

Progress n 120 - Dicembre 2017



FIERA DEL BENESSERE
5ª edizione



expo[sana]
26.27.28
GENNAIO
2018

PALAZZO STORICO DELLE ESPOSIZIONI
MARIANO COMENSE (CO)
Via Matteotti, 8

VENERDÌ 15.00-20.00
SABATO e DOMENICA 10.00-20.00 **INGRESSO GRATUITO**

ESPO POINT Organizzazione - tel. 031.748814
www.exposana.it
ExpoSanaFieraDelBenessere

Con i patrocini
COMUNE DI MARIANO COMENSE

FIERA DEL BENESSERE
5ª edizione



expo[sana]
26.27.28 GENNAIO 2018
PALAZZO STORICO DELLE ESPOSIZIONI
MARIANO COMENSE (CO)
Via Matteotti, 8

VENERDÌ 15.00-20.00
SABATO e DOMENICA 10.00-20.00 **INGRESSO GRATUITO**

Organizzazione - tel. 031.748814
www.exposana.it
ExpoSanaFieraDelBenessere

Con i partner:
COMUNE DI MARIANO COMENSE

Yoga Magazine
Dicembre 2017



MUOVI IL CORPO
Hanumanasana
& sequenze

Abhaya
MUDRA
Il gesto del coraggio

CHAKRA
Anahata
Il Cuore

InfinitaMente Yoga
Numero 1

Terra Nuova
dal 1977
PENSATA E VIVI ECOLOGICO · n° 334 · GENNAIO 2018



**VOGLIAMO UNA PIPÌ
GLYPHOSATE-FREE!**
#STOPGLIFOSATO

Dopo la proroga Ue
al famigerato erbicida,
non resta che scegliere bio?
Una famiglia l'ha fatto
e i residui di glifosato nelle
urine sono crollati in 2 settimane.

A CONFRONTO
Detergenti intimi

- **RIDETTE** La versatilità dello zenzero in cucina
- **BIOEDILIZIA** Come avere aria buona in casa
- **ALIMENTAZIONE** Sani con il protocollo Re-Start
- **PARTO** Gestire il dolore in modo naturale
- **FSPERIEF7E** La famiglia a innaffio zen
- **ANIMALI** Antismogli a cinerare l'inquinamento

FIERA DEL BENESSERE
5ª edizione



expo[sana]
26.27.28 GENNAIO 2018
PALAZZO STORICO DELLE ESPOSIZIONI
MARIANO COMENSE (CO)
Via Matteotti, 8

VENERDÌ 15.00-20.00
SABATO e DOMENICA 10.00-20.00 **INGRESSO GRATUITO**

Organizzazione - tel. 031.748814
www.exposana.it
ExpoSanaFieraDelBenessere

Con i partner:
COMUNE DI MARIANO COMENSE

RASSEGNA STAMPA "EXPO SANA" 26-27-28 GENNAIO 2018 5° Edizione

La Provincia di COMO

Venerdì 19 gennaio 2018

Domenica 21 gennaio 2018

Venerdì 26 gennaio 2018

Sabato 27 gennaio 2018

Domenica 28 gennaio 2018

La Provincia di LECCO

Domenica 21 gennaio 2018

Venerdì 26 gennaio 2018

Sabato 27 gennaio 2018

FIERA DEL BENESSERE
5ª edizione

expo
[sana]

26.27.28 GENNAIO 2018

PALAZZO STORICO DELLE ESPOSIZIONI
MARIANO COMENSE (CO) - Via Matteotti, 8

BENESSERE...

- IN TAVOLA
- SALUTE & CORPO
- SHOPPING
- PRODOTTI NATURALI
- DISCIPLINE OLISTICHE E BIO-NATURALI

INCONTRI IN FIERA
PUNTO RISTORO

INGRESSO GRATUITO

VENERDI 15.00-20.00
SABATO e DOMENICA 10.00-20.00

INFO 031 748814
www.exposana.it • f Exposana al tuo Benessere

La Provincia di Como – Mercoledì 10 Gennaio 2018

40

LA PROVINCIA
MERCOLEDÌ 10 GENNAIO 2018

Mariano Comense

Riparte la stagione delle fiere Expo Sana apripista a Mariano

Appuntamenti. La rassegna dal 26 al 28 al Palazzo Storico delle Esposizioni di via Matteotti
Gli organizzatori: «Focus sullo star bene in modo naturale, nei nostri stand più di 80 espositori»

MARIANO COIMENSE

VIVIANA DALLA PIA

Al Palazzo Storico delle Esposizioni di Mariano è ai nastri di partenza la stagione fieristica 2018 e presto soffierà aria di benessere.

Da venerdì 26 a domenica 28 gennaio ecco la quinta edizione della rassegna "Expo Sana - Fiera del benessere". «Torna la fiera del benessere, una manifestazione ormai consolidata e apprezzata» racconta Elena Monti, organizzatrice del calendario espositivo del Palazzo per Expo Point. «In questa manifestazione il focus è lo star bene in modo naturale, proponiamo più di 80 espositori in un'ampia carrellata di modi e di luoghi del vivere sano, dei prodotti, dei servizi e delle discipline, degli stili di vita utilizzati per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale».

Iniziative

Tre giorni di manifestazione dedicati al "benessere" un vero e proprio viaggio nella salute e nel benessere naturale.

«Star bene in modo naturale» è lo slogan che accompagnerà il ploglio lungo un interessante percorso di proposte per il benessere, partendo dalla cura della persona, ai prodotti benefici per il nutrimento del corpo, il benessere

della mente e l'alimentazione sana, bio e naturale» dice Monti.

A Expo Sana tre giorni di manifestazione per conoscere il benessere anche in modo pratico, ancora una volta a ingresso libero e gratuito.

