

A LUGANO: MOLTE LE CONVERGENZE SUL TEMAa cura di
Giuseppe Miele

Tisana: fiera del benessere

Uno stato prospero di salute congiunto ad un piacevole vigore fisico: questo il traguardo che Tisana intende proporre a tutti. Un traguardo – è doveroso sottolinearlo – molto ambizioso ed a cui Tisana non può apportare una soluzione piena, tante altre sono le convergenze per arrivare ad un traguardo completo di salute e benessere. (Questo va detto e ritenuto per non crearsi e creare illusioni).

E nel presentare questa undicesima edizione di Tisana vogliamo essere il più realistici possibile.

Tisana: punti fermi e convergenze

Gli organizzatori presentano Tisana come una fiera: il che significa che le offerte sono tante ed ogni interessato visitatore della fiera deve disporre di tempo e di voglia per andare a cercare quanto può fare al caso suo. Più che all'acquisto di questo o quel prodotto – aspetto sicuramente importante – è la mente che deve essere aperta a cogliere proposte, consigli, comportamenti da tenere. Ed ognuno deve sapere che la salute del corpo non dipende unicamente da quel che mangia o beve e da quello che materialmente fa: determinante è anche – ed in maniera più intensa di quanto si possa pensare – l'atteggiamento dello spirito.

Anche i medicamenti hanno il loro peso; ma a determinare salute e



benessere sono anche la cura dell'ambiente, le cure termali, il fitness, le ecotecnologie (e se a rendere possibile la salute in tutti i suoi aspetti possono concorrere anche terapie che ci vengono da altri continenti o da altre sfere di interessi...sono tutti benvenuti).

Su questo fronte sono di grande interesse le numerose conferenze che sono in programma. Ne segnaliamo qualcuna: l'abbigliamento che dev'essere sicuro per non provocare malattie o irritazioni della pelle; l'armonia familiare; l'obesità e l'omeopatia; la riflessologia del viso; l'eliminazione delle scorie; la musicote-

rapia; la medicina omotossicologica; la pranoterapia; le intolleranze alimentari; il pronto soccorso della medicina naturale; l'ecosalute sessuale: il trauma della separazione; come curare le malattie psichiche e psicosomatiche; stress e rilassamento; l'arte di dirigere positivamente la propria vita; guarire mangiando e ridendo (esiste proprio una terapia della risata); ma soprattutto imporsi l'arte di amare se stessi.

I punti di riferimento sono tanti e forse il tempo a disposizione è tirato; è importante selezionare quanto può fare al proprio caso ed approfondire le tematiche convergenti.

Di interesse generale particolarmente il convegno "percorsi di consapevolezza" ed una tavola rotonda sul tema "la donna nella medicina naturale".

Le convergenze aumentano

Proprio perché il benessere è una realtà come un mosaico allestito con tante tessere, le convergenze a Tisana si fanno sempre più numerose e caratterizzanti. Ecco così la presenza del WWF (la principale organizzazione mondiale per la conservazione della natura), Migros Ticino con Actilife, Infovel con le auto ibride (elettriche e a gas naturale). Presente per la prima volta anche la Fondazione OTAF con un laboratorio di gastronomia.

Altri eventi di interesse generale: un'originale cerimonia del tè, un incontro di farmacisti particolarmente interessati all'omeopatia e l'evento che vede impegnati operatori del benessere ed estetiste (le operatrici della bellezza).

Convergenze che sottolineano che il cammino del benessere fisico, psichico, culturale e mentale è il risultato di molti settori.

Tisana 2008 è al Centro esposizioni Lugano a Campo Marzio giovedì 10, venerdì 11, sabato 12 e domenica 13 aprile.

Questi gli orari: giovedì 10: 16-22; venerdì 11 e sabato 12: 10-22; domenica 13: 10-19