

## Un saggio ci aiuta a costruire il benessere "su misura"

Dall'equilibrio tra mente, corpo e relazioni sociali nasce il "bendessere": una nuova disciplina, elaborata da autorevole esperto della mente, per un personale percorso di gioia.



A partire dalla gestante, passando per l'infanzia e il periodo adulto, fino all'età della saggezza, ad assicurare a tutti noi il prezioso equilibrio tra mente, corpo e relazioni sociali è da oggi il **bendessere**<sup>TM</sup>.

Una nuova e innovativa concezione di benessere a cui è dedicato il saggio *"La nuova disciplina del bendessere – vivere il meglio possibile"* ed. **Marsilio** Editori.

Primo volume di una trilogia, è parte di un progetto editoriale unico e di grande valore, frutto della collaborazione tra Solgar Italia Multinutrient S.p.A. (affiliato della multinazionale leader nell'integrazione nutrizionale) e Vittorino Andreoli, neuropsichiatra e scrittore, già direttore del dipartimento di Psichiatria di Verona-Soave e membro della New York Academy of Sciences.

Il trattato è un viaggio inedito nei molteplici significati del neologismo "bendessere", inteso come risultante dell'equilibrio "in e tra" mente, corpo e relazioni sociali.

L'obiettivo è dare al lettore gli strumenti utili per cogliere appieno le opportunità offerte dalle diverse fasi della vita, con consapevolezza e gioia interiore, senza picchi esasperati: permettendo, dunque, a chi lo desidera, di apprendere un nuovo linguaggio – composto da termini preziosi come desiderio, speranza e determinazione – attraverso il quale costruire su misura un personale percorso di gioia. È proprio "gioia", infatti, la parola chiave che, in questo viaggio, si fa mezzo e raggiungimento insieme: un sentimento più continuativo e duraturo rispetto alla felicità, troppo desiderata e mai davvero compresa e vissuta poiché fugace. Nel saggio Andreoli-Solgar, per la prima volta l'esperienza, unita alla conoscenza e la visione di un autorevole esperto della mente, si coniuga col mondo della Nutraceutica e la Scienza della nutrizione, abbracciando un nuovo concetto di benessere inteso come stile di vita ed espressione del bene della propria esistenza.