

Programma SALA 400 posti PADOVA BENESSERE 2024

13-14 APRILE – Fiere di Padova Padiglione 15 (ingresso da Via Niccolò Tommaseo n. 59)

SABATO 13 APRILE

11:00-12:30 COME TRASFORMARE LA PROPRIA VITA IN UN'AVVENTURA MERAVIGLIOSA.

Un percorso di crescita personale con aneddoti, consigli e spunti per sfidare se stessi, per mettersi alla prova e migliorare la propria forza di volontà, coltivare empatia, sensibilità e armonia. Ma anche per difendersi dalle insidie del nostro tempo, con un occhio di riguardo alle nuove tecnologie (social, intelligenza artificiale, ecc). Relatore: **MATTEO GRACIS**, giornalista, pensatore libero e autore bestseller. È direttore della rivista Dolce Vita e fondatore del giornale online L'Indipendente. Con più di 500 mila follower sulle varie piattaforme social, Matteo Gracis è una figura di spicco nel panorama dell'informazione indipendente www.matteograxis.it

14:00-15:45 LA PERSONALIZZAZIONE DELLA DIETA MOZZI. Come passare dalle linee guida,

alla completa personalizzazione del regime alimentare. Relatore: **MARTINO MOZZI**, nato a Moglianze (Bobbio) il 4 dicembre 1982, è un Biologo laureato presso l'Università degli Studi di Parma in Biologia e Applicazioni biomediche. Unisce le sue competenze di Biologo Nutrizionista, attività che svolge a Piacenza, alla conoscenza approfondita della fitoterapia, acquisita partecipando sin dalla giovane età alla raccolta e trasformazione e studio di piante officinali. Dal 2017 è inoltre responsabile della Casa Editrice Moglianze. È co-autore del libro "La dieta del dottor Mozzi" e "La nuova dieta del dottor Mozzi". Nel 2019 ha pubblicato "Fitoterapia per i gruppi sanguigni", un manuale semplice e intuitivo che nasce con l'intento di fornire informazioni precise sull'impiego di alcune piante medicinali come integrazione al sistema alimentare "dieta Mozzi" www.drmartinomozzinutrizionista.it

16:00-17:30 E SE LA MALATTIA FOSSE UNA BENATTIA? Relatore: **Dott. MARCELLO**

MONSELLATO, Medico ortopedico, Psicologo e Psicoterapeuta, Ideatore della Medicina Omeosinergetica. Se il modello dominante resta ancora quello dell'*istant satisfaction*, una cioè equivoca soluzione di effetto immediato grazie all'utilizzo smodato di medicinali, la Benattia ci indica una strada diversa, quella che ci vede come i veri protagonisti della nostra salute. Ridurre l'abuso di farmaci, spesso somministrati con il proposito (... o lo sproposito, sigh!) di eliminare i sintomi ma che invece annientano la vitalità dell'essere umano - oltre che la sua forza risanatrice - è il modo migliore di agire. Non è il farmaco a farci stare meglio ma il nostro "progetto animico", che risveglia la forza rinnovatrice, appunto la malattia, i cui sintomi sono fatti della stessa "sostanza" e hanno la stessa "chimica" dei nostri sentimenti, dei nostri sogni. Noi siamo semplicemente il palcoscenico di un teatro, dove di volta in volta attiriamo l'interprete più consono a rivelare le emozioni che proviamo, le tensioni, le contraddizioni in atto dentro di noi. L'interesse va spostato dalla sofferenza alle risorse innate che possono guarire. Le malattie pertanto "servono" proprio a "scaricare" un malessere, a richiamare la nostra attenzione su noi stessi, a trasformarci. Realizziamo la nostra tessitura solo se ci permettiamo di essere ciò che siamo, solo quando sperimentiamo la nostra verità. Grazie alla malattia esprimiamo un disagio che va ben oltre la lesione biologica, è un'informazione che permette una scarica, un riconoscimento, un'accettazione,

una trasformazione, un cambiamento, una guarigione, una evoluzione: la creazione di un nuovo equilibrio di tutta la nostra individualità www.omeosinergia.eu

17:45-19:15 **TUTELARE LA NOSTRA SALUTE E QUELLA DEI NOSTRI BAMBINI.** Nella conferenza esploreremo alcuni argomenti cruciali per il nostro benessere, la nostra salute e per quella dei nostri bambini. Il professor Giovanni Vanni Frajese spiegherà quali sono i punti fondamentali per tutelare noi e i nostri cari dagli attacchi e dalle insidie che in questi ultimi anni stanno arrivando un po' da ogni fronte. Sia in campo sanitario, che in quello educativo, sociale e tecnologico. Un momento prezioso per chiunque abbia a cuore la propria salute e quella dei propri figli, ma anche per tutti coloro che vogliono costruire un futuro più sano e consapevole per se stessi e per le nuove generazioni. Relatore: **Dott. GIOVANNI VANNI FRAJESE**, medico, neuro-endocrinologo, professore universitario di Endocrinologia e Scienze Tecniche Mediche Applicate presso l'Università di Roma Foro Italico, ricercatore e autore di numerosi articoli su riviste scientifiche, nazionali e internazionali www.facebook.com/vanni.frajese

DOMENICA 14 APRILE

11:00-12:30 **SALUTE, CIBO PERMETTENDO!** Sempre di più il nostro benessere dipende anche da quanto riusciamo a mettere in tavola. Relatori: **STEFANO MONTANARI** e **ANTONIETTA GATTI**, volti e firme molto noti nel campo della divulgazione e ricerca scientifica, fanno il quadro della situazione anche alla luce delle ultime disposizioni della Comunità europea in fatto di farine speciali (*leggi grillo*) e dei molti altri fattori che caratterizzano, spesso in negativo, la nostra alimentazione. **Stefano Montanari**, laureato in Farmacia a Modena, è direttore scientifico del laboratorio di ricerca "Nanodiagnosics". Molto noti sono i suoi libri (anche scritti con sua moglie Antonietta Gatti) su vaccini e l'inquinamento causato dalle polveri sottili. **Antonietta Gatti** è professoressa all'Università di Modena, con una carriera fatta di ricerca e di docenza universitaria in Italia e all'estero. È consulente della Commissione governativa sull'uranio impoverito e le malattie correlate e coordinatrice di progetti di ricerca europei e italiani.

