

Al Parco romano Biodistretto una festa tra natura, benessere, musica e sapori autentici per il 2 giugno

29 Maggio 2025

di **Redazione**



ARICCIA – Una giornata all’aria aperta, all’insegna del benessere, della sostenibilità, della creatività e della condivisione, quella che si potrà vivere al Parco Romano Biodistretto in Piazzale dei Daini n. 1 di Ariccia (Roma) dalle ore 9,00 di lunedì 2 giugno, in occasione della festa della Repubblica.

Un evento gratuito e aperto a tutti fino al tramonto, pensato per rigenerare corpo e mente in un contesto naturale accogliente, con attività per tutte le età, musica dal vivo, trattamenti olistici, laboratori per bambini e buon cibo a km zero.

Si comincerà con la colazione presso la caffetteria Fustock, dove il caffè è un rito quotidiano; e si proseguirà con il pranzo contadino, con piatti stagionali dei produttori del Mercato Contadino Roma e Castelli Romani ed opzioni di cucina vegetale, accompagnati dalle birre artigianali del birrificio Fustock, eccellenza brassicola locale. Il tutto immersi nel verde del

parco, tra alberi secolari e con parcheggio gratuito.

Saranno, inoltre, esposti articoli di artigianato sostenibile e creativo ispirato alle 3 R: riduci, riusa, ricicla, con creazioni uniche e rispettose dell'ambiente.

Si terrà, tra l'altro, una lezione gratuita e adatta a tutti di yoga "Impariamo ad ascoltare noi stessi con la chiara disciplina dell'Hatha Yoga, pura tecnica di consapevolezza del presente" con la maestra **Barbara Paladini** alle ore 10:30.

I più piccoli, invece, potranno scegliere tra "Ponti, torri e sogni di legno", un gioco creativo per bambini e genitori con i celebri mattoncini in legno per costruire insieme torri, ponti e strutture fantastiche a cura di Kapla Animazione; ed "Emozioni in Gioco", dalle 11,00 alle 12,30, un laboratorio ludico-emozionale all'aperto per bambini dai 6 anni con i loro genitori: un'occasione per rallentare, ascoltarsi e condividere emozioni in un clima di libertà e relazione autentica. Per info e iscrizioni si può contattare **Paola Notaro** al 328-1483528.

E, ancora, baby yoga con ValyBy dalle ore 16,00 alle 18,00 per attività yoga e giochi per bambini dai 5 ai 10 anni: rilassamento, esercizi divertenti e meditazioni guidate.

Inoltre, sarà previsto uno spazio dedicato al benessere olistico, in cui operatori specializzati proporranno trattamenti e consulenze per il riequilibrio del corpo e dello spirito, come massaggi ayurvedici, reiki (usui tibetano, sciamanico stellare, dei delfini di Atlantide), riflessologia plantare, cristalloterapia, astrologia e numerologia cabalistica, registri akashici, curanderismo, tarocchi terapeutici e lettura delle rune, e fiori di Saint Germain.

Dalle ore 13,00 alle 15,00, infine, ci sarà musica dal vivo con il concerto del cantautore Samuel Stella, cui seguirà DJ set per chiudere la giornata con buona musica, danze e vibrazioni positive.