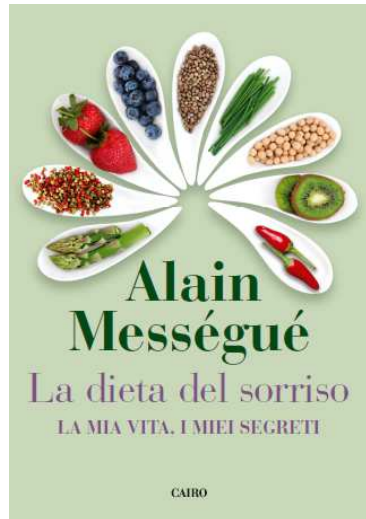


## COMUNICATO STAMPA

### LA DIETA DEL SORRISO: ALAIN MESSÉGUÉ RACCONTA I SEGRETI PER VIVERE MEGLIO

**23 settembre, ore 18.30**  
**Milano, Libreria Feltrinelli di Piazza Duomo**



Il guru delle diete e delle erbe **Alain Mességué** si racconta nel suo ultimo libro **“La dieta del sorriso. La mia vita, i miei segreti”** (Cairo, 2015) che sarà presentato **mercoledì 23 settembre alle 18.30** presso la **Libreria Feltrinelli di Piazza Duomo a Milano**.

Durante l’incontro intervengono il critico letterario e fondatore di Satisfiction **Gian Paolo Serino** e la giornalista **Manuela Porta**, moderatrice dell’incontro.

Ancora una volta Alain Mességué ci stupisce: l’uomo imprevedibile che tutti conosciamo vuole dare in questo libro un’immagine di sé più intima, ripercorrendo alcune tappe della sua vita professionale rilette con lo spirito e l’ironia che lo contraddistinguono.

Oltre quarant’anni di carriera – ma lui preferirebbe forse parlare di “missione” – riassunti in rapidi tocchi e in episodi che acquistano qui un particolare significato, aiutando a comprendere l’uomo Mességué.

Ma non si tratta di un’autobiografia. È quasi un bilancio umano, che l’autore fa e offre generosamente al suo pubblico e, soprattutto, a suo figlio. È infatti da una chiacchierata con lui che nasce l’idea di ricostruire in punti la sua vita fino a qui, splendido soggetto per un libro di avventura.

Anche attraverso le testimonianze dei suoi ospiti illustri si scopre così che, dietro al professionista noto a tutti, si nasconde un uomo coraggioso, instancabile e generoso che dà suggerimenti e consigli per aiutarci a stare bene mangiando meglio, regala ricette che mescolano ingredienti sani e sorprendenti, sfata credenze e false convinzioni sull’alimentazione e i trucchi per dimagrire.

Chiunque potrà beneficiare di questa lettura, distillandone le notizie che più interessano: dati biografici? Trucchi per rimettersi in forma? Consigli di benessere e salute? Curiosità e ricette? Ovunque, per tutti, tra le pagine gocce di saggezza che rinfrescano le nostre preoccupazioni e i nostri stress del quotidiano. E tanti sorrisi.

#### **Alain Mességué**

Alain Mességué è nato il 2 luglio, a Bergerac, da Maurice Mességué, il “rinnovatore” della fitoterapia moderna, ed Elena, insegnante di origine italiana.

Seguendo una tradizione cara ai veri guasconi, Alain ha intrapreso la via tracciata da suo padre Maurice ed è oggi considerato uno dei nutrizionisti, naturopati e fitoterapisti più famosi del mondo. Nel 1970 termina gli studi di Terapie Fisiche presso il Centro ospedaliero universitario di Tolosa e da allora coniuga alla conoscenza delle virtù curative delle piante e delle erbe medicinali specialità complementari come la dietetica e le tecniche di fisioterapia e di naturopatia.

Il suo centro benessere attira clienti provenienti da varie parti del mondo. È autore di numerosi libri tra i quali "Il metodo Mességué per dimagrire" (Garzanti, 1984), "La dieta Mességué" (Garzanti, 1985) e "Mangiare meglio, per vivere meglio" (Ed. Arte di Vivere, 2006).

**Alain Mességué ha da poco aperto la sua nuova Spa al Parkhotel Delta Ascona (Canton Ticino, Svizzera),** un punto d'arrivo di un lungo percorso in cui le medicine alternative vengono applicate con grande equilibrio ed esperienza. All'interno della struttura è possibile seguire una serie di percorsi e trattamenti studiati in base alle necessità individuali e secondo le disposizioni del guru.

### **Ingresso libero**

#### **Rapporti con la stampa**

##### **ELLECISTUDIO**

Tel. +39 031.301037

Paola Carlotti +39 335.7059871

Chiara Lupano +39 335.7835403

Denise Peduzzi +39 031.301037

Elena Ghielmetti +39 031.301037

ellecistudio@ellecistudio.it

www.ellecistudio.it