

# MACRO

## TOUR.

# al Sana

BOLOGNA, 8-11 SETTEMBRE 2017

## INCONTRI GRATUITI PER FERMARSI A VIVERE!

Alimentazione sana  
Benessere di cani e gatti  
Bevande della Salute  
Cancro: cura e prevenzione  
Ecologia e fai da te  
Intestino libero  
Laboratori per bambini  
Rimedi naturali  
Sport e Yoga  
Vista Consapevole  
...e molto altro!

30  
ANNI



Siamo al  
**Pad. 25**  
Stand A107-B108

#FERMATIVIVI



**Non ci trovi?**  
Cerca la "Macro"  
panchina gialla!

# VENERDÌ 8 SETTEMBRE

presso Pad. 25 - Stand A107-B108

12.00 - 12.50

Davide Francesco Sada  
e Enrico Garzotto

## La Felicità fa i soldi (anteprima del libro)

Video presentazione da Bali



### BEVANDE DELLA SALUTE

14.00 - 14.50

Francesca Più

## I Benefici delle Acque aromatizzate

Vitamine, antiossidanti e minerali:  
come trarne vantaggi idratandoci



15.00 - 15.50

Marco Dalboni

## Estratti frutta e verdura per le 4 stagioni

Un modo veloce  
per arricchire  
la nostra alimentazione



### RIMEDI NATURALI

16.00 - 16.50

A cura di Giuliana Lomazzi

## Disintossicati e Guarisci con l'Oil Pulling

Tutte le malattie (e possibili  
soluzioni) iniziano dalla bocca

17.00 - 17.50

Roberto Bianchi

## Alimentazione e cure staminali per vivere sani

Longevi e in salute:  
un obiettivo possibile



# SABATO 9 SETTEMBRE

presso Pad. 25 - Stand A107-B108

## INTESTINO LIBERO

11.00 - 13.00

Giordo, Pizzi, Riefoli e Schulte

### Un intestino sano per migliorare la nostra salute fisica e mentale

Detox, batteri intestinali, stile di vita e alimentazione: come curarsi e depurarsi attraverso una corretta digestione



Paolo Giordo



Mirella Pizzi



Michele Riefoli



Adrian Schulte  
(Video-intervista)

## LABORATORI PER BAMBINI

14.30 - 15.45

Annalisa Bottarelli  
e Alessandra Lazzeri

### Favole e colori

Uno spazio dedicato ai più piccoli, dove potranno rilassarsi e divertirsi ascoltando splendide favole e colorando mandala.

16.00 - 17.30

Clemi Tedeschi

### Piccolo Yoga

Giochi per diventare amici e invenzione di favole animate attraverso la disciplina dello yoga.



## EVENTO SPECIALE

15.00 - 18.00 (inizio registrazioni ore 14,30)

Sala Gallery 21/22  
presso Mezzanino - PAD. 21/22

# CANCRO

## cura e prevenzione

con alimentazione sana e rimedi naturali

Partecipano: **Ty Bollinger**  
(in video conferenza),  
**Michela De Petris, Stefano Fais,**  
**Paolo Giordo e Debora Rasio**

Iscriviti gratis su:  
[www.laveritasulcancro.it](http://www.laveritasulcancro.it)

# DOMENICA 10 SETTEMBRE

presso Pad. 25 - Stand A107-B108

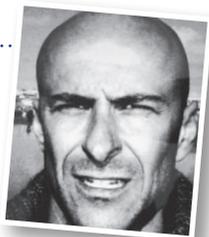
## SPORT E BENESSERE NATURALE

11.00 - 11.50

Daniele  
Tarozzi

### **Datti una mossa!**

Aumenta la tua  
energia, riduci lo stress,  
ritrova il tuo peso forma in 3 mesi  
con il metodo *New Life Now*

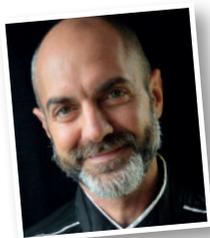


12.00 - 12.50

Eduardo Ferrante, Ettore Pelosi

### **Dieta vegan per sportivi amatori e professionisti**

Qualunque sport si pratici  
è fondamentale seguire  
un'alimentazione adeguata



## BENESSERE DI CANI E GATTI

in collaborazione  
con *Armonie Animali*

14.00 - 15.50

### **Cibo e cure naturali per i nostri amici a 4 zampe**

Una bussola per orientarsi su dieta  
Barf, allergie e pet therapy  
Confronto con Pietro Venezia, Maria  
Cuteri, Maria Elisabetta Picca



## ECOLOGIA E FAI DA TE

16.00 - 16.50

Lucia Cuffaro

### **Cosmesi e autoproduzione**

Le alternative naturali  
per la cura del corpo  
e le pulizie domestiche



## YOGA E TECNICHE CORPOREE

in collaborazione  
con *Le Vie del Dharma*

17.00 - 17,50

A cura di Guido Gabrielli

### **Prana Prani Pranayama**

100 tecniche  
di respirazione  
e meditazione  
in un unico libro

In collaborazione  
con *Yoga Journal*



## SANA CITY

GLI EVENTI MACRO  
AL FUORI SALONE,

scopri sul retro del depliant

# LUNEDÌ 11 SETTEMBRE

presso Pad. 25 - Stand A107-B108

## ALIMENTAZIONE SANA E NATURALE

11.00 - 11.50

Renata Balducci - Emanuele Di Biase

### **Vegan nel piatto e nel cuore**

Due "toscanacci" insieme  
per un viaggio di emozioni e sapori



12.00 - 12.50

Dealma Franceschetti

### **L'apprendista Macrobiotico**

Ricette e consigli  
per scoprire la cucina  
macrobiotica e vegana



14.00 - 14.50

Domenico Battaglia

### **Anemia, addio**

Consigli e ricette per  
prevenire  
e curare in modo  
naturale la carenza  
di ferro



