

## “Dolomites Well-being Summit”

La convention sullo stare bene nella Valle del Benessere

In occasione del World Wellness Weekend 2021, la Val di Fiemme, unica realtà al mondo a partecipare all'evento internazionale come intero territorio, lancia la prima edizione del “Dolomites Well-being Summit”. Venerdì 17 settembre esperti di settori diversi si confronteranno sul tema – sempre più attuale – del benessere psicofisico, ambientale e sociale.  
*Ore 15.30, Casa Starpool e diretta on line.*



*Val di Fiemme, 16 settembre 2021* \_ Se è vero, come sosteneva Confucio, che si hanno due vite a disposizione e che la seconda inizia quando ci si accorge di averne una sola, mai come adesso – dopo un anno e mezzo di profondo stress psicofisico – è il momento di un nuovo, secondo, inizio. Che parta dal **benessere, individuale, ambientale e sociale**. Un bisogno al centro del vivere contemporaneo, in merito al quale **la Val di Fiemme**, non a caso detta anche Valle dell'Armonia, ha un'esperienza decennale da mettere a sistema e condividere.

Grazie a un patrimonio boschivo e naturalistico unico in Italia e in tutto l'arco alpino, a istituzioni che per secoli hanno saputo preservare il territorio, ad aziende che sono riuscite a trasformare il benessere in motore economico e a concrete politiche di sostenibilità, rispetto ambientale e sociale, la valle trentina si configura realmente come la **Valle del Benessere in Italia**.

Per questo ha scelto di fare il punto sul tema, **lanciando la prima edizione del “Dolomites Well-being Summit”** in occasione **del World Wellness Weekend (WWW) 2021**: evento internazionale in programma dal **17 al 19 settembre** in oltre **120 Paesi** a cui la **valle ha deciso di partecipare come intero territorio**. È il **primo e unico caso in Italia e al mondo**.

La convention in programma **venerdì 17** inaugurerà il fine settimana dedicato allo stare bene, mettendo a confronto esperti di settori diversi alla presenza dello stesso fondatore del WWW, **Jean Guy de Gabriac**. Gli interventi esamineranno le varie declinazioni del benessere che l'associazione internazionale ha individuato in 5 pilastri: **vitalità e movimento, serenità e consapevolezza, sonno e recupero, alimentazione ed equilibrio e senso della vita e solidarietà**. Si succederanno sul palco l'alpinista **Simone Moro**, il medico chirurgo **Vincenzo Primitivo**, lo chef stellato **Alessandro Gilmozzi** e l'architetto esperto di benessere indoor, **Leopoldo Busa**, insieme a **Renzo Daprà**, scario della **"Magnifica Comunità della Val di Fiemme"**.

Il summit sarà anche l'occasione di portare all'attenzione del pubblico l'integrità e le caratteristiche che hanno fatto della Val di Fiemme uno speciale **ecosistema naturalistico, sociale ed economico vocato da secoli al benessere**, che ha saputo ispirare lo **sviluppo sostenibile** di un territorio evoluto in **"destinazione benefica"**, capace oggi – caso strano in Italia – di **fare sistema e proporsi come modello per uno stile di vita sano**.

Aprirà i lavori della convention, moderata dalla giornalista Lorenza Scalisi, l'intervento su *senso della vita e solidarietà* di **Renzo Daprà**, scario della **"Magnifica Comunità della Val di Fiemme"**, **la più longeva forma di vita solidale** che, partendo dal rispetto del proprio territorio, ha sviluppato in nove secoli di storia una **grande testimonianza di consorzio umano**.

Chi non aspira a raggiungere serenità e consapevolezza di sé? A offrire una guida verso questi preziosi obiettivi sarà il dottor **Vincenzo Primitivo**, medico chirurgo, esperto in medicina integrata e responsabile dell'**Istituto Internazionale Peter Mandel** per la formazione in fotobiomodulazione cromatica.

