

VareseNews

“Salute tra il sacro e l’olistico”, tutto per prendersi cura della propria salute

Pubblicato: Giovedì 12 Luglio 2018



(Foto – lefelicitapossibili.com)

Una domenica per dimenticare lo stress e prendersi cura di se stessi è quello che propone **aBaco**, l'associazione per il benessere, l'arte, la cultura e l'olistico.

L'evento **“Salute tra il sacro e l’olistico”** si terrà domenica 22 luglio nella chiesa di San Rocco a Carnago e vedrà la partecipazione di esperti di diverse pratiche di meditazione, di ginnastica e di rilassamento. L'incontro è gratuito per chiunque volesse partecipare; solamente per i trattamenti si dovrà versare un'offerta libera. Le attività inizieranno alle 9,00 e termineranno per le 22,00.

Il programma prevede numerose attività durante tutta la giornata. Diversi saranno gli esperti che seguiranno gli ospiti durante le diverse pratiche. **Irene Binaghi e Eugenio Foiadelli di Gaelle Lab** cureranno le pratiche di yi gong, qi gong, tai chi secondo la scuola **Itcca Italia**, risveglio energetico e reiki.

Francesca Vivacqua dell'Associazione Dorje si occuperà delle tecniche *vibrazionali* basate sull'uso di musica, oli essenziali, fiori e piante. Il suo stand all'interno dell'evento sarà incentrato sulle campane tibetane e offrirà ai partecipanti la possibilità di immergersi in un bagno sonoro. **Aatif Falcetta dell'Associazione D'Acqua Dolce Mcs** proporrà invece attività basate sulla sinergia e l'equilibrio di

cinque aspetti: fisico, emozionale, emotivo, mentale, spirituale.

Durante la giornata saranno presenti anche manufatti di artigianato, quali le magliette dello **“Spazio Luce”**, e libri di settore de **“La Bottega delle Idee”**, una libreria di Castiglione Olona.

di [Alessandro Guglielmi](#)