## VISTA CONSAPEVOLE

15.00 - 15.50

Paola La Rosa

### **Prenditi Cura della Vista in Modo Naturale**

Un approccio  
olistico rivolto  
al miglioramento  
visivo



## GIOCA CON NOI A VEDOPOLIS!

Impara a cambiare prospettiva  
e migliorare la tua vista  
con il nuovo gioco  
in scatola di Macro

*Tutti i giorni  
presso lo stand Macro*



# CHI NON SI FERMA È PERDUTO



## Fermati con noi a festeggiare i 30 anni di Macro!

Tanti autori si fermeranno sulla nostra panchina gialla per raccontarci come prenderci cura di noi stessi e vivere una vita vera, sana e naturale: Macro.



### NON PUOI MANGARE, TI ASPETTIAMO!

Jacopo Fo

## FERMATI, VIVI

Stefano Bollani

### Vuoi saperne di più?

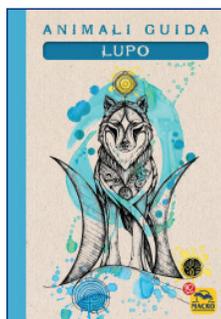
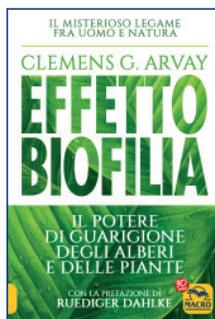
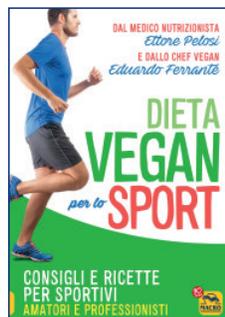
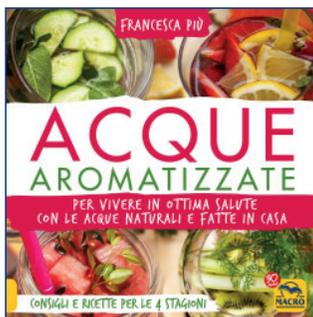
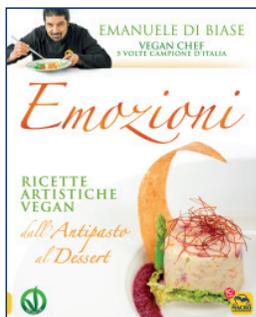
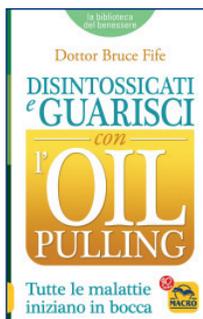
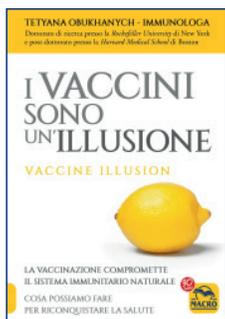
Vai sul sito [www.fermativivi.it](http://www.fermativivi.it)  
e guarda i video dei testimonial

Ascanio Celestini

Neri Marcorè

# LE NOVITÀ MACRO

## PER FERMARSI... E VIVERE MEGLIO!



**Cerca il punto vendita Macro più vicino a te!**  
[www.gruppomacro.com/negozi](http://www.gruppomacro.com/negozi)

# CANCRO

cura e prevenzione

con alimentazione sana e rimedi naturali

**SABATO 9 SETTEMBRE 2017**

15.00-18.00 (inizio registrazioni ore 14,30)

**Sala Gallery 21/22 presso Mezzanino - PAD. 21/22**

Per aumentare le possibilità di guarigione e ridurre il rischio di ammalarsi di tumore è fondamentale adottare stili di vita salutari. I migliori esperti del settore ci offrono importanti informazioni e regole da seguire in modo consapevole.

Conferenza moderata da **Loretta Gregori** | Partecipano: **Ty Bollinger** (in video conferenza), **Michela De Petris**, **Stefano Fais**, **Paolo Giordo** e **Debora Rasio**.

Iscriviti gratis su: [www.laveritasulcancro.it](http://www.laveritasulcancro.it)



## MACRO AL SANA CITY

in collaborazione con il Centro Natura di Bologna

sana city

**VENERDÌ 8 settembre**

confronto + cena

con **Roberto Bianchi**,

autore di

*"Ricette per Vivere Sani*

*Fino a 100 Anni"*

**SABATO 9 settembre**

confronto + cena

con **Eduardo Ferrante**

e **Ettore Pelosi**,

autori di

*"Dieta Vegan per lo Sport"*

**SABATO 16 settembre**

confronto + cena

con **Giusi**

**De Francesco**,

autrice di

*"I Menù della Salute"*

Per info e prenotazioni: **Centro Natura - Via degli Albari 4/a, Bologna**  
ore 19,00 incontri con gli autori aperti al pubblico  
ore 20,15 cena solo su prenotazione, con posti limitati.

tel 051/235643 - email: [info@centronatura.it](mailto:info@centronatura.it) - [www.centronatura.it](http://www.centronatura.it)

**centro  
natura**  
  
benessere naturale