Pochi altri potrebbero parlare di *vitalità e movimento* come **Simone Moro**. Alpinista, scrittore e aviatore, bergamasco innamorato delle Dolomiti, forte delle sue 8 cime da 8.000 metri, sostiene da sempre che **«non bisogna sprecare un solo minuto della nostra vita senza fare movimento»**.

Lo chef stellato **Alessandro Gilmozzi**, con numerose esperienze di *lectio magistralis* a convegni di settore come *Identità Golose* e *Identità di Pasta* e "in cattedra" in atenei come l'Università del Gusto di Vicenza, esporrà le **originali ricerche portate avanti sui prodotti del territorio in grado di arricchire i piatti di proprietà benefiche**. Fra questi, le gemme degli abeti della Val di Fiemme.

*Sonno e recupero* saranno analizzati da una prospettiva inaspettata dall'architetto **Leopoldo Busa** – da anni impegnato nella **valutazione e nella certificazione della qualità dell'aria negli ambienti interni** di case, uffici e spazi comuni – che affronterà il tema del **benessere/malessere indoor**. Dove e come recuperare le forze fisiche disperse nella giornata partendo dalla scelta di elementi d'arredo in grado di agevolare il sonno e stimolare il ristoro di corpo e mente?

Il "Dolomites Well-being Summit" è organizzato da un pool di **aziende fiemmesi, che sono parte di un distretto economico dalle caratteristiche uniche in Italia**, è espressione della volontà di un gruppo di imprenditori locali di sostenere la valle che ha ispirato le loro esperienze d'impresa all'insegna del benessere: **Starpool**, da oltre 45 anni specializzata in wellness, spa e soluzioni per il benessere psicofisico con progetti realizzati in tutto il mondo; **La Sportiva**, brand leader mondiale nel settore della calzatura e dell'abbigliamento outdoor che contiene al minimo l'impatto ambientale dei propri prodotti concepiti e realizzati tra le Dolomiti; **Pastificio Felicetti**, che da quattro generazioni porta avanti una produzione di specializzazione in altitudine, utilizzando soltanto semole biologiche, acqua di sorgente e aria d'alta quota, per conferire alla propria pasta un sapore distintivo, sempre più apprezzato dagli chef di tutto il mondo; **Fiemme Tremila**, da 30 anni specializzata in pavimenti e arredamenti in legno biocompatibili, 100% salubri, capaci di migliorare la qualità dell'aria indoor grazie a un trattamento innovativo a base di oli essenziali, cere e resine vegetali.

Il summit è supportato dall'**Azienda per il Turismo della Val di Fiemme**, impegnata in un percorso di posizionamento e valorizzazione del territorio come Valle del Benessere.

--

È possibile partecipare on line al Dolomites Well-being Summit collegandosi al seguente link:

<https://www.facebook.com/events/116162795096850/permalink/1161627967663515/>

**La stampa interessata a partecipare anche in presenza non esiti a contattarci.**

\*In foto, in alto da sinistra: Riccardo Turri Starpool, Lorenzo Delladio La Sportiva, Riccardo Felicetti Pastificio Felicetti, Marco Felicetti Fiemme Tremila, Jean Guy de Gabriac World Wellness Weekend.

In basso da sinistra: Vincenzo Primitivo, Lorenzo Moro, Alessandro Gilmozzi, Leopoldo Busa, Renzo Daprà.

### **Benessere psicofisico: alcuni dati dal Word Wellness Weekend**

#### **Riposo e creatività**

Il 62% delle persone al mondo non dorme bene (*World Economic Forum 2019*)

Il 30% della popolazione è affetto da insonnia (*Sleep Foundation 2020*)

1 bilione di persone al mondo soffre di apnea notturna (*The Lancet, 2019*)

La mancanza di sonno influisce su cardiopatie e infarti, sistema immunitario debole, pressione alta, depressione, diabete e obesità. Al contrario, un corretto riposo aiuta a migliorare l'attenzione e la concentrazione, ridurre il livello di stress, sviluppare la resilienza, incoraggiare la creatività.