Per gli appassionati, non mancherà nemmeno quest'anno un ricco calendario di eventi di carattere molto vario. Siva dall'immaneabile "Bagno so-

mancherà l'angolo dedicato al gusto con ricette vegetariane, vegane e bio-naturale con un'attenzione verso i piatti biologici con "alimenti ritrovati" che stanno avendo grande risalto in cucina, come i cereali e i legumi biologici con il sapore e il gusto delle cose buone di una volta portando in tavola cicerchia, lenticchie, grano duro integrale, roveja italiana».

Shopping

Grande spazio anche per lo shopping, con molte proposte di benessere con prodotti cosmetici naturali e biologici, fitoterapia, incensi, detergenti ecologici, sapone marino, centri estetici, olii essenziali e prodotti ayurvedici, prodotti naturali per la casa, abbigliamento naturale e vegan con la novità di scarpe e camicie vegan e foulard in bamboo. Si continua con estratti di piante e fiori, libri e tutti i prodotti che abbracciano gli aspetti della ricerca del benessere e del vivere al naturale.

La manifestazione "Expo Sana - La fiera del benessere star bene in modo naturale" aspetta il suo pubblico dal 26 al 28 gennaio al Palazzo Storico delle Esposizioni, in via Matteotti 10 a Mariano Comense. Ingresso gratuito, orario di apertura: venerdì dalla 15 alle 20, sabato e domenica dalle 10 alle 20. Per informazioni e dettagli: www.exposana.it e sulla pagina facebook dedicata.

■ Stand dedicati al benessere anche attraverso gli alimenti biologici

■ C'è l'imbarazzo della scelta: incensi, saponi, centri estetici, olii e prodotti ayurvedici

noro di campane tibetane» a diverse conferenze che affronteranno tematiche energetiche ed alimentari. Tra pochi giorni sarà presentato il calendario definitivo consultabile sul sito della www.exposana.it

«La scorsa edizione venne introdotta la novità del ristorante salutista, - racconta Monti - visto l'apprezzamento riscosso anche quest'anno non

La scheda

**Il calendario
A marzo c'è
Sapori in scena**

Sei novità in 6 anni

Expo Point negli ultimi sei anni ha impegnato molte energie negli eventi fieristici organizzati al Palazzo Storico delle Esposizioni di Mariano Comense. «Abbiamo potuto implementare notevolmente l'offerta, aggiungendo 6 fiere, molte delle quali sono già consolidate nel panorama regionale. Abbiamo investito su eventi non presenti nel territorio: approfondendo il mondo naturale e biologico con "Expo Sana" a gennaio e con "Solo Bio" in calendario a settembre».

Dal 23 al 25 marzo

Dopo la V edizione di Expo Sana, il calendario del Palazzo delle Esposizioni prevede "Sapori in scena" innovativa fiera che vuol premiare il gusto italiano tra cooking show, degustazioni e sapori artigianali. La quarta edizione della manifestazione è in calendario dal 23 al 25 marzo. «Stiamo cercando di valorizzare il territorio e le sue eccellenze con "Sapori in scena" giunta già alla quarta edizione e che a marzo punta i riflettori sull'enciclopedia gastronomica locale e sugli chef lombardi» racconta l'organizzatrice Elena Monti.

Dalla birra al Natale

Ad aprile poi già da due anni arriva il Brienza Beer Festival, interessante manifestazione sulla birra che dal 6 all'8 farà diventare Mariano il punto di riferimento del luppolo. Si passa poi a settembre, con "Passione Creativa" con focus sulla creatività manuale. A seguire "Solo Bio" e "Brienza Sposi" che ha appena raggiunto il traguardo dei 30 anni di attività. «L'altro nostro evento più longevo è "Artigianato e Dintorni". Inoltre quest'anno abbiamo proposto per la prima volta Natale a Palazzo, trasformando l'edificio in una grande casa di Babbo Natale. La manifestazione al suo debutto ha avuto un buon apprezzamento specialmente per le numerose attività, laboratori e spettacoli a tema proposti» conclude Monti. V.DAL.



L'edizione 2016 di "Expo Sana" al Palazzo storico delle esposizioni



Tantissimi i visitatori durante l'edizione dello scorso anno

SPECIALE EXPO SANA

In scena presso il palazzo storico delle esposizioni la fiera del ben essere

Il prossimo weekend ritorna a Mariano Comense «Expo Sana»

Tre giorni di manifestazione in cui il pubblico, a ingresso gratuito, potrà avere l'occasione di scoprire il piacere di una vita sana, in armonia con corpo mente e spirito e partecipare a iniziative collaterali, workshop e momenti di formazione



QUARTA EDIZIONE Uno scatto da «Expo Sana» 2017. Quest'anno la manifestazione è giunta alla sua quinta edizione

MARIANO COMENSE (ncl) Il prossimo fine settimana ritorna «Expo Sana», la fiera del benessere per stare bene in modo naturale.

Da venerdì 26 a domenica 28 gennaio, infatti, presso il palazzo storico delle esposizioni di via Matteotti, andrà in scena la quinta edizione della ma-

nifestazione dedicata ai prodotti, ai servizi e alle discipline utilizzate per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo-anima.

