H:’äÂäð.S. – Holistic Land Of Sense Festival del Benessere - 19–21 giugno - Lido di Predosa (AL)

Data: 6 settembre 2026 | Autore: Redazione



H:’äÂäð.S. – Holistic Land Of Sense è il nuovo festival del benessere che trasforma il Lido di Predosa in una “Terra Olistica” dove corpo, mente, spirito ed emozioni si incontrano attraverso i sensi.

Dal**19 al 21 giugno,**tre giornate di esperienze, pratiche olistiche, musica e cultura del benessere aperte a tutti, con **ingresso libero**, in una cornice naturale ricca di storia e suggestioni.

Holistic Land of Sense nasce con l’obiettivo di rispondere alle esigenze contemporanee di equilibrio psico fisico e di riscoperta di stili di vita sostenibili e consapevoli. In un contesto sociale segnato da ritmi accelerati e crescente complessità, il festival propone un modello culturale fondato su prevenzione, salute naturale e valorizzazione della persona nella sua globalità: prima stare bene con se stessi, poi con gli altri.

Una location simbolica: il Lido di Predosa

Il Lido di Predosa, sulla sponda destra del torrente Orba, nel Comune di Predosa, è un luogo della memoria collettiva: qui, nel secolo scorso, si trascorrevano le domeniche estive tra bagni nelle acque limpide, chiacchiere all’ombra degli alberi secolari e incontri tra amici. È lo stesso scenario in cui i

nostri nonni cercavano l’oro sulle sponde del torrente o si spostavano da una riva all’altra con piccole imbarcazioni.

Oggi questo spazio carico di ricordi si rinnova in chiave olistica, diventando il teatro ideale di un festival che invita a cercare un “oro” diverso: il benessere profondo e consapevole.

Le aree tematiche: un viaggio attraverso i sensi

H:’äÂäð.S. abbraccia la totalità dell’essere attraverso percorsi esperienziali articolati in diverse aree:

- **Corpo**
  Yoga, Qi Gong, Massaggi, Shiatsu, Riflessologia, Coppettazione Cinese, Moxibustione e altre pratiche per sciogliere tensioni e ritrovare centratura.
- **Anima**
  Costellazioni Familiari, Ipnosi, Regressioni alle vite precedenti e percorsi interiori per esplorare le proprie radici e la dimensione più profonda di sé.
- **Energia**
  Reiki, Cristalloterapia, Radioestesia, Caricatori Orgonici e discipline bioenergetiche per riequilibrare i campi sottili e l’energia personale.
- **Vibrazioni**
  Campane Tibetane, Drum Circle, Tamburi Sciamanici e pratiche sonore per sperimentare il potere trasformativo del suono.
- **Nutrizione e Natura**
  Alimentazione Naturale e Vegan, saponi artigianali, Cosmesi Botanica e prodotti green per portare il benessere nella vita di tutti i giorni.

Durante tutte le giornate saranno attivi **stand e corner esperienziali**fino alle 19, oltre a servizio bar e ristorazione.

Il programma

19 giugno – dalle 20.00 alle 24.00
Serata inaugurale

- Taglio del nastro con la presentazione del cortometraggio **“La trappola di Venere”**, alla presenza del suo ideatore **Gianluca Mech**, imprenditore, divulgatore scientifico nel campo della nutrizione e creatore del metodo Tisanoreica, erede di una storica tradizione erboristica di famiglia. (www.gianlucamech-tisanoreica.com).

Il corto racconta il percorso di un uomo 'normale' che scivola, quasi senza accorgersene, in una spirale di possesso, gelosia e controllo verso la partner, fino a sfiorare la violenza. L’obiettivo dichiarato è **intercettare i segnali emotivi e psicologici prima che la violenza esploda**, invitando gli uomini a riconoscere il proprio disagio e a chiedere aiuto in tempo. Mech sottolinea che il progetto non vuole capire “come e quando nasce il pensiero violento”, usando cinema, psicologia e testimonianze come strumenti di responsabilità sociale.

“La trappola di Venere” fa parte di un più ampio **progetto culturale e di prevenzione**, presentato in contesti istituzionali come la **Camera dei Deputati**(Sala della Regina) e in varie città italiane, spesso in collaborazione con associazioni e realtà che si occupano di diritti e contrasto alla violenza di genere.

