**Formentera Zen 2022, una proposta de benestar i desconnexió a la tardor**

**Els més de cent cinquanta assistents gaudiran, durant tres dies, d'aquesta gran experiència de benestar en el marc incomparable de l'illa de Formentera, en una època de l'any excel•lent per retrobar-se amb un mateix. Tot això, amb ponents nacionals i internacionals que garanteixen l'aprenentatge i l'enriquiment a través de les diferents especialitats de benestar.**

**Formentera Zen** celebra la vuitena edició els dies **14, 15 i 16 d'octubre**. Aquest esdeveniment de benestar, promogut pel **Consell Insular de Formentera**, tracta de promoure la cultura del benestar en la societat i permet gaudir de la mà dels talents més prestigiosos de classes magistrals, tallers i xerrades sobre psicologia positiva, intel·ligència emocional, autoconeixement, hàbits saludables, nutrició, dansa fitnes, neurociència, autocura i bellesa, somni i descans, bany sonor, ioga i meditació.

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**](https://www.instagram.com/martamchef6/?hl=es) (*Masterchef 6*), [**Cesc Escolà**](https://cescescola.com/) (*Operación Triunfo i Muévete en casa*), [**Jana Fernández**](https://janafernandez.es/) (*El Podcast de Jana Fernández*), [**Marta Romo**](https://martaromo.es/) (*Entrena el teu cervell*), [**Marc Oromí**](https://www.instagram.com/themassagehouse.bcn/?hl=es) (*The Massage House*), [**Júlia Rovira**](https://www.instagram.com/vadesabores/?hl=es) (*Vadesabores*) i [**Teresa Arnandis**](https://www.instagram.com/ladyscienceofficial/?hl=es)(*Ladyscience*).

D'altra banda, també participaran en el Formentera Zen 2022 la psicòloga [**Elena Puig**](https://www.instagram.com/elenapuigguitart/?hl=es); l'artista resident a Londres [**Diana Pintado**](https://www.instagram.com/dipinca/?hl=es); l'alquimista musical [**José Manuel Martínez**](https://www.youtube.com/watch?v=gMD6U4B6m80), i el professor de ioga d'origen grec [**Yiannis Mukta Om**](http://yogawithyiannis.com/?page_id=75). 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.

*“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 dues classes magistrals: dansa fitnes i dharma ioga.

Per a l'organització integral del festival, un any més, Formentera Zen ha comptat amb la plataforma de serveis de benestar en l'àmbit holístic, [**Puro Bienestar**](https://purobienestar.es/), i ha seleccionat com a seu el [**Gecko Hotel & Beach Club**](https://geckobeachclub.com/)**,** espai que aposta pel gaudi d'un estil de vida saludable amb els seus programes de ioga i benestar davant de les aigües turqueses de la platja de Migjorn de Formentera.

Així mateix, Formentera Zen 2022 compta amb altres valuosos col·laboradors que aposten per aquest esdeveniment de benestar integral (cos, ment i entorn) i faciliten l'assistència dels seus participants: l'allotjament oficial [**Sa Pedrera Suites & Spa**](https://www.sapedrerasuites.com/); la naviliera [**Trasmapi**](https://www.trasmapi.com/)i; l'empresa de lloguer de vehicles [**Proauto Rent a Car**](https://www.proautorentacar.com/), i la prestigiosa empresa de cosmètica [**La Fabrica Artigianale**](https://lafabricaartigianale.com/es/).

**Més informació i inscripcions:** [**https://formenterazen.es/**](https://formenterazen.es/)

**comunicacion@purobienestar.es**