

### Natural Expo – comunicato 3

#### ALIMENTAZIONE SANA, IL GRUPPO EDITORIALE MACRO PORTA “THE CHINA STUDY TOUR”

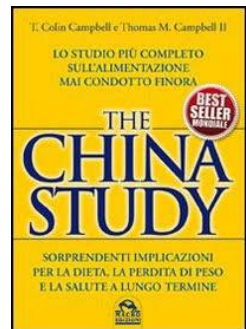


Il Gruppo Editoriale Macro porta al **Natural Expo 2016 “The China Study tour”**, la presentazione di un testo, “The China Study”, che sta diventando un’opera fondamentale per capire in profondità gli effetti che un’alimentazione a base di prodotti vegetali e integrali può avere nella prevenzione e cura di molte patologie. Si tratta di una tematica centrale anche per la manifestazione fieristica forlivese, focalizzata com’è sugli stili di vita sani, nella consapevolezza che il mangiare correttamente è spesso la prima base per tenere alla larga le malattie e per il benessere psico-fisico a tutto tondo della persona.

Ma le novità non finiscono qui: il gruppo editoriale cesenate quest'anno triplica, essendo presente in tre aree diverse, a rimarcare l'importanza che la casa editrice riconosce alla kermesse forlivese che ha ormai le caratteristiche di un appuntamento non solo locale o regionale. La fiera che alimenta corpo, anima e mente, giunta alla sua **11° edizione**, proporrà per tre giorni, **da venerdì 19 a domenica 21 febbraio 2016** un ricchissimo programma di incontri, esibizioni e dimostrazioni. Il Gruppo Macro contribuisce con uno stand informativo, due cooking show e un dibattito imperniato sul famoso saggio del **prof. T. Colin Campbell “The China Study tour”**, senza contare la presenza di tanti altri libri e gustosi assaggi.

Nell'area espositiva lo stand è in co-abitazione con Macrolibrarsi, società “gemella” che proporrà alcuni dei prodotti in vendita nel negozio di Diegaro di Cesena. Il Gruppo Macro metterà invece a disposizione un’ampia selezione dei suoi libri, in particolare le novità, che fanno riferimento ai temi tipici del Natural Expo.

La punta di diamante è poi il convegno che si terrà **dalle 16,30 alle 19 di sabato 20 febbraio (Sala Europa)**. L’appuntamento con “The China Study Tour”, viene dopo le otto tappe in giro per l’Italia fatte nel 2015, che hanno visto, dappertutto, un grande successo di pubblico. Seguendo la formula di un “talk-show”, l’evento vedrà la partecipazione di Michele Riefoli, nutrizionista, kinesiologo e autore del libro “Mangiare sano e naturale con alimenti vegetali e integrali” (Macro Edizioni); Mirella Merson, oncologa e nutrizionista per la prevenzione delle malattie attraverso l’alimentazione; Mirella Pizzi, medico di famiglia; Giorgio Gustavo Rosso, fondatore del Gruppo Editoriale Macro; Nicla Signorelli, giornalista, mamma e ideatrice del movimento “Be4Eat” che ha organizzato i seminari del prof. Campbell (autore del libro “The China Study”) in Italia; Francesca Più, nutrizionista ed esperta di alimentazione crudista, autrice del libro “Spaghetti vegetali dall’antipasto al dolce” (Macro Edizioni). Lo stesso prof. Colin Campbell sarà presente, seppure in modo indiretto, tramite la proiezione di una sua intervista in cui spiega il lungo percorso della sua ricerca e soprattutto i risultati a cui è giunto.



Ognuno dei relatori avrà modo di esporre, secondo la propria particolare esperienza (professionale e umana), l’estrema importanza della conoscenza delle infinite connessioni tra cibo e la nostra salute. Il tutto sempre partendo dai chiari concetti espressi dal libro “The China Study” che dal 2011 (data della sua pubblicazione in Italia) ha suscitato e sta ancora suscitando molte adesioni e reazioni, fino a diventare un testo fondamentale per capire in profondità gli effetti positivi di uno stile alimentare che mette al centro i prodotti vegetali e integrali.

**La partecipazione all'evento è gratuita ma è necessario prenotarsi dal sito [www.chinastudy.it](http://www.chinastudy.it)**



Infine, nell'area "open space", il Gruppo Editoriale Macro porta due cooking show, entrambi in programma per sabato: il primo alle 11,30 con Federica Gif e il secondo alle 12,30 con Francesca Più. **Federica Gif**, riminese doc, presenta il suo primo libro di ricette dal titolo già di per sé molto esplicativo, ovvero **"Più ricette sane, meno ricette mediche"**. Il libro è la traduzione su carta del blog *#mipiaceMifabene* che Federica Gif ha creato e che è diventato in poco tempo una delle piazze virtuali più frequentate dagli amanti della buona cucina naturale, tanto che si è aggiudicato premi e nomination agli Oscar della Rete. Colazione, spuntino, pranzo, dessert, merenda e cena: ogni momento della giornata trova in questo libro il proprio menù ideale, fatto di tanti spunti originali e piatti con ingredienti al 100% vegetali, sani, integrali, biologici e senza zucchero che l'autrice ama definire veri e propri "peccati di gola... senza peccato". In fiera verrà data una dimostrazione pratica con la proposta e relativo assaggio di un paio di ricette tratte dal libro.

**Francesca Più**, invece, svelerà alcuni segreti per fare gli spaghetti vegetali, un modo innovativo per reinterpretare completamente uno dei capisaldi della cucina italiana. Il suo **"Spaghetti vegetali dall'antipasto al dolce"** si basa su un'alimentazione priva di glutine e piena di energia che costituisce un'alternativa sana, veloce, leggera e, allo stesso tempo molto gustosa, alla pasta e ai cereali. Tante idee e ricette per tutte le stagioni per un primo piatto, un contorno, una merenda o un dessert appetitoso. Tutto rigorosamente fatto con le verdure: al Natural Expo ci sarà modo di capire meglio come e con che cosa procedere, in modo semplice e alla portata di tutti.



## VISITARE NATURAL EXPO

**DOVE E QUANDO:** dal 19 al 21 febbraio 2016 - Fiera di Forlì, via Punta di Ferro 2

**ORARI:** - venerdì, sabato e domenica 10.00 – 19.30

**BIGLIETTI:** venerdì biglietto unico € 2,00 - sabato e domenica, biglietto intero € 7,00 - Ridotto € 5,00 con coupon scaricabile dal sito [www.naturalexpo.it](http://www.naturalexpo.it); bambini gratis fino a 12 anni