

# "HEALIDAY": LA NUOVA FRONTIERE DEL BENESSERE IN VACANZA

*Publicato il 11 Giugno 2025 di Alessandra Giardino*



**Categoria:** [POLITICA](#), [SCUOLA](#), [SINDACATO](#), [ECONOMIA](#)



## Disconnettersi per ritrovarsi, il viaggio che cambia e rigenera davvero

*L'estate 2025 segna l'ascesa dell'"Healiday", il nuovo trend turistico che unisce "healing" (cura, rigenerazione) e "holiday" (vacanza), delineando un'esperienza di viaggio focalizzata sul benessere fisico e mentale. **Space Hotels**, da sempre attenta alle evoluzioni del turismo e al benessere dei propri ospiti, propone una selezione di strutture affiliate che incarnano perfettamente lo spirito dell'"Healiday", offrendo esperienze autentiche e rigeneranti in contesti unici.*

Secondo i dati dell'Osservatorio di Emma Villas, realizzato in collaborazione con AstraRicerche, il nuovo trend dell'"**Healiday**" si fonda su esigenze sempre più sentite dai viaggiatori contemporanei, desiderosi di una pausa autentica e rigenerante. Tra gli elementi chiave che definiscono questa nuova filosofia di vacanza spicca, innanzitutto, la necessità di **fuggire dal caos urbano** (79,3%), ovvero allontanarsi dai ritmi frenetici delle città per ritrovare equilibrio e serenità. Fondamentale è anche il **contatto diretto con la natura** (77,5%), inteso come immersione in paesaggi incontaminati e stimolanti per tutti i sensi.

A rendere davvero speciale un'"Healiday" è poi la libertà di **svegliarsi senza sveglia** (74,2%), seguendo i propri ritmi naturali, così come la possibilità di godere di **comfort autentico** (69,7%), ovvero ambienti curati, servizi su misura e attenzione al dettaglio. Il desiderio di **privacy** (67,8%) e di **silenzio rigenerante** (62,5%) emerge con forza, a testimonianza di un bisogno crescente di spazi personali dove ricaricare mente e corpo. Infine, un altro elemento sempre più ricercato è la **disconnessione digitale** (53,4%): spegnere smartphone, mail e notifiche per riscoprire il piacere della presenza, dell'ascolto e del tempo vissuto pienamente.

L'"Healiday" non è quindi semplicemente una vacanza, ma un'esperienza trasformativa che mette al centro il benessere della persona in tutte le sue dimensioni: **fisica, mentale ed emotiva**.

Di seguito, alcune strutture affiliate a Space Hotels dove è possibile vivere una vacanza rigenerante all'insegna del relax e della riconnessione con sé stessi.

### **Hotel Milano Alpen Resort Meeting & SPA – Castione della Presolana (BG)**

**Immerso nel verde delle Prealpi Orobie, l'hotel è un rifugio autentico per chi desidera rigenerarsi a contatto con la natura.** Qui, il silenzio delle montagne accompagna ogni momento della giornata, mentre le camere, luminose e accoglienti, si affacciano su panorami spettacolari che cambiano

colore con le stagioni. Il centro benessere offre un'oasi di relax con trattamenti rigeneranti pensati per riequilibrare corpo e mente. All'esterno, sentieri tra boschi secolari e pascoli incontaminati invitano a camminare lentamente, respirare a fondo e riscoprire il piacere delle cose semplici.

### **Hotel Metropole & S. Margherita Ligure – Santa Margherita Ligure (GE)**

**Affacciato sullo spettacolare Golfo di Santa Margherita Ligure, l'Hotel Metropole è un'elegante oasi di pace e rigenerazione immersa in un parco mediterraneo di 5.000 mq.** Tra profumi di limoni e piante secolari, gli ospiti possono rilassarsi nella splendida **piscina con acqua di mare**, lasciarsi cullare nelle **aree relax ombreggiate**, o gustare i sapori della cucina ligure in un **ristorante panoramico con vista mozzafiato sulla costa**. Il moderno centro benessere è un vero scrigno di equilibrio interiore, arricchito da un esclusivo **Letto di Sale**, ideale per depurare l'organismo, liberare la mente e ritrovare l'armonia psicofisica. Perfetto per chi desidera disconnettersi dal quotidiano e vivere un *Healiday* all'insegna del **benessere profondo, della bellezza e della quiete assoluta**.

### **Hotel Luna Convento – Amalfi (SA)**

**Un ex convento del XIII secolo trasformato in un raffinato hotel a picco sul mare, dove storia, spiritualità e bellezza si fondono in un'atmosfera di autentica quiete.** Al **Luna Convento di Amalfi** il tempo sembra rallentare: il suggestivo chiostro interno, autentico cuore del complesso, invita alla contemplazione, mentre la piscina naturale con acqua di mare regala momenti di puro relax tra cielo e costa. Le camere, affacciate sul panorama mozzafiato della Costiera Amalfitana, offrono un rifugio esclusivo fatto di luce, silenzio e armonia. Qui, ogni dettaglio è pensato per favorire una rigenerazione profonda, immersi nella magia di un luogo senza tempo.

### **Poggio del Sole Hotel – Ragusa (RG)**

**Adagiato tra il fascino barocco di Ragusa e l'orizzonte blu del Mar Mediterraneo, Poggio del Sole Relais accoglie gli ospiti in un'antica residenza di campagna dell'Ottocento, oggi elegante oasi di benessere e relax.** Circondato dalla quiete della campagna iblea, il relais offre una piscina panoramica all'aperto, un moderno centro benessere per ritrovare equilibrio e un bioparco rigoglioso dove rallentare i ritmi e riconnettersi con la natura. L'esperienza si arricchisce con attività pensate per il benessere del corpo e della mente: **degustazioni sensoriali di oli e vini locali**, percorsi in **mountain bike tra ulivi e muretti a secco**, e **escursioni di trekking** lungo sentieri che raccontano la storia e l'anima della Sicilia. Un luogo perfetto per vivere un *Healiday* autentico, dove tradizione, natura e comfort si incontrano in perfetta armonia.

**Space Hotels accompagna i viaggiatori verso un'estate 2025 dedicata al benessere autentico,** alla natura e alla rigenerazione dell'anima, proponendo destinazioni perfettamente in sintonia con il trend dell'"**Healiday**".

Per conoscere tutti gli hotel affiliati a Space Hotels che offrono esperienze di Healiday:

<https://bit.ly/4jSclm1>