Tre giorni di manifestazione dedicati, quindi, al benessere nella sua accezione più ambiziosa: star bene in modo naturale che accompagnerà il

pubblico lungo un percorso di proposte per il benessere, partendo dall'area dedicata alla cura della persona, proseguendo con una rassegna di prodotti benefici per il nutrimento del corpo e il benessere della mente, passando da un'esposizione di attività e di prodotti per il tempo libero, sino ad

arrivare alle soluzioni ecologiche per la casa. Tre giorni in cui il pubblico, a ingresso gratuito, potrà avere l'occasione di scoprire il piacere di una vita sana, in armonia con corpo mente e spirito e partecipare a iniziative collaterali, workshop e momenti di formazione.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



La Provincia di Como – Martedì 23 Gennaio 2018

LA PROVINCIA
MARTEDÌ 23 GENNAIO 2018

Il weekend di Expo Sana Benessere in tutte le forme

Mariano. Da venerdì torna la fiera dedicata allo stare bene in modo naturale. Conferenze, laboratori e 80 espositori con una grande varietà di prodotti bio

MARIANO COMENSE
VIVIANA DALLA PRIA

Al Palazzo Storico delle Esposizioni di Mariano, in via Matteotti 8, nel weekend soffierrà aria di salute. Da venerdì a domenica ecco la quinta edizione della rassegna a ingresso gratuito "Expo Sana - Fiera del benessere". Torna una manifestazione ormai consolidata e apprezzata, dove il focus è lo star bene in modo naturale.

Al Palazzo Storico arriveranno più di 80 espositori in un'ampia carrellata di modi e di luoghi del vivere sano, dei prodotti, dei servizi e delle discipline, degli stili di vita utilizzati per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale. Tre giorni di manifestazione dedicati al "benessere", un vero e proprio viaggio nella salute e nel benessere naturale. «"Star bene in modo naturale" è lo slogan che accompagnerà il pubblico lungo un interessante percorso di proposte, partendo dalla cura della persona, ai prodotti benefici per il nutrimento del corpo, il benessere della mente e l'alimentazione sana, bio e naturale» dice **Elena Monti** di Expo point.

Percorso salute

A Expo Sana tre giorni di manifestazione per conoscere il benessere anche in modo pratico, ancora una volta a ingresso libero e gratuito. Per gli appassionati, non mancherà nemmeno quest'anno un ricco calendario di eventi di carattere molto vario. Si va dall'immane "Bagno sonoro di campane tibetane" a diverse conferenze che affronteranno tematiche energetiche ed alimentari.

Tante iniziative da seguire in fiera. Venerdì alle 16 si potrà partecipare "Al film di amore con il mondo" di **Paolo Goglio**, autore del format già prodotto e distribuito da 6 stagioni in 150 puntate su 24 emittenti televisive in tutta Italia.

Alle ore 17, si parlerà di olii essenziali con **Claudia Francini** e **Stefania Aliprandi**. Alle ore 18, per tutti e tre i giorni, bagno sonoro di campane tibetane.

Aromaterapia e ipnosi

Sabato 27 gennaio, alle ore 11 incontro per trovare il giusto equilibrio di Energia; alle ore 12 "Tra la Vita e la Morte: l'eternità dell'Anima". Alle 14, "Aromaterapia primordiale e istintiva" a cura di **Giacomo Maria**. Alle 15, "Insieme per il benessere. Nativi Americani e Oriente: presentazione esperienziale" con un focus sull'integrazione, preservando le peculiarità proprie di ogni cultura e tradizione.

Alle 16 "Ipnosi e Vite precedenti: indagare il passato per migliorare il presente" a cura di **Cristina per La Grotta di Luce**. Alle 17, "Come superare i blocchi emotivi e aumentare la resilienza". Domenica 28 gennaio, alle ore 11 "La figura femminile e le piante curative".

Alle ore 12, "Il Benessere e le Favole", alle ore 13 "Qi Gong, l'arte di nutrire la vita", alle 14 consigli e strumenti per la prevenzione e l'autocura alla sedentarietà della vita quotidiana.

Alle 15, si parla di Yoga, alle 16 si parla della room cristal e alle 17 focus sulle foglie di olivo.

La manifestazione è a ingresso gratuito, orario di apertura: venerdì dalla 15 alle 20, sabato e domenica dalle 10 alle 20. Info: www.exposana.it



L'edizione dello scorso anno della fiera a Mariano Comense

Ricette vegane e bio-naturali

Ritorna il ristorante salutista Con la cassoeula vegetariana

A "Expo Sana - Fiera del benessere" la scorsa edizione venne introdotta la novità del ristorante salutista e, visto l'apprezzamento riscosso, anche quest'anno non mancherà l'angolo dedicato al gusto con ricette vegetariane, vegane e bio-naturali con un'attenzione verso i piatti biologici con "alimenti ritrovati" che stanno avendo grande risalto in cucina, come i cereali e i legumi biologici con il sapore e il gusto delle cose buone di una volta. Tra le particolarità proposte, la novità di questa edizione

è la cassoeula vegetariana. Spazio anche allo shopping, con molte proposte di benessere tra cui cosmetici naturali e biologici, fitoterapia, incensi, detergenti ecologici, sapone marino, centri estetici, olii essenziali e prodotti ayurvedici, prodotti naturali per la casa, abbigliamento naturale e vegan con la novità di scarpe e camicie vegan e foulard in bamboo. Si continua con estratti di piante e fiori, libri e tutti i prodotti che abbracciano gli aspetti della ricerca del benessere e del vivere al naturale. V. DAL

42

SPECIALE

EXPO SANA 2018

LA PROVINCIA
MARTEDÌ 23 GENNAIO 2018

A cura di SPM Pubblicità

Tre giorni di benessere. Un viaggio nella salute

Expo Sana: la V edizione a Mariano Comense

Al Palazzo Storico delle Esposizioni di Mariano, in via Matteotti 8, presto soffierà aria di benessere.

Da venerdì 26 a domenica 28 gennaio ecco la quinta edizione della rassegna "Expo Sana - Fiera del benessere". Torna una manifestazione ormai consolidata e apprezzata, dove il focus è lo stare bene in modo naturale.