#### **Nutrizione e immunità**

Il sovrappeso e l'obesità uccidono più del sottopeso; nel 2016 il 39% degli adulti era in sovrappeso, il 13% obeso (*World Health Organization 2020*). Ma l'obesità è prevenibile. Mangiare in modo sano porta a maggiore energia, migliore sistema immunitario, più salute mentale migliore e maggiore brillantezza della pelle.

#### **Movimento e vitalità**

Stare seduti è più pericoloso che fumare e uccide più persone dell'HIV (*Mayo Clinic 2020*).

Dal 1950 sono aumentati del 83% i lavori sedentari.

Il 25% degli adulti e oltre l'80% degli adolescenti non è sufficientemente attivo (*World Health Organization 2018*).

Tra il 2013 e il 2018, gli europei che non hanno praticato alcuna attività sportiva sono aumentati dal 42% al 46% (*Eurobarometer 2019*).

È ampiamente riconosciuto che un'attività regolare aiuta il controllo del peso, combatte le malattie, migliora l'umore e aumenta l'energia.

#### **Mindfulness e serenità**

Un miliardo di persone soffre di ansia, mentre una persona su quattro soffre di disturbi mentali.

Il 51% degli adulti che soffre di stress cronico e presenta sintomi di affaticamento. Il 74% si è sentito così stressato da essere sopraffatto o incapace di far fronte al problema.

In Europa ogni anno vengono perse 13,5 milioni di giornate lavorative a causa di disturbi legati allo stress (*Global Wellness Institute, Mental Health Foundation*).

Pratiche di Mindfulness riducono lo stress e l'ansia, migliorano l'attività cerebrale, abbassano la pressione sanguigna e la frequenza cardiaca, aumentano l'attenzione, la concentrazione, la chiarezza e la consapevolezza.

#### **Motivazione e solidarietà**

690 milioni di persone hanno sofferto la fame nel 2019. La pandemia Covid-19 ha aggravato la situazione, in particolare la fame cronica e la povertà estrema. È fondamentale sostenersi a vicenda per progredire nello stare bene.

### **Val di Fiemme: perché è la Valle del Benessere**

Adagiata tra le **Dolomiti del Trentino Patrimonio UNESCO**, lungo il corso del torrente Avisio, la valle si distende tra i 1.200 e i 2.200 metri di quota fra **due parchi naturali**, quello di **Paneveggio Pale di San Martino**, con la sua riserva di cervi, e quello del **Monte Corno** con le più varie specie di volatili.

Detta anche **Valle dell'Armonia** per le famose **Foreste dei Violini** e il suggestivo **Bosco che Suona** che sovrastano i 9 comuni del territorio, la Val di Fiemme è popolata dagli abeti rossi di risonanza prediletti un tempo dal maestro Stradivari e oggi dai liutai di tutto il mondo.

Il territorio fiemmeso è un **gigantesco polmone verde**, dove il patrimonio boschivo amministrato dal 1.111 dalle Regole locali della **Magnifica Comunità di Fiemme** oggi conta **60 milioni di alberi** (3.000 pro capite) capaci di catturare **2 milioni di tonnellate di CO2**, come dimostra la **certificazione FSC** ottenuta dalla Magnifica Comunità.

Dalla primavera all'autunno, Fiemme è una **spa a cielo aperto** in cui rigenerare corpo e mente grazie a oltre **70 esperienze guidate**.

Fiemme vanta uno dei **musei outdoor più alti al mondo**, **Respirart**, dove la seggiovia che permette l'accesso è stata trasformata in "**seminovia**": mentre sorvolano il parco, gli ospiti sono invitati a lanciare semi della Val di Fiemme tra i più ricchi di specie floreali, un fiorume capace di arricchire i prati più poveri preservando la biodiversità.

