



Comunicato Stampa

## **Benessere in armonia con la natura**

Ottobre 2012 - Dal 19 al 21 ottobre torna **Change up! Scelgo io®**, l'evento dedicato agli stili di vita sostenibili. Alla **Palazzina Liberty** in Largo Marinai d'Italia a Milano, che diventa luogo di incontro, relazioni, informazione e condivisione: idee e suggerimenti di prodotti e pratiche gratificanti, in armonia con la natura e nel rispetto del lavoro e di noi stessi. Il percorso espositivo, con allestimenti a cura dell' **Università degli Studi di Firenze Facoltà di Architettura Area Design**, è anche possibilità di provare, sentire, osservare grazie all'interattività col pubblico: dai mini-trattamenti eco-friendly ai laboratori di cucina per l'armonia di corpo, mente e spirito. Nel programma, inoltre, open class di discipline quali yoga, tai chi, bioenergetica, danza terapia.

Partner per gli arredi è **Plinio il Giovane**, che presenta al pubblico il progetto di **design eco-social PlinioIltre**: creatività, qualità e valori sociali, grazie alla possibilità di reinserire nel mondo del lavoro persone svantaggiate attraverso la collaborazione con cooperative sociali. Se ne parla **sabato alle ore 15**, con l'intervento del direttore del carcere di Milano Opera dott. Giacinto Siciliano. A seguire, repertorio popolare del violinista romeno Eduard Ion, diplomato al Conservatorio Giuseppe Verdi di Milano.

A inaugurare la manifestazione, venerdì 19 alle 16.00, la **tavola rotonda: "Il valore della Bellezza. Equilibrio, Rispetto, Salute"**, in cui un panel di esperti fornirà informazioni necessarie per gli acquisti in fatto di cosmesi, a dispetto di ingannevoli messaggi che puntano su parole come "naturale" per attrarre il consumatore; con un focus anche su "cibo e bellezza".

Il tutto raccontato in tempo reale grazie a una forte comunicazione social della **eco-blogger** dell'evento, **Marinella Scarico**, energy manager, scrittrice, green geek girl, al fine di creare una vera e propria community "Scelgo io" (hashtag #Scelgoio 2012); una community partecipata anche da altri blogger che si daranno appuntamento sabato 20 alle 17 per un **barcamp** con i loro racconti sul tema: **"E' possibile vivere sani, appagati, senza sprechi e nel rispetto di noi e degli altri esseri viventi?"**

Colori, ritmo e armonia chiuderanno la manifestazione con **"Viaggio nomade"**, spettacolo di danze dall'India all'Andalusia a cura di **Nomad Dance Fest®**.

**Change up! Scelgo io®** rientra nel progetto **MI Piace! Verso Expo 2015** (con il patrocinio di Comune, Provincia, Camera di Commercio di Milano, Camera di Commercio Italo-Cinese, EXPO 2015): **una settimana di iniziative all'insegna del benessere, della salute e della buona nutrizione**, dal 14 al 21 ottobre.

**Ingresso libero.** Orari: venerdì 15-19, sabato 10-20, domenica 10-18. Info su [www.changeup.it](http://www.changeup.it)

### **Contatti Stampa**

Silvia Massimino +39.3488716556, [silvia@changeup.it](mailto:silvia@changeup.it)

Livia Negri +39.3922793815, [livia@changeup.it](mailto:livia@changeup.it)



[www.facebook.com/change.up.italia](http://www.facebook.com/change.up.italia)



[http://twitter.com/#!/Changeup\\_Italia](http://twitter.com/#!/Changeup_Italia)