Al Palazzo Storico arriveranno più di 80 espositori in un'ampia carrellata di modi e di luoghi del vivere sano, dei prodotti, dei servizi e delle discipline, degli stili di vita utilizzati per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale. Tre giorni di manifestazione dedicati al "benessere", un vero e proprio viaggio nella salute e nel benessere naturale. «Star bene in modo naturale» è lo slogan che accompagnerà il pubblico lungo un interessante percorso di proposte, partendo dalla cura della persona, ai prodotti benefici per il nutrimento del corpo, il benessere della mente e l'alimentazione sana, bio e naturale - dice Monti.

A Expo Sana tre giorni di manifestazione per conoscere il benessere anche in modo pratico, ancora una volta a ingresso libero e gratuito. Per gli appassionati, non mancherà nemmeno quest'anno un ricco calendario di eventi di carattere molto vario.

Sivà dall'immane "Bagno sonoro di campane tibetane" a diverse conferenze che affronteranno tematiche energetiche ed alimentari.

La scorsa edizione venne introdotta la novità del ristorante salutista e, visto l'apprezzamento riscosso, anche quest'anno non mancherà l'angolo dedicato agli-



Un'immagine del Palazzo delle Esposizioni di Mariano Comense allestito per la manifestazione

"Expo sana" a Mariano Comense dal 26 al 28 gennaio al Palazzo Storico delle Esposizioni. Orari: Venerdì dalle 15 alle 20. Sabato e Domenica dalle 10 alle 20. www.exposana.it

sto con ricette vegetariene, vegane e bio-naturali con un'attenzione verso i piatti biologici con "ali-

menti ritrovati" che stanno avendo grande risalto in cucina, come i cereali e i legumi biologici con il sapore e il gusto delle cose buone di una volta.

Spazio anche allo shopping, con molte proposte di benessere tra cui cosmetici naturali e biologici, fitoterapia, incensi, detergenti ecologici, sapone marino, centri estetici, oli essenziali e prodotti ayurvedici, prodotti naturali per la casa, abbigliamento naturale e vegan con la novità di scarpe e

camicie vegan e foulard in bambù.

Si continua con estratti di piante e fiori, libri e tutti i prodotti che abbracciano gli aspetti della ricerca del benessere e del vivere al naturale.

La manifestazione è a ingresso gratuito, orario di apertura: venerdì dalle 15 alle 20, sabato e domenica dalle 10 alle 20.

Informazioni e dettagli:
+39 031.748814
eventi@expopoint.it

Tante iniziative.



Salute e benessere in tanti approfondimenti

A tutto benessere con incontri e conferenze

Tante iniziative da seguire in fiera. Venerdì alle 16 si potrà partecipare "Al film di amore con il mondo" di Paolo Goglio, autore del format già prodotto e distribuito da 6 stagioni in 150 puntate su 24 emittenti televisive in tutta Italia. Alle ore 17, si parlerà di oli essenziali con Claudia Francini e Stefania Aliprandi. Alle ore 18, per tutti e tre i giorni, bagno sonoro di campane tibetane. Sabato 27 gennaio, alle ore 11 incontro per trovare il giusto equilibrio di Energia; alle ore 12 "Tra la Vita e la Morte: l'eternità dell'Anima". Alle ore 14, "Aromaterapia primordiale e istintiva" a cura di Giacomo Maria. Alle ore 15, "Insieme per il benessere. Nativi Americani e Oriente:

presentazione esperienziale" con un focus sull'integrazione, preservando le peculiarità proprie di ogni cultura e tradizione. Alle ore 16 "Ipnosi Vite precedenti: indagare il passato per migliorare il presente" a cura di Cristina per La Crotta di Luce. Alle 17, "Come superare i blocchi emotivi e aumentare la resilienza". Domenica 28 gennaio, alle ore 11 "La figura femminile e le piante curative". Alle ore 12, "Il Benessere e le Favole". Alle ore 13 "Qi Gong, l'arte di nutrire la vita", alle 14 consigli e strumenti per la prevenzione e l'autocura alla sedentarietà della vita quotidiana. Alle 15, si parla di Yoga, alle 16 si parla della room cristale e alle 17 focus sulle foglie di olivo.

FIERA DEL BENESSERE
5ª edizione

expo [sana]

26-27-28 GENNAIO 2018

PALAZZO STORICO DELLE ESPOSIZIONI
MARIANO COMENSE (CO) - Via Matteotti, 8

BENESSERE...

- IN TAVOLA
- SHOPPING
- DISCIPLINE OLISTICHE E BIO-NATURALI
- SALUTE & CORPO
- PRODOTTI NATURALI

INCONTRI IN FIERA PUNTO RISTORO

INGRESSO GRATUITO

VENERDÌ 15.00-20.00
SABATO e DOMENICA 10.00-20.00

MAGNESIO SUPREMO
naturalmente **ANTISTRESS**

Il magnesio è un minerale che contribuisce a sostenere:

- Il rilassamento muscolare
- Il benessere psicologico
- Il metabolismo energetico
- L'equilibrio degli altri minerali
- La struttura di ossa e denti
- Il transito intestinale
- La costruzione di proteine

SCEGLI LA FORMULA ORIGINALE

disponibile anche nei gusti
Lemon e Ciliegia

Ci trovi al 1° piano stand n° 5

Natural Point srl - via Pompeo Mariani, 4 - 20128 Milano - tel. 02.27007247 - www.naturalpoint.it - info@naturalpoint.it

2018...Passi in leggerezza
...da oggi stare in piedi non è mai stato così bello...

