

El Consell de Formentera, a través de l'àrea de Turisme, informa que ja estan obertes les inscripcions per participar en la vuitena edició del Formentera Zen, que se celebrarà entre el 14 i el 16 d'octubre a la nostra illa. És un esdeveniment de benestar, promogut pel Consell Insular de Formentera i organitzat per Puro Bienestar, que compta amb experts en psicologia positiva, intel·ligència emocional, autoconeixement, hàbits saludables, nutrició, fitnes, dansa, neurociència, autocura i bellesa, somni i descans, bany sonor, ioga i meditació.

La vicepresidenta i consellera de Turisme, Alejandra Ferrer, ha explicat que el Formentera Zen s'emmarca dins la campanya "Descobreix Formentera a l'octubre" per atreure tant visitants durant la temporada baixa com la població de l'illa, i els convida, després de l'estiu, a aquestes jornades "que posen la persona en el centre per millorar el benestar del cos i la ment". Cal destacar que els residents de Formentera tenen un 50 % de descompte en el preu.

En la celebració d'aquest 2022 s'ha dissenyat un programa amb sessions multidisciplinàries que abasten totes les dimensions de l'ésser humà (física, intel·lectual, mediambiental i social). Així, professionals de la talla de Marta Verona (Masterchef 6), Cesc Escolà (Operación Triunfo i Muévete en casa), Jana Fernández (El Podcast de Jana Fernández), Marta Romo (Entrena el teu cervell), Marc Oromí (The Massage House), Júlia Rovira (Vadesabores) i Teresa Arnandis (Ladyscience).

D'altra banda, també participaran en el Formentera Zen 2022 la psicòloga Elena Puig; l'artista resident a Londres Diana Pintado; l'alquimista musical José Manuel Martínez, i el professor de ioga d'origen grec Yiannis Mukta Om.

Entre tots els ponents participants en aquesta edició se supera el milió de seguidors en xarxes socials, entre els quals divulguen claus fonamentals de benestar per viure d'una manera més sana i equilibrada, "i també durant aquests dies ressonarà el nom de Formentera i el lligarà al món del benestar, la salut la natura", segons Alejandra Ferrer.

"Quan el somni millora, tot millora"; "Supera els límits de la teua ment"; "El poder de

l'automassatge. Una relació d'amor propi"; "Supernutrició. Nodreix-te de manera saludable, plaent i eficient"; "Coneix el teu cos per entendre'l i cuidar-lo"; "Consciència i ego", i "Hola, com va? Parlam?" són els títols de les sessions que configuren aquest programa de benestar holístic. A més, durant el Formentera Zen 2022 també tendrà lloc una sessió de cuina en directe de receptes de temporada amb producte local i dos classes magistrals: dansa fitnes i dharma ioga.

L'esdeveiment es celebrarà al Gecko Hotel & Beach Club i compta també amb la col·laboració de Sa Pedrera Suites & Spa, Trasmapi, Proauto Rent a Car i La Fabrica Artigianale.

Més informació i inscripcions: https://formenterazen.es | comunicacion@purobienestar.es

22 de setembre de 2022
Àrea de Comunicació
Consell de Formentera

