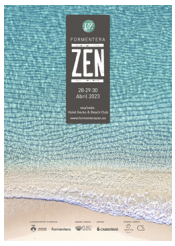
El Consell de Formentera, a través del área de Turismo, informa de que ya están abiertas las inscripciones para participar en la novena edición del Formentera Zen, que se celebrará los días 28, 29 y 30 de abril en nuestra isla. Éste es un evento que tiene por objetivo fomentar el bienestar de las personas, está promovido por el Consell Insular de Formentera y organizado por Puro Bienestar.

La vicepresidenta y consellera de Turismo, Alejandra Ferrer, ha explicado que "el Formentera Zen este año se volverá a celebrar antes de la temporada para atraer visitantes durante estas fechas, y ofrecerá una posibilidad de ocio saludable tanto a los turistas como a la población de isla". Además, según ha anunciado Ferrer, "este año hemos creado un evento especial pensado para las familias, el Formentera Zen Kids & Families".

Esta jornada tendrá lugar el día 1 de mayo, festivo, y para los participantes del Formentera Zen está incluido en el precio del evento. Cabe destacar que los residentes de Formentera y Eivissa tienen un 50 % de descuento en el precio del Formentera Zen. También se podrán realizar inscripciones sólo para la jornada familiar, los residentes de Formentera también tendrán un descuento del 50 % del precio del evento.



Programa
Para la próxima convocatoria se ha diseñado un programa con sesiones multidisciplinares en las que se abarcan todas las dimensiones del ser humano (física, intelectual, medioambiental y social). Así, durante el evento participarán los siguientes profesionales: Alejandra Vallejo-Nágera (psicóloga), Natalia Zubizarreta (interiorista), Sari Arponen (doctora en Ciencias Biomédicas), María Casado (experta en bienestar integral), Enric Sánchez (periodista y podcaster), Cristina Martínez (doctora en Psicología), Esther Gómez (enfermera y divulgadora), Miguel Trainer (entrenador personal) y Cristina Boscá (presentadora de radio).

Asimismo, Formentera Zen 2023 también contará con la profesora de yoga procedente de Hong Kong Alessandra Oram; la artista, bailarina y coreógrafa Vicky Gómez; la farmacéutica y nutricionista Amelia Plató; y la enfermera y sexóloga Laura Cámara. Entre todos los ponentes participantes en esta edición se supera el millón y medio de seguidores en redes sociales, entre los que divulgan claves fundamentales de bienestar para vivir de forma más sana, saludable y equilibrada.



Formentera Zen Kids & Families
Una de las novedades de esta edición será el Formentera Zen Kids & Families. El 1 de mayo, habrá clases magistrales, charlas y talleres sobre temáticas variadas y nuevas en relación al bienestar holístico (físico, mental y emocional) del conjunto de la familia.

El encuentro contará con actividades creativas e innovadoras adaptadas para fomentar el bienestar en las familias. Charlas sobre psicología, alimentación, salud y sueño infantil. Éstas son algunas de las propuestas que llevarán a cabo profesionales de primer nivel en cada materia, que ofrecerán, asimismo, herramientas para el manejo posterior de situaciones en el ámbito familiar.

Este evento también contará con talleres variados para el entretenimiento y aprendizaje de los más pequeños. La sede central del evento será Gecko Hotel. Las inscripciones se pueden hacer en la web www.formenterazen.es .

25 de febrero de 2023
Área de Comunicación
Consell de Formentera