

## Una fiera del benessere per tutta la famiglia

**Data :** 15 maggio 2015

E' un argomento a cui sono tutti ormai attentissimi, quello del benessere e degli stili di vita migliori, e non è più considerato un lusso ma una necessità per singoli e famiglie: per questo a Varese è stata organizzata la prima [Fiera del Benessere](#) che si terrà il **30 e 31 Maggio** al Relais sul Lago di Varese (in via Giovanni Macchi 61).

Una "due giorni" dedicata alle coccole per tutti: ospitata nell'ala destra nell'albergo, con una camera patio a disposizione di ciascun espositore che da qui potrà proporre prodotti e trattamenti. Ci saranno prove gratuite per tutti, uno spazio per le esibizioni alle quali i visitatori potranno prendere parte attivamente, e la possibilità di pranzare o fare un "aperitivo sano" e in musica nel ristorante panoramico del Relais, magari approfittando dell'area dedicata ai bambini, che per tutto il giorno saranno intrattenuti da laboratori creativi e attività ludiche e sportive.

La Fiera è concepita per essere proprio per tutti: per coloro che vogliono venire in tuta e scarpe da ginnastica per provare gratuitamente lo **Yoga**, lo **Shiatsu**, l'**Osteopatia**, l'**Antiginnastica**; ma anche per coloro che vogliono conoscere prodotti per l'**alimentazione sana e biologica** o **prodotti naturali di bellezza**.

### **COSA SUCCEDE**

**L'ingresso sarà gratuito**, così come le prove di prodotti o trattamenti presso gli stand e le esibizioni sportive alle quali si potrà prendere parte: «Uno sforzo che ci è sembrato doveroso per la prima edizione e che ci auguriamo ci ripaghi in termini di affluenza» ha spiegato **Sonia Milani**, che ha creato l'agenzia organizzatrice dell'evento, 23&20.

Per i bambini ci sarà uno spazio speciale, gestito da [Varese in Famiglia](#): «anch'io sono mamma di due bambine piccole e mi sembrava opportuno pensare anche ai bimbi - ha sottolineato **Sonia Milani** - con uno spazio a loro dedicato attraverso attività ludiche e ricreative, in modo che possano divertirsi mentre i genitori possono visitare in tranquillità gli stand della Fiera». Tra i momenti per famiglie più particolari, quello della mattina di domenica: lo **Yoga Family**, lezione di yoga da praticare tutti insieme.

Troveranno spazio in Fiera anche dei convegni di approfondimento sull'alimentazione, così come suggerisce il semestre di Expo, ma anche sulla bellezza e sulla cura di sé: come quello che si tiene dalle 12.45 alle 13.30 di sabato dal titolo "La salute si conquista a tavola" tenuto dalla dottoressa **Anna Agnusdei**, o quello delle 13,30, sempre di sabato 30, dal titolo "Campanelli d'allarme per la prevenzione dei disagi dell'alimentazione" tenuto dalla dottoressa **Silvia Arnaldi**.

Per godersi la fiera il più possibile, ci saranno anche due momenti giornalieri di ristorazione: il pranzo nel ristorante panoramico del Relais sul Lago con un menù a tema ed un prezzo convenzionato (15 euro per gli adulti e 8 euro per i bambini - si prenota a [info@relaissullago.it](mailto:info@relaissullago.it)) ,

e un aperitivo sano in musica a 5 euro, allestito da Nutrymento ([info@nutrymento.it](mailto:info@nutrymento.it)) e accompagnato da buona musica: più precisamente sabato con il Fado portoghese del duo vocale-piano **Mariachiara Ferraro** ed **Enrico Salvato** e domenica con il pianobar live karaoke di **Roberto Barassi**. Entrambi i momenti sono su prenotazione, entro il 25 maggio.

## "UNO SFORZO PER LA CITTA'"

«E' stato un grosso investimento di energie, tempo e anche soldi – spiega Sonia Milani - ma era un progetto al quale tenevo particolarmente e nel quale credevo molto. Nel mio percorso lavorativo ho curato moltissimi grandi eventi e avevo voglia di portarne alcuni di questi nella mia città, che credo meriti di essere protagonista di bei momenti di aggregazione».

Al piccolo "villaggio della salute" ha dato il Patrocinio anche il Comune di Varese, presente anche alla sua presentazione con l'assessore **Sergio Ghiringhelli**. RadioVillage Network trasmetterà in diretta dalla Fiera la domenica pomeriggio dalle 14:00.

[Il programma](#)