. Praticare la meditazione e attività fisiche a basso impatto, utilizzare rimedi naturali per piccoli disturbi, avere consapevolezza alimentare, avere un approccio 'zen' alle questioni della vita porta benefici riconosciuti e aiuta a **mantenerci in buona salute fisica, mentale e spirituale**.

Proprio per questo Malpensa Benessere dedica approfondimenti, conferenze e freeclass per il pubblico della manifestazione e focus tematici. **Sabato 18 marzo arriva lo Yoga Day** per praticare in fiera gli asana tradizionali o scoprire nuovi metodi, come il Bowspring, l'Odaka Yoga e la Ginnastica Yoga Facciale VISONUOVO®. **Domenica 19 marzo invece sarà la volta del Martial Arts e Tai Ji Day**. In entrambe le giornate si potrà assistere a dimostrazioni e seguire lezioni di discipline che migliorano la concentrazione, l'agilità e l'equilibrio.

Nell'**Area Tibet** (18-19 marzo) chi desidera avvicinarsi agli insegnamenti del Buddhismo potrà incontrare i monaci del monastero di Gaden Jangtse Tsawa Khangtsen. I lama realizzeranno un mandala che verrà distrutto nel pomeriggio di domenica 19 marzo, nel corso di una cerimonia emozionante e densa di significato, che ci ricorda la natura transitoria della realtà e della vita stessa.

Ricco **il parterre dei relatori** che si susseguiranno nei due giorni di Malpensa Benessere.

Particolarmente attesa sabato 18 marzo la conferenza del dottor **Piero Mozzi**, celebre per la sua dieta basata sui gruppi sanguigni e gli incontri con il dottor **Salvatore Piraneo** (h.16) che, presso l'ospedale Sacco di Milano, aprì il primo ambulatorio ufficialmente riconosciuto di Omeopatia in Italia e con la psicologa **Maria Rita Scarcella** Fondatrice del Centro l'Equilibrio di Busto Arsizio (h. 17) sul tema del benessere digitale per grandi e piccini.

Domenica 19 marzo a Malpensa Benessere arrivano il dottor **Andrea Cirelli** (h.14) esperto di Ipnosi regressiva, **Andrea Tosatto** (h.15) che ci parlerà di informazione ai tempi dei social e massmedia e **Fulvio Fiori** (h. 16), inventore del metodo Bioscrittura®, terapeuta della parola e

writing coach.

Sono in programma anche **incontri dedicati all'apicoltura, all'alimentazione degli animali domestici, al detox naturale, alla prevenzione-cura dei tumori e una meditazione sensoriale con degustazione** di tisane chakra.

Il programma dettagliato di tutti gli eventi di Malpensa Benessere al link

<https://www.fieredelbenessere.it/visita-malpensa-benessere>

Con lo stesso ticket d'ingresso si potrà visitare anche Expo Elettronica, in un padiglione separato, dedicato all'elettronica di consumo, professionale, all'autocostruzione e retrocomputing.

This entry was posted on Friday, February 3rd, 2023 at 10:30 am and is filed under [Altre news](#).
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.