



Trivero, 1 aprile 2014

ALIMENTAZIONE E BENESSERE NELL'OASI ZEGNA

Da venerdì 11 a domenica 13 aprile

Finalmente è arrivata la primavera! Per dimenticare il torpore invernale e ritrovare la giusta energia vi proponiamo due weekend all'insegna del benessere e di riscoperta della natura.

Una sana alimentazione è alla base del nostro benessere. Ma quali sono i cibi più adatti al nostro organismo? E in quali quantità vanno assunti? Per rispondere a queste domande vi segnaliamo uno speciale fine settimana dal titolo **"Alimentazione e Benessere all'Oasi Zegna"** dall'**11 al 13 aprile** a Castagnea, nel comune di Trivero (BI), dedicato al ritrovo del benessere attraverso l'alimentazione e raggiungere l'equilibrio attraverso associazioni alimentari corrette e rimedi naturali, in compagnia del **Dott. Michele Vania**, esperto in omotossicologia e medicina di biorisonanza.

Il ricco programma prevede incontri su alimentazione, allergie e momenti esperienziali per bilanciare la mente e il corpo, attraverso movimenti energetici. Infine, per imparare a conoscere sul campo i prodotti che si trovano in natura, il fine settimana prevede anche una passeggiata per riconoscere e raccogliere le erbe di stagione.

Nel dettaglio, questo il programma del weekend:

VENERDI' 11 APRILE

Alle ore 19.30 ritrovo a Castagnea presso l'Agriturismo "Oro di Berta" per una cena con il Dott. Vania.
A seguire, conferenza dal titolo **"INTOLLERANZE E DIETA... ECCO COME ALIMENTARSI"**

SABATO 12 APRILE

- Ore 9.15 ritrovo a Castagnea presso l'Agriturismo "Oro di Berta"
- Ore 9.30 movimenti energetici mente-corpo
- Ore 10.30 rimedi naturali – differenza tra intolleranze ed allergie (2° parte)
- Ore 12.00 pranzo presso l'Agriturismo "Oro di Berta"
- Ore 15.00 movimenti energetici per stimolare la digestione
- Ore 16.00 associazioni alimentari – orario degli organi (3° parte)
- Ore 18.00 domande e approfondimenti
- Ore 19.30 meditazione del cuore in preparazione alla cena
- Ore 20.00 cena con associazioni alimentari presso l'Agriturismo "Oro di Berta"
- Ore 22.30 conclusione e saluti

DOMENICA 13 APRILE

Su prenotazione, visita specialistica del dott. Vania.

Su prenotazione, **"Andar per erbe"** passeggiata per i prati in fiore, raccolta e riconoscimento delle erbe di stagione. Info: Agriturismo Oro di Berta, tel. 015.756501.

Ermenegildo Zegna



In occasione dell'iniziativa, le strutture di accoglienza del **Consorzio Turistico Oasi Zegna** propongono **offerte speciali di soggiorno** in camera doppia che includono, oltre al pernottamento e la prima colazione, 2 cene e 1 pranzo presso l'Agriturismo Oro di Berta (bevande escluse) e il seminario con il Dott. Vania. Ecco tutte le offerte:

Agriturismo Oro di Berta > 156€ a persona

Agriturismo Il Pascolo > 156€ a persona

Locanda Bocchetto Sessera > 156€ a persona

Cascina il Faggio > 165€ a persona

PER PRENOTAZIONI

340.1989593

booking@oasizegna.com

PER VENDITA

Kibo Viaggi Srl

PER SAPERNE DI PIU'

Scopri tutti gli aggiornamenti e i dettagli online su www.oasizegna.com.

SEGUI L'OASI ZEGNA ANCHE SU



UFFICIO STAMPA

Federico Amato

Efficere Far sì che

f.amato@efficere.it

Tel. 02.89077394

Ermenegildo Zegna

13835 Trivero (BI) Via Roma 99-100 Tel. 01575911 20144 Milano Via Savona 56/a Tel. 02422091

www.oasizegna.com

oasizegna@zegna.com