Bionaif®
plantare attivo

MyBenefit
il benessere della salute

PIANO TERRA - STAND 11
Tel. 345.436344 sig. Rosella Longhi

Scienze e natura la scienza vertebrale

Combate il mal di schiena, la stanchezza alle gambe e i gonfi

Panacea l'assalto delle ginocchia

Distributore e scarto il peso del corpo corporeo

FARMACIA CASTELLI
MARIANO COMENSE

omeopatia | fitoterapia | veterinaria | cosmesi

regala la salute
la pratica Gift Card prepagata per i tuoi regali e per i tuoi acquisti in farmacia

Piazza Roma, 2 - Mariano Comense (Co)
t. 031.745.591 - www.farmaciacastelli.it

attiva gratuitamente la tua carta fedeltà

FarmacicaCastelli

Tre giorni, ottanta espositori A Mariano la fiera del benessere

Expo Sana

Da venerdì a domenica
al Palazzo delle Esposizioni
Ricco programma
di eventi collaterali

Un totale di 80 espositori, disposti sui tre piani del Palazzo Storico delle Esposizioni di Mariano, in via Matteotti 8, per un totale di 1800 metri quadrati tutti incentrati sul settore salute e benessere.

Arriva nel weekend, da venerdì a domenica, la quinta edizione della rassegna a ingresso gratuito "Expo Sana - Fiera del benessere" proposta Expo Point. A raccontare questa manifestazione è Elena Monti: «La quinta edizione di Expo Sana si svolge con il patrocinio del Comune e di Confcommercio Como è la conferma di una fiera che va molto bene, abbiamo esaurito ogni spazio disponibile e questo sta a significare che il settore del benessere gode sempre di buona salute. Il pubblico viene volentieri a visitare questa fiera perché può toccare con mano i diversi rami del settore: dall'ayurveda all'olistico, dall'equilibrio

spirituale a quello alimentare. Al Palazzo Storico delle Esposizioni sarà possibile provare diversi trattamenti, seguire workshop e conferenze».

"Expo Sana" è una manifestazione ormai consolidata e apprezzata, con un focus trasversale: il raggiungimento del benessere in modo naturale. Ai visitatori verrà proposta un'ampia carrellata di modi e di luoghi del vivere sano, dei prodotti, dei servizi e delle discipline, degli stili di vita utilizzati per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale.

«"Star bene in modo naturale" è lo slogan che accompagnerà il pubblico lungo un interessante percorso di proposte, partendo dalla cura della persona, ai prodotti benefici per il nutrimento del corpo, il benessere della mente e l'alimentazione sana, bio e naturale» dice Monti. Per gli appassionati, non mancherà nemmeno quest'anno un ricco calendario di eventi di carattere molto vario e che include anche conferenze sulle



La manifestazione è giunta alla quinta edizione

■ «Star bene in modo naturale è la filosofia di questa manifestazione»

■ Un settore in crescita dal punto di vista economico

tematiche energetiche ed alimentari. Tante iniziative da seguire in fiera, come quella prevista venerdì alle 16, quando si potrà partecipare al casting "Al film di amore con il mondo" di Paolo Goglio, autore del format già prodotto e distribuito da 6 stagioni in 150 puntate su 24 emittenti televisive in tutta Italia. Il calendario completo delle attività è consultabile sul sito Internet www.exposana.it

"Expo Sana" sarà aperta venerdì dalla 15 alle 20, sabato e domenica dalle 10 alle 20. Ingresso gratuito. **V. Dal.**

LA PROVINCIA
GIOVEDÌ 25 GENNAIO 2018

41

SPECIALE

EXPOSANA 2018

A cura di SPM Pubblicità

Star bene in modo naturale. Tre giorni per tutte le novità

A Palazzo.

Da venerdì 26 gennaio Expo Sana a Mariano

Continua l'entusiasmo per "Expo Sana - Fiera del Benessere per Star Bene in modo naturale".

Da venerdì 26 a domenica 28 gennaio si svolgerà la quinta edizione di Expo Sana che come da tradizione si propone al Palazzo Storico delle Esposizioni di Mariano Comense (CO) in via Matteotti 8, un prestigioso e classico palazzo distribuito su tre piani espositivi con un'area disponibile di oltre 1.800 mq. che offre un'immagine ricercata e di raffinato impatto e che ha, da oltre 18 anni, una tradizione come sede di manifestazioni di successo rivolte al grande pubblico.

EXPO SANA - FIERA DEL BENESSERE

Organizzata da ExpoPoint si presenta come una vetrina dei modi e dei luoghi dello star bene, dei prodotti, dei servizi e delle discipline utilizzate per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo-anima, attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale.

Tre giorni di manifestazione dedicati al benessere nella sua accezione più ambiziosa: star bene in modo naturale che accompagna il pubblico lungo un percorso di proposte per il benessere, partendo dall'area dedicata alla cura della persona, proseguendo con una rassegna di prodotti benefici per il nutrimento del corpo e della mente, passando da un'esposizione di attività e di prodotti per il tempo libero, naturalmente eco-orientato, sino ad arrivare alle soluzioni ecologiche per la casa.

I settori merceologici rappresentati saranno numerosi. Per la bellezza: prodotti estetici, prodotti per la cura della persona, cosme-



Un'immagine della scorsa edizione della manifestazione che sarà al Palazzo di Mariano Comense

EXPOSANA a Mariano Comense dal 26 al 28 gennaio, Palazzo Storico delle Esposizioni
Orari: ven. dalle 15 alle 20
Sab e Dom dalle 10 alle 20
www.exposana.it

ntici naturali e biologici, alimentazione: cibo biologico, cibo biodinamico, cibi dietetici, integratori ali-

mentari, alimenti per intolleranze alimentari, alimenti senza glutine, alghe e derivati

Per lo sport: palestre, centri fitness; per l'ambiente: purificazione aria/acqua, detersivi ecologici, energie rinnovabili, aromi naturali. Salute: centri benessere, centri termali, centri massaggi, erboristerie, medicine naturali, omeopatia, discipline naturali, terapie olistiche.

Il tempo libero propone viaggi, vacanze, location green e eco so-

stenibili.

Per l'arredamento: arredi e attrezzature ecologiche ed ecocompatibili per negozi e uffici, arredi ergonomici ed ecologici, casalinghi e accessori per la casa, bio Edilizia, bio hotel.

