

TOSCANA

RENACIMIENTO SIN FIN

“Ven a redescubrirte
en la Toscana.”



[VISITTUSCANY.COM](http://visittuscany.com)



Regione Toscana



TOSCANA
PROMOZIONE TURISTICA

Carta de valores del Turismo de Bienestar Mental

Bienestar Mental: un Renacimiento continuo

El Renacimiento no es sólo un periodo histórico, sino también una forma de pensar. En un mundo acelerado, es necesario redescubrir el valor individual de cada uno,

junto con las cosas que, para cada uno de nosotros, realmente importan. En los años posteriores a la pandemia, ha surgido la conciencia y la necesidad de ser el centro de la propia vida, una predisposición diferente a la renovación, hecha de elecciones personales e íntimas: despertando el deseo de transformarse a través de experiencias profundas y significativas que sólo pueden vivirse viajando.





Toscana: un viaje natural de Bienestar Mental

La Toscana, cuna del Renacimiento, siempre ha sido una tierra de posibilidades, que acoge a quienes desean conocerla, contando su historia a través de sus tradiciones, su cultura, su naturaleza y ofreciendo un tesoro precioso: la armonía que es el secreto de su belleza sin igual. Un equilibrio que lo envuelve todo y se percibe con el corazón: experimentando y saboreando todas las oportunidades que ofrece una tierra tan rica como la Toscana. Una estancia aquí es una forma de volver a entrar en contacto no sólo con los valores de la tierra, sino también

con uno mismo, una forma de encontrarse, gracias a un caleidoscopio de experiencias irrepetibles y transformadoras para llevarse consigo para siempre.

En la Toscana se explora a sí mismo...

La relajante belleza de los paisajes de la región, su armoniosa naturaleza, la variedad de escenarios desde el azul del mar Tirreno al blanco de los mármoles de los Alpes Apuanos, pasando por las mil tonalidades de verde de sus colinas y el dorado de sus campos cultivados, hacen de la Toscana el destino ideal para un viaje



capaz de recargar el cuerpo y hablar a lo más íntimo de nuestro espíritu, a nuestra esencia. Lugares que, respetando el medio ambiente, cuidan de las personas que viven o se alojan en ellos y que, por esta característica, generan una sensación de bienestar natural. Tierras de intercambios y encuentros que siempre destacaron por la hospitalidad y la capacidad de acogida como una de sus mejores prerrogativas. Una hospitalidad que cuida al máximo a sus huéspedes, anteponiendo a las personas y sus necesidades, consciente de que el éxito de una estancia pasa por la empatía que hace que uno se sienta inmediatamente bienvenido, mejor que en casa.

...y se vuelve a casa transformado

Ambientes mágicos y immersivos hacen de la Toscana el lugar ideal para vivir experiencias de desconexión y renovación. Estancias bajo el lema de la detox digital, retiros de yoga y experiencias de meditación, actividades de Bienestar Mental y destinos dedicados al bienestar del sueño, son solo algunas de las propuestas de una rica variedad de ofertas que responden a la necesidad cada vez mayor de alejarse de la rutina y de los caminos habituales y marcados. Viajes y experiencias transformadoras capaces de activar un cambio profundo que no sólo nos devuelve una sensación de calma y paz interior, sino que nos hace conscientes y capaces de volver a casa enriquecidos con nuevas ideas que generan nuevas perspectivas y abren nuevos horizontes personales.

La Carta de Valores: cinco principios que definen la Toscana del Bienestar Mental

Palabras clave de una Toscana que ofrece bienestar con un enfoque empático y holístico, a través de un intercambio que

nace de la armonía entre operadores y visitantes. Conceptos que constituyen la base de intenciones y objetivos a varios niveles: desde las acciones cotidianas, desde las pequeñas atenciones prestadas "ad personam" hasta la implicación de toda la cadena de oferta turística gracias a métodos y enfoques conscientes y compartidos que tienen un amplio impacto en las comunidades, generando buenas prácticas. Cinco tesoros que guían el trabajo y el compromiso de quienes nunca olvidan anteponer a las personas y sus emociones, cinco promesas hechas a quienes recordarán su viaje a la Toscana reviviéndolo cada día, durante el resto de sus vidas.

EMPATÍA

La Toscana, que siempre ha sido una tierra

de encuentros e intercambios, mantiene viva su disposición a acoger; conoce y satisface las necesidades de sus visitantes, respondiendo con cortesía, sensibilidad y experiencia a cada necesidad. Las relaciones humanas, como una sonrisa de bienvenida o una pequeña atención a medida, así como las actividades que favorecen la socialización y el intercambio cultural, haciendo que el huésped se sienta parte de una comunidad, generando sentimientos de bienestar. La empatía es el compromiso de prestar atención activamente y responder de forma proactiva para crear experiencias de viaje fruto de una auténtica consideración del bienestar individual de cada huésped. Es la promesa de ofrecer espacios y oportunidades para crear relaciones auténticas.



COLABORACIÓN

En Toscana se conoce y se da gran importancia al profundo valor de la colaboración: gracias a ella nacieron las comunidades que definen el carácter de su territorio. Comunidades sólidas y en constante desarrollo, donde el hábito de compartir cosas e ideas genera una transformación continua. La colaboración es el compromiso de construir relaciones de intercambio y confianza entre operadores y organizaciones, con el objetivo de implicar transversalmente a especialistas, profesionales y a la

comunidad, reforzando la idea de que el bienestar físico y mental es un beneficio compartido que también perciben los viajeros, cuando se asume como una responsabilidad colectiva.

BELLEZA

La Toscana es un caleidoscopio de encantos y maravillas. El aire que se respira ante sus paisajes, en presencia de sus monumentos, al sumergirse en su naturaleza multiforme, admirando su patrimonio artístico, cultural y de valores está lleno de belleza. Riquezas que hablan a la mente y al corazón, ya que



la belleza actúa como una llave que abre y libera la paz interior y la felicidad.

La belleza es, por tanto, el compromiso de hacer que viajar por la Toscana sea una experiencia que, partiendo del encanto y la maravilla, ofrezca a los viajeros oportunidades únicas de conexión, reflexión e introspección que den lugar a recuerdos únicos y motiven cambios duraderos.

RECONEXIÓN

En la Toscana, siguen siendo los ciclos naturales los que marcan el ritmo de la