Pino in BenEssere

ARMONIA DI CORPO, MENTE E SPIRITO

VI EDIZIONE - Perdersi e/è trovarsi

Sabato 25 maggio dalle ore 9

Piazza Municipio - Pino Torinese

Ingresso gratuito

Prenota sul sito
la tua esperienza di ben-essere

Giunto ormai alla sesta edizione il Festival è luogo di incontro fra diverse discipline e approcci al Ben-Essere, legati da tre grandi principi cardine:

- **individuo** inteso nella sua totalità di corpo, mente e spirito;
- la volontà di mettere la **Persona al centro** del percorso di cura;
- concetto di Salute e Ben-Essere legato alla **Resilienza**: per ricercare lo 'star bene' anche nei momenti difficili, di cambiamento o di crisi.

Dove 'star bene' significa non opporre resistenza al cambiamento – fisiologico alla condizione umana – ma **affrontare le difficoltà costruendo nuovi equilibri armonici tra corpo, mente e spirito**.

Operatori del settore e ospiti d'eccellenza ti accompagnano in un viaggio tra pratiche e filosofie antiche e moderne che possono aiutare l'individuo ponendosi come sostegno complementare, in dialogo e in sinergia con la medicina ufficiale.

Con il supporto di

Unidea di

A PINO IN BEN-ESSERE TROVI

ATTIVITÀ INDIVIDUALI

Dallo Shiatsu alla Fisioterapia, dall'Agopuntura alla Naturopatia... esperienze che puoi provare in prima persona trovandoti a tu per tu con l'operatore alla ricerca della strada del ben-essere più adatta a te.
Tutte le attività sono gratuite o a offerta libera gestita direttamente dal professionista. È necessaria la prenotazione ed è possibile prenotare un massimo di due attività a testa.

ATTIVITÀ DI GRUPPO

Dalla Bioданza allo Yoga, dal Pilates al Mindfulness... tante esperienze che puoi provare, in compagnia di persone che, come te, sono alla ricerca del ben-essere.
Tutte le attività sono gratuite o a offerta libera gestita direttamente dal professionista. È necessaria la prenotazione.

CONFERENZE

Una serie di conferenze per approfondire vari aspetti del benessere dall'alimentazione alla spiritualità alla complementarietà tra le discipline bionaturali e la medicina convenzionale.
La partecipazione alle conferenze è libera. Non occorre prenotare.

STAND

Associazioni, prodotti naturali, libri... un mondo di ben-essere a portata di mano. **L'accesso agli stand è libero.**

SERATA BEN-ESSERE

- **Una cena salutare**: cibo buono, eco-sostenibile, a km zero.
  Il costo della cena è 20 euro (12 per bambini fino a 10 anni).
  Occorre la prenotazione.
- **Lo spettacolo teatrale**: **LEI, Adriano Olivetti** uno sguardo al femminile su un imprenditore visionario.
  Ingresso libero – Prenotazione consigliata.

Per prenotazioni: www.pinoinbenessere.it

IL MIO PERCORSO DI BENESSERE

ORARIO	SETTORE	NOTE