Non mancherà l'abbigliamento con biancheria ecologica, calzature ortopediche, tessuti naturali

Per informazioni e dettagli:
031.748814
eventi@expopoint.it



Salute e benessere in tanti approfondimenti

Ristoro aperto con menù vegano e vegetariano

Una tre giorni in cui il pubblico, con un ingresso gratuito, avrà l'occasione di scoprire il piacere di una vita sana, in armonia con corpo mente e spirito. Il tutto arricchito da numerose iniziative collaterali, workshop, momenti di formazione e informazione con esperti del settore.

Tra un momento imperdibile, un workshop e un laboratorio, vale la pena fermarsi al "Ristorante" con cucina vegetariana, vegana e bio-naturale presente a Palazzo, dove gustare come novità assoluta per questa quinta edizione, la Cassoeula vegana, piatto tipico della tradizione lombarda rivisitato in chiave Vegan. Anche il settore dell'alimentazione sarà presente

in mostra con pane biologico, miele, cibo biologico, vegano e per intolleranti, integratori alimentari, creme, spalmabili e cioccolato, spezie, tè, tisane e infusi, alghe, semi, piante e radici, bacche.

EXPO SANA non sarà solo occasione per fare "ottimi acquisti naturali di benessere", ma coinvolgerà il pubblico ed espositori in un'esperienza multisensoriale con workshop, laboratori, dimostrazioni e lezioni pratiche con un fitto ed interessantissimo calendario di incontri.

Expo Sana, rassegna "da vivere" in modo naturale, è aperta venerdì 26 gennaio dalle 15 alle 20 e sabato 27 e domenica 28 gennaio dalle 10 alle 20.

Az. Agr. Prato della Voja
BIO SPIRULINA



SPIRULINA

Le coltivazioni di Spirulina di Azienda Agr. Prato della Voja sono interamente in Italia, controllate microbiologicamente giornalmente ed essiccate a bassa temperatura. Questo permette di ottenere un prodotto di qualità eccellente, privo di inquinanti e che conserva tutte le proprietà benefiche dell'alga. L'appoggio ad un laboratorio specializzato consente un riscontro in real-time delle condizioni di coltivazione, della composizione del prodotto e dello stato di salute dell'alga.

Presenti a **EXPOSANA**
Piano 1 - Stand 21

Az. Agricola Prato della Voja
Via Prato Voglia, 10 - 24060 CREDARO
Cell. 3891138081
www.pratodelavoja.it

DISINFESTAZIONE ANTIBATTERICA

SISTEMA INNOVATIVO DI DISINFESTAZIONE ANTIBATTERICA COMPLETA ANCHE DI GRANDI AMBIENTI !!!

Non tossico, non corrosivo, prodotto Bio

CON UN PICCOLO COSTO UN GRANDE RISULTATO !!!

STOP AI NEMICI INVISIBILI

DISINFESTAZIONE ANTIBATTERICA

Tel. 02.45707129 - Cell. 335.5888982
info@disinfesta.it - www.disinfesta.it

Seguici su **f**

Elimina virus, batteri, muffe
Trattamento: 10 - 30 min
Contenitore al protocollo HACCP
Prodotto biologico e biodegradabile

SIAMO PRESENTI A EXPOSANA 1° PIANO

NOVITÀ ITALIANA!!!

Dalla pianta dell'ulivo
Integratore con oltre 260 molecole benefiche.
Benessere e bellezza a 360° a portata di mano.
Vieni a trovarci Ti aspettiamo!

Certificazioni internazionali
Presidio approvato dal Ministero della Salute.

Presenti a **EXPOSANA**
Piano 1 - Stand 14

Moraleventi Catering

La nostra filosofia aziendale:
"Il fascino della passione per la cucina mediterranea d'autore con sfumature internazionali, il gusto di arredare la tavola con colori, pastello e delicatezza"

collaboriamo da anni con **Associazione Italiana Celiachia**

Corsi di cucina e team building in location suggestive a Milano, si organizzano cerimonie, eventi commerciali e privati in fiera siamo al 1° piano sala Resegone (punto ristoro)

PROPORIAMO CASSOEULA VEGANA ANCHE DA ASPORTO

Tel. 338.9972023 - 3382592330 - www.moraleventi.it
info@moraleventi.it - [Fb: moraleventi@hotmail.com](https://www.facebook.com/moraleventi) - SENAGO (MI)

40 **LA PROVINCIA**
GIOVEDÌ 25 GENNAIO 2018



VACANZA AD ABANO TERME: il Benessere vicino a casa



da € 60
A persona a notte in camera
doppia in pensione completa



**Hotel Terme
Al Sole**

Via Valerio Flacco, 72 - 35031 Abano Terme (PD)
Tel. +39 049 8601 611
info@abanoalsole.com
www.abanoalsole.com

L'Hotel Al Sole è convenzionato con il SSN e dispone del proprio centro termale per la fangobalneoterapia e le terapie inalatorie

Accesso gratuito alla piscina termale interna ed esterna, alla sauna finlandese e al bagno turco.

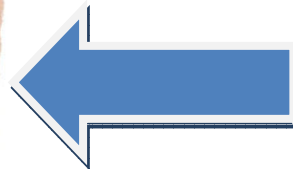
Ottima e variegata cucina in grado di soddisfare anche gli ospiti con intolleranze alimentari

Possibilità di scegliere tra numerosi trattamenti e massaggi (shiatsu, decontratturante, hot stone, rilassante, ...)

Sono facilmente raggiungibili città d'arte quali Venezia, Verona, Padova, Bologna,...