La Val di Fiemme è un "**distretto delle rinnovabili**", con tutti i Comuni impegnati a sostituire i combustibili fossili con fonti energetiche rinnovabili. A Cavalese, ad esempio, **l'80% dell'abitato è riscaldato da biomasse** provenienti dagli scarti di lavorazione del legno nella centrale di teleriscaldamento **Bioenergia Fiemme**. Con la segatura si produce il **FiemmePellet**, un combustibile a km 0 commercializzato sul territorio. Dai rami degli abeti "magnifici" si ottiene un olio essenziale utilizzato nella cosmetica e nel settore del benessere. Non solo: anche la recente realizzazione del **biolago di Predazzo** rappresenta un sistema di gestione sostenibile dal punto di vista **idrico e ambientale**. Il biolago viene alimentato da un pozzo sotterraneo che garantisce un ricambio continuo dell'acqua, che viene purificata grazie alla presenza di alcune piante. Il pozzo di alimentazione, inoltre, si è rivelato una possibile **riserva di acqua potabile per il paese**.

E ancora, la valle è fra le prime nella classifica dei **Comuni virtuosi** sulla raccolta differenziata dei rifiuti. Fiemme è anche luogo di **benessere sociale** con oltre **300 le associazioni** attive per la valle e promotrici di attività sportive e di azioni solidali.

Lo **sport** ha una tradizione di valore confermata dall'assegnazione delle gare olimpiche di sci di fondo, combinata nordica e salto speciale dei prossimi **Giochi Olimpici Invernali Milano Cortina 2026**.

È un distretto produttivo unico nel suo genere, dove il **benessere diventa motore economico**, con aziende di rilievo internazionale specializzate in settori differenti – sport, food, wellness abitare e musica – ma tutte legate da una visione comune che mette al centro la cura della persona e il rispetto per l'ambiente.

Hanno le loro radici in Val di Fiemme: **Starpool**, da oltre 45 anni specializzata in wellness, spa e soluzioni per il benessere psicofisico con progetti realizzati in tutto il mondo; **La Sportiva**, brand leader mondiale nel settore della calzatura e dell'abbigliamento outdoor che contiene al minimo l'impatto ambientale dei propri prodotti concepiti e realizzati tra le Dolomiti; **Pasificio Felicetti**, che da quattro generazioni porta avanti una produzione di specializzazione in altitudine, utilizzando soltanto semole biologiche, acqua di sorgente e aria d'alta quota, per conferire alla propria pasta un sapore distintivo, sempre più apprezzato dagli chef di tutto il mondo; **Fiemme Tremila**, da 30 anni specializzata in pavimenti e arredamenti in legno biocompatibili, 100% salubri, capaci di migliorare la qualità dell'aria indoor grazie a un trattamento innovativo a base di oli essenziali, cere e resine vegetali; **Ciresa di Tesero** che realizza tavole armoniche per strumenti musicali e che ha dato voce a circa 160mila pianoforti al mondo creati con l'abete di risonanza di Fiemme.

[www.visitfiemme.it](http://www.visitfiemme.it) - [www.world-wellness-weekend.org](http://www.world-wellness-weekend.org)

#WorldWellnessWeekendFiemme



**Ufficio stampa WWW Val di Fiemme**

DOC-COM: T. +39 051 261449 – [www.doc-com.it](http://www.doc-com.it)

Media relations: Lucia Portesi, [lucia.portesi@doc-com.it](mailto:lucia.portesi@doc-com.it) – M. +39 349 369 2989

Press office: Greta Vecchi, [press.visitfiemme@doc-com.it](mailto:press.visitfiemme@doc-com.it) – M. +39 338 708 8335

**Ufficio stampa ApT Val di Fiemme**

Beatrice Calamari: [beatrice.calamari@visitfiemme.it](mailto:beatrice.calamari@visitfiemme.it)

