

Ultimo aggiornamento 05/06/2008 - [info su FAnotizia.it](#)

- [Home](#)
- [TUTTE LE NOTIZIE](#)
- [CRONACA](#)
- [ATTUALITA'](#)
- [POLITICA](#)
- [ECONOMIA](#)
- [SPORT](#)
- [CULTURA](#)
- [SPETTACOLO](#)
- [AMBIENTE](#)
- [Cerca in ARCHIVIO](#)
- [Informazioni](#)
- [Scrivici](#)
- [Scrivi il tuo articolo!](#)

[Calendario eventi](#)

Bacheca degli  
**Annunci**

Per la pubblicità su questo  
sito scrivi a  
[pubblicita@gostec.it](mailto:pubblicita@gostec.it)

## Un week end di benessere, cibo e buonumore

**L'Istituto di Medicina Naturale, in collaborazione con "Il Grande Albero" organizza una due giorni all'insegna del buonumore**



Urbino. Che cos'è che ci fa fischiettare la mattina appena alzati e che ci fa sorridere anche in una giornata grigia? E' uno stato d'animo particolare di gioia, a cui ambisce tutto il genere umano: il buonumore.

Per questo, l'Istituto di Medicina Naturale organizza, in collaborazione con "Grande Albero Turismo e Cultura", un week end di benessere, cibo e buonumore.

La "due giorni", in programma sabato 14 e domenica 15 giugno all'Agriturismo Ca' Andreana di Urbino, ha l'obiettivo di aiutare ognuno di noi a riacquistare la naturale capacità di ridere di sé e con gli altri, coinvolgendo i cinque sensi. All'interno del week-end, vi sarà la possibilità di riunirsi intorno alla tavola per la "Cena del Buonumore" a base di ingredienti che, per la loro particolare composizione chimica, favoriscono il rilascio della serotonina, un neurotrasmettitore del sistema nervoso che aumenta il tono dell'umore.

Durante la cena, i partecipanti verranno stimolati alla risata da animatori professionisti fino a diventare loro stessi protagonisti del buonumore. Il programma prevede: Sabato 14 giugno: arrivo in primo pomeriggio presso la struttura ricettiva prescelta e sistemazione nelle camere riservate. Consegna del kit di viaggio e presentazione del programma. Tempo libero a disposizione per visitare la città di Urbino.

A seguire, "L'energia del cibo", breve dibattito con la partecipazione della dottoressa Maria Assunta Bordon (psicologa e direttore della Scuola Italiana di Naturopatia). Cena del Buonumore con cibi che stimolano il buonumore, giochi e animazione. La serata sarà coordinata dall'Accademia della Risata di Urbino.

Pernottamento Domenica 15 giugno: dopo la prima colazione giornata libera a disposizione per effettuare i percorsi Strade Belle, viaggio numero 15 "Verso l'antico Passo" - località coinvolte: Urbino, Sogesta, Acqualagna, Furlò. I

Informazioni e prenotazioni: Grande Albero Turismo e Cultura Tel. 0722 327858  
[info@grandealberoturismo.it](mailto:info@grandealberoturismo.it)



di *Enrica Papetti*  
*Attualità - 04/06/2008 - 10.13*

Argomenti

**Mappa del traffico**



**WEBCAM**  
sul mare di Fano!

Se vuoi collaborare  
ai contenuti di FAnotizia.  
it scrivici a  
[redazione@fanotizia.it](mailto:redazione@fanotizia.it)  
Se sei un giornalista e  
vuoi entrare nel progetto  
FAnotizia scrivi a  
[collaborazioni@gostec.it](mailto:collaborazioni@gostec.it)