**Ti aspettiamo
all'EXPO SANA:
Primo piano
Stand 18
Cel. +39 338 804 9246**



56 **Mariano Comense**

Mariano, weekend a tutto benessere

Al via "Expo Sana"

La fiera. Inaugurata ieri la rassegna, chiude domani sera. Il Palazzo storico delle esposizioni ospita ottanta stand. Conferenze, laboratori e una grande varietà di prodotti

MARIANO

VIVIANA DALLA PRIA

"Expo Sana" ha aperto oggi le porte al suo pubblico. Tanti gli appassionati che fin dalle prime ore non hanno perso l'occasione di fare una visita alla fiera mercato ad ingresso gratuito allestita al Palazzo Storico delle Esposizioni in via Matteotti a Mariano Comense.

La possibilità è quella di fare uno shopping completamente orientato sul biologico e al naturale e di trovare categorie merceologiche molto particolari, che fedelmente si ripropongono a "Expo Sana" di anno in anno.

Molti infatti gli espositori che non perdono nessuna edizione, accanto ad altri che invece rappresentano le novità stagionali per un totale di 80 presenze, disposte sui tre piani del Palazzo

Storico delle Esposizioni.

La quinta edizione di Expo Sana si svolge con il patrocinio del Comune e di Confcommercio ed Como si presenta come una fiera "viva" dove un intero piano è dedicato ai laboratori e alla possibilità di toccare con mano un mondo orientato al mantenimento della serenità interiore. Tra pietre, suoni e meditazioni non mancano certamente pratiche da svolgere in modo attivo: dall'ayurveda all'olistico, dall'equilibrio spirituale a quello alimentare. Al Palazzo Storico delle Esposizioni sarà possibile provare diversi trattamenti, seguire workshop e conferenze sul tema "benessere" a tutto tondo racchiusi in un ricco calendario di eventi dedicati anche alle famiglie.

Anche dall'estero

"Expo Sana" è una manifestazione ormai consolidata e apprezzata, con un focus trasversale: il raggiungimento del benessere in modo naturale.

Tra i prodotti bio acquistabili si trovano, subito all'ingresso delle sete orientali e degli aromi naturali portati dall'India da Indira, ovvero **Patrizia Testagrossa** promotrice di un'iniziativa che coinvolge le famiglie più povere ed indigenti in un progetto di lavoro sostenibile. «Tra i vari prodotti, ecco i sari in seta indiana lavorati da donne che riescono così a sostenere la famiglia e a dare un futuro alle nuove generazioni».

Fatima, della azienda "Bao-

bab e Moringa" è una giovane originaria del Senegal. «Tutti i prodotti che vendiamo sono originari di queste due piante, estremamente benefiche per la salute e per questo largamente utilizzati nella medicina tradizionale africana. Sono state studiate approfonditamente sia in ambito alimentare che terapeutico».

Le arance della salute

Al Palazzo Storico si vedrà un'ampia carrellata di modi e di luoghi del vivere sano, dei prodotti, dei servizi e delle discipline, degli stili di vita utilizzati per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale.

Ad esempio, dalle spezie indiane e dalle piante africane, il viaggio continua fino ai frutti mediterranei.

L'ulivo, le sue foglie e frutti, sono da sempre riconosciuti come ottimi integratori di salute, inoltre, direttamente da Ribera in provincia di Agrigento arrivano le arance da mangiare e spremere portate direttamente da **Domenico ed Enzo Ragusa**. «L'azienda porta il nome di nostro padre Rosario Ragusa, in Sicilia coltiviamo direttamente i migliori agrumi: limoni, arance, mandarini che poi trasportiamo in Lombardia. A Paderno Dugnano abbiamo aperto un nostro deposito, da cui partono le consegne a domicilio in tutta la regione».



Aperta ieri "Expo Sana" al Palazzo storico delle esposizioni



Patrizia Testagrossa
INDIRA



Fatima
"BAOBAB E MORINGA"



Domenico Ragusa
AGRUMI ROSARIO RAGUSA

La scheda

Tante iniziative per stare meglio

Apertura

Expo Sana è una fiera aperta al Palazzo Storico delle Esposizioni fino a domenica a ingresso gratuito dalle 10 alle 20. Per chi vorrà, ci sarà la possibilità di fermarsi al "Ristorante" con cucina vegetariana, vegana e bio-naturale presente a Palazzo, dove gustare come novità assoluta per questa quinta edizione, la Cassoeula vegana. Il settore food è rappresentato da pane biologico, miele, cibo biologico, vegan, integratori alimentari, creme spalmabili e cioccolato, spezie, tè, tisane e infusi, alghe, semi, piante e radici, bacche.

Approfondimenti

Tanti i workshop in calendario, in cui il pubblico può interagire direttamente con gli esperti. Ad esempio, domenica si può arrivare direttamente con il proprio tappetino per praticare alle 15 una lezione di Acro Yoga, una disciplina che include le posture dello yoga, la giocosità dell'acrobatica e il massaggio thailandese. Altro appuntamento interessante di domenica, quello con le favole destinate a grandi e piccini. Il calendario completo degli incontri di Expo Sana è consultabile sul sito internet www.exposana.it V.DAL

■ Oggi e domani apertura dalle 10 alle 20 in via Matteotti. Ingresso gratuito

■ Torna il ristorante salutista con ricette vegane e bio-naturali. C'è pure la cassoeula vegetariana

Giornale di Cantù – Sabato 27 Gennaio 2018

SABATO 27 GENNAIO 2018
Giornale di Cantù
www.eventi-network.it
EVENTIO^e

20

A MARIANO COMENSE ANCHE LA CASSOEULA VEGANA

Il calendario di Expopoint apre col botto Fino a domenica la Fiera del benessere

MARIANO COMENSE (pia) Il calendario espositivo 2018 del Palazzo storico delle Esposizioni di Mariano Comense si apre con il botto. Da ieri, venerdì, fino a domenica 28 gennaio, infatti, è in programma la quinta edizione della rassegna «Expo Sana - Fiera del benessere per stare bene in modo naturale». Si tratta di una vetrina dei modi e dei luoghi dello star bene, dei prodotti, dei servizi e delle discipline, degli stili di vita utilizzati per ritrovare e mantenere l'equilibrio mente-corpo attraverso l'esposizione e la proposta di prodotti e terapie legati alla cultura del benessere naturale. Tre giorni di manifestazione dedicati al «benessere» nella sua accezione più ambiziosa, un vero e proprio viaggio nella salute e nei modi del vivere sano: «star bene in modo naturale» è lo slogan che accompagnerà il pubblico lungo un interessante percorso di proposte e prodotti per il benessere con oltre 80 espositori, partendo dalla cura della persona, ai prodotti benefici per il nutrimento del corpo, il benessere della mente e l'alimentazione sana, bio e naturale. Oggi e domani, dunque, dalle 10 alle 20



con ingresso gratuito, sarà possibile visitare la mostra mercato con proposte rivolte a tutti. Ma non solo: per entrambe le giornate è stato studiato anche un ricco calendario di proposte mirate, che non mancheranno di richiamare l'attenzione dei partecipanti. «Nell'area olistica ci saranno momenti dedicati alla prova gratuita di alcune tecni-

che particolari - spiega **Elena Monti**, di «Expopoint» - Solo per fare un esempio, domenica pomeriggio, alle 15, chi si presenta con un tappetino e l'abbigliamento adeguato, potrà provare l'«AcroYoga Anukalana inspired», la disciplina che unisce le posture consapevoli dello yoga, la giocosità dell'acrobatica e il massaggio thailandese». E poi,

per tutti la possibilità di provare il ristorante con cucina vegetariana, vegana e bio-naturale e, novità assoluta per questa quinta edizione, verrà proposta la cassoeula vegana, piatto tipico della tradizione lombarda rivisitato in chiave vegan. Un ottimo motivo per non mancare...

© RIPRODUZIONE RISERVATA

48 **Mariano** Comense

Expo Sana, 8mila visitatori «Benessere in gran salute»

Mariano. Successo di pubblico per la manifestazione dedicata allo star bene Elena Monti: «Appreziate le proposte alimentari, con le specialità vegane»

MARIANO
VIVIANA DELLA PRIA

È perfettamente in salute "Expo Sana" manifestazione che alla V edizione si dimostra rispondente alle aspettative del suo pubblico. Si può dire che il settore benessere non conosca crisi.

Al Palazzo Storico delle Esposizioni di Mariano Comense, lo scorso weekend sono arrivate più di 8mila persone per visitare la proposta studiata ad hoc dagli organizzatori di Expo Point con focus sul benessere che passa dalla salute psicofisica largamente intesa e che si ricerca anche attraverso attenzioni e coccole naturali.



Elena Monti
EXPOPOINT

Le curiosità

A Mariano si sono potuti trovare oggetti particolari come sari e kimono di seta indiana, foulard di bamboo biologico e tanti accessori che promettono di contribuire positivamente sullo stato di benessere di chi li usa.

«La manifestazione al quinto anno si è consolidata. I dati di accesso sono molto simili a quelli dell'anno scorso e ci fa davvero piacere ricevere gli apprezzamenti dal pubblico per la scelta degli espositori, sempre originali e qualificati – racconta l'organizzatrice **Elena Monti**, che continua – Particolarmente riuscita è l'area "workshop e seminari" dove partecipa tantissimo il pubblico tra lezioni e dimostrazioni pratiche». E' evidente come gli argomenti della

salute e benessere siano cari a tutti, ma l'approccio del naturale è ben accolto. Ed è proprio il lato "pratico" a convincere le persone a partecipare in prima persona, anche nei momenti in cui fisiologicamente le fiere hanno meno pubblico. «I nostri espositori ci hanno fatto notare come l'andamento delle persone

in fiera, il sabato pomeriggio sia meno numeroso. Siamo ancora più contente nel valutare che per "Expo Sana" questo calo non si è sentito: i workshop e tutti le prove pratiche erano sempre presidiate da un buon capannello di pubblico». Presentati argomenti ayur-

vedici e orientali. Particolarmente apprezzato il ristorante con cibi naturali, vegani e biologici.

«Quest'anno è stata particolarmente curata la proposta alimentare: molto apprezzato anche il ristorante, che con le specialità vegane, tra cui una speciale ricetta di cassoeula è stato tra i punti di riferimento di tutta la manifestazione».

Mariano Comense è ormai una tappa irrinunciabile per i visitatori e gli amanti del settore, che sanno che al Palazzo Storico delle Esposizioni possono trovare tutte le novità.

Elena Monti: «Per questa quinta edizione di Expo Sana abbiamo il Centro Espositivo, infatti, ha visto arrivare molti visitatori dalle vicine provincie. Oltre che dal Comasco, questo evento ha catalizzato l'attenzione dalle varie provincie: varesotto, lecchese e Monza Brian-



Un successo la fiera al palazzo storico delle esposizioni

■ **La soddisfazione degli organizzatori**
«Sono arrivati anche da fuori provincia»

■ **Si pensa già al prossimo evento**
A marzo ci sarà "Sapori in scena" sull'enogastronomia

za, ma anche dalla Svizzera» dice Monti. Un trend questo ormai stabile, che porta a Mariano numerose persone da fuori provincia.

Il futuro

Expo Sana comunque si riconferma e sarà presente anche nel calendario dell'anno prossimo. Intanto, il Palazzo partono i preparativi per il prossimo appuntamento fieristico: «Puntiamo molto sulla Fiera dell'enogastronomia "Sapori in scena" che si terrà il 23, 24 e 25 marzo» dice Elena Monti. Per info e calendario completo: www.expopoint.it.