Salute e benessere: un weekend di INcoSCIENZA

Tutto pronto all'Hotel Leone di Messapia di Lecce che, a partire da sabato 3 e domenica 4 giugno ospiterà conferenze, spettacoli, laboratori e una fiera del benessere con la possibilità di partecipare gratuitamente a ogni sessione ma previa prenotazione (3475640639 – info@percorsiaccademia.com). Nei due giorni sul palco tanti relatori di fama nazionale con focus su diversi temi, tutti di grande attualità, tra cui alimentazione naturale e Bio-Veg, disintossicazione, cucina etica, tecniche e rimedi naturali di riequilibrio, psicosomatica, pediatria olistica, bioenergetica, fisica quantistica e spiritualità.

L'evento, promosso da Percorsi Accademia del Benessere in collaborazione con Noii Design Studio, Kutra Events e il patrocinio di Provincia di Lecce e del Comune di Lecce, è pensato e voluto da Gianluca Santantonio. "L'obiettivo – dichiara – è quello di sensibilizzare adulti e bambini rispetto alla necessità di un cambiamento sostenibile che tenga conto di sé, del mondo, ma anche delle nuove conoscenze filosofiche e scientifiche". E aggiunge: "Oggi ci sono sempre più prove scientifiche che indicano come opportune scelte nutrizionali e stili di vita consapevoli siano essenziali per favorire salute e longevità, prevenire le malattie croniche o facilitarne la guarigione".

Ad inaugurare INcoSCIENZA sabato 3 giugno alle ore 10 il Mini Campionato di Cucina Crudista, gara etica riservata a bambini e genitori a cura di Alessandra Giannandrea, specializzata in nutrizionismo e cucina crudista. Seguono diversi seminari tra cui quello sull'anti-aging d'avanguardia tenuto da Chiara Fontò, biologa ed esperta in metodiche anti-aging e anti-stress; parallelamente un seminario sulle strategie per prendere le giuste decisioni e superare i propri limiti in cui

intervengono Alberto J. Vergine e Valentina Fuso, trainer dell'Aim Coaching & Psicology Founder.
Non mancano sessioni pratiche di Yoga della Risata, a cura della coach Mariella Passaquindici, e laboratori tra cui quello di "Riflessologia olistica plantare e corporea" rivolto alle mamme a cura di Maria Pia Panarese, riflessologa, a cui seguono nel pomeriggio la videoconferenza su psicosomatica e riprogrammazione emozionale con l'esperto in medicina naturale e bioenergetica Francesco Oliviero e il laboratorio pratico "Depurarsi con gli estratti", condotto dal BioBarman specializzato in tecniche di miscelazione e cucina naturale Marco Dalboni, infine la conferenza dal titolo "La nuova Alimentazione Sostenibile e il potere Riequilibrante del Digiuno. Il rapporto Cibo-Mente" a cura di Giuseppe Cocca, medico chirurgo e igienista esperto in crudismo e digiuno disintossicante.

Gli appuntamenti di INcoSCIENZA continueranno domenica 4 giugno a partire dalle ore 10 con un laboratorio teorico pratico di Biodanza a cura di Stefania Quarta, facilitatrice di Biodanza e una conferenza su "Rapporto Mente-Corpo e le soluzioni della Medicina Naturale nel processo di Riequilibrio" con dei focus sulle scelte eco-alimentari a cura di Rocco Berloco, medico, omeopata e autore del libro "Liberaci dal nostro pane quotidiano", e sulla psicosomatica applicata alla ginecologia a cura di Marcella Saponaro, ginecologa e specialista in Medicina psicosomatica. Nel pomeriggio seguono una conferenza sul tema della pediatria olistica che vede la partecipazione di Giacomo Marinelli, pediatra ed omeopata, e una sul tema dell'autismo in cui il medico chirurgo Massimo Montinari fa il punto della situazione alla luce delle nuove e illuminanti scoperte scientifiche.
Tra gli altri appuntamenti segnaliamo quello sulle tecniche di espansione multisensoriale a cura del medico chirurgo Marfuga Amirzhanova, la conferenza sul tema delle neuroscienze come metodo per apprendimenti veloci ed efficaci a cura di Paola Iacobini, il seminario esperienziale di Biodanza a cura di Ugo

Rizzo, direttore della scuola di formazione Ibf Biodaza Puglia e il laboratorio pratico con Dhyan Maxim Pellegrino, insegnante danze Sufi e Yoga giapponese.

Ad impreziosire l’evento poi la fiera con stand espositivi di diverse aziende del settore locali e nazionali.