L'evento è sostenuto dal centro antiviolenza me.Deache opera in provincia sulle sedi di Alessnadria e Casale Monferrato. Me.Dea accoglie, ascolta e sostiene le donne in un percorso di uscita dalla violenza, rispettando tempi, scelte e bisogni di ciascuna. Dall’inizio della sua attività ha aiutato oltre 3.000 donne. Conta 20 operatrici nei due Centri, 5 operatrici nelle Case Rifugio e 40 volontarie

• Apericena live con **Drums Unlimited – percussion ’n voice**, per un’immersione nelle vibrazioni ritmiche e condivise. Si tratta di u**n progetto artistico nato dalla collaborazione di quattro**musicisti: Pia Perez Almeida (voce), Tony Meneses Villarpando, Mario Principato e Marco Fadda (percussioni). Il gruppo propone un’esperienza sonora originale e coinvolgente, in cui il ritmo energico e incalzante delle percussioni si fonde con le linee vocali ispirate a grandi interpreti femminili della musica latina come Gloria Estefan, Natalia Lafourcade e Rosana, e della world music come Noa e Joni Mitchell. Il repertorio si arricchisce inoltre di sonorità provenienti dalla tradizione folk cubana e portoricana.

20 giugno – dalle 10.00 alle 24.00

Giornata di pratiche e musica

• Attività in arena fino alle 19.00, tra cui la **tribal fusion** di **Silvia Bruzza** e il **Drum Circle** condotto da **Ale Morbelli**.

Silvia Bruzza è una danzatrice e insegnante con esperienza 30 anni, insegna Tribal Fusion Bellydance e danze gitane fusion.

La sua danza è per tutte le donne, per riscoprire la propria essenza femminile ed aumentare la fluidità e armonia nel corpo e nel movimento. È ideatrice del metodo 'Armonia' per corpo, mente ed emozioni. Insieme alle danzatrici “Anime Gitane", presenterà alcuni pezzi in stile Tribal Fusion Bellydance e Danze Gitane.

Al pomeriggio Silvia sarà disponibile per dei mini-corsi, aperti a tutte le donne, per poter imparare i primi passi base.

Alessandro Morbellida oltre 25 anni si dedica allo studio delle percussioni africane, afro-cubane, afro-brasiliane. Si occupa di laboratori di crescita personale, team building aziendali e formazione, eventi, comunità.

• In serata, cena nel mondo onirico del **Buddha Bar di Parigi**, accompagnata dalla selezione musicale di **Dj Ravin** – dj e producer internazionale, tra i creatori delle celebri compilation Buddha Bar – insieme al resident **Dj Stefano Pain**.

21 giugno – dalle 10.00 alle 19.00

YogaDay

• Giornata dedicata allo **YogaDay**, con pratiche e attività per tutti i livelli, incontri e momenti di meditazione.

• Stand, attività in arena, servizio bar e ristorazione attivi fino alle 19.00.

Travelconsulting & Holos Event: insieme per un'esperienza a 360°

Travelconsulting è partner ufficiale di questo evento, poiché la missione si sposa con i valori di crescita personale e connessione umana promossi da Holos Eventi.

Cosa offre Travelconsulting:
Soggiorni su misura: comfort e tranquillità per i partecipanti che cercano un punto d'appoggio etico e accogliente.
Presenza attiva: saremo fisicamente presenti all'evento per guidarvi alla scoperta delle eccellenze del nostro territorio. Vi racconteremo come vivere esperienze autentiche che nutrono l'anima, in perfetta sintonia con la filosofia olistica dell'incontro.

Ecco solo alcune esperienze che Travelconsulting racconterà durante il week end:

• Forest Bathing (Shinrin-yoku): Un’immersione sensoriale profonda tra gli alberi per ritrovare l’equilibrio. Attraverso il respiro e il contatto consapevole con la natura, ridurrai lo stress e ricaricherai i tuoi sensi, lasciandoti avvolgere dall’energia vitale del bosco.

• Esperienze a bordo fiume: lasciati cullare dallo scorrere dell’acqua. Queste attività offrono momenti di pura connessione con l’elemento idrico: meditazioni guidate, camminate meditative sulle rive o semplice relax sonoro per rigenerare mente e spirito in un contesto naturale incontaminato.

• Ricerca dell’oro: un ritorno alle origini e alla pazienza. Guidati da esperti, imparerete le antiche tecniche dei cercatori d’oro locali, setacciando le sabbie del fiume in un’attività che è al tempo stesso un gioco, una tradizione storica e un esercizio di mindfulness all'aria aperta.

• Laboratori di trasformazione di erbe officinali: dalla terra alla dispensa del benessere. Imparerai a riconoscere le piante spontanee e a trasformarle con le tue mani in oleoliti, tisane o rimedi naturali, portando a casa con te l’antico sapere della tradizione erboristica.

Unisciti alla nostra visione

H:’äÂäð.S. è lo spazio dove il business incontra l’anima. Siamo a disposizione per studiare insieme una formula di sponsorizzazione "su misura", che rifletta l'identità della vostra azienda e i vostri obiettivi di crescita.

Abbiamo diversi pacchetti da analizzare, approfondiamo insieme le possibilità!

Articolo scaricato da www.infooggi.it
https://www.infooggi.it/articolo/h-l-o-s-holistic-land-of-sense-festival-del-benessere-19-21-giugno-lido-di-predosa-al/153415