14:00-15:50 **IL METODO SANT'ILDEGARDA E PRESENTAZIONE DEL MACRO ALMANACCO.** Relatrice: **Suor ROSELLA BACCHINI**, esperta di erbe, presenta le sorprendenti capacità di piante e fiori nella prevenzione e la cura di tantissime malattie. In particolare, suor Rosella si basa sul metodo di **Santa Ildegarda di Bingen**: una delle figure più importanti della cultura europea del periodo medioevale. Celebre per le sue visioni profetiche, Santa Ildegarda è stata capace di creare una SUA medicina, fatta di rimedi naturali e cura della psiche. Questo evento sarà anche l'occasione per presentare il **MACRO ALMANACCO**, un progetto editoriale originale del Gruppo Macro per guidare la nuova umanità del futuro verso l'autosufficienza e l'evoluzione.

16:00-17:20 **IL CIBO DEL RISVEGLIO.** Scopri il Potere della Consapevolezza Alimentare per un risveglio spirituale e una vita libera dalle trappole del marketing e del Sistema. Relatori: **Dott. MICHELE RIEFOLI**, Biologo Nutrizionista Detossificatore, Docente di Scienze Motorie e Chinesiologo posturale, Ideatore del Sistema Veganic e del Metodo Ecologia dell'Organismo,

Direttore del Master Veganic di formazione in nutrizione vegetale e integrale per operatori della salute e del benessere, esperto di programmi Detox per corpo, mente e spirito. Presidente dell'Associazione Ottavo Senso e membro del direttivo nazionale Conacreis. Da 40 anni aiuta le persone a vivere sano e naturale riscoprendo la consapevolezza del benessere duraturo tramite percorsi individuali e di gruppo che integrano la nutrizione vegetale, il movimento consapevole, le dinamiche mentali e la spiritualità. Autore dei libri: Mangiar sano e naturale (Gruppo Macro), Rivoluzione Integrale (Mondadori), Il Rapporto mente-cibo (Armando Editore). **MELISSA MATTIUSI**: Fondatrice di Ginecomagia™ - Arti per il benessere femminile. Leader in Consapevolezza Ciclica Mestruale ed Ecologia Femminile. Coach e Terapeuta di Feminine Healing Arts per il Benessere Naturale e la Libertà Consapevole. Specializzata come Danza Movimento Terapeuta, Danzatrice, Insegnante di Yoga, Food Coach Veganic, Erbalista, Coach di Gin-Ecologia Emozionale Naturale, Tao Tantric Arts Healer, Conscious Menstruality Mentor. Laureata in Lettere. Giornalista. Autrice del libro Mangia, Danza, Ama. Manuale di riequilibrio fisico, emozionale, energetico e spirituale per donne sane, libere e felici (Tecniche Nuove).

17:30-19:00 SCOPRIAMO I SEGRETI DELLA NUMEROLOGIA... E PERCHE' QUEST'ANNO L'8 E' COSI' IMPORTANTE. I numeri non esprimono solo quantità, ma anche qualità, idee, caratteristiche, comportamenti: sono strumenti che permettono la conoscenza dell'animo umano. Con il termine *Numerologia* si intende quella scienza che porta alla conoscenza di sé e dell'altro attraverso i numeri. La numerologia è immediata, non necessita della presenza della persona che si vuole conoscere, ma consente una rapida e profonda comprensione di ogni sfaccettatura dell'animo umano. Giancarlo e Alessandro Valli presentano il loro libro che, oltre a spiegare nel dettaglio quali sono le caratteristiche, i pregi e i difetti di ciascuno dei nove numeri, prende in esame i profili di parecchie personalità famose attuali e del passato "presentandole" alla luce dei loro archetipi numerici. Nel libro, inoltre, viene approfondito ulteriormente lo studio e l'analisi di un numero in particolare, **il numero 8** (molto attuale, essendo il 2024 proprio un anno $8,2+0+2+4=8$), mettendo in evidenza come questa pulsione numerica abbia caratterizzato l'agire di tante personalità illustri del passato. Relatori: **GIANCARLO VALLI**. ha svolto per oltre 30 anni la sua attività nel campo della vendita e del marketing con particolare attenzione all'aspetto etico e dei rapporti interpersonali. È numerologo iscritto al Registro Nazionale degli Operatori Olistici di CSAIN (ai sensi della legge n. 4/2013); da oltre 20 anni, tiene corsi di numerologia presso numerose associazioni culturali. **ALESSANDRO VALLI**, è insegnante di scuola primaria; laureato in Scienze dell'Educazione e in Scienze della Formazione Primaria. Operatore olistico, da 30 anni è allenatore di pallacanestro. Da circa 13 anni si dedica allo studio della Numerologia applicata agli aspetti mentali e caratteriali delle persone. Ha scritto anche "Numeri e Personalità nel mondo dello sport".

LA PARTECIPAZIONE ALLE CONFERENZE E' GRATUITA PER I VISITATORI DEL PADOVA BENESSERE, NON SI PRENOTA IL POSTO A SEDERE, CAPIENZA SALA 400 POSTI

INFO www.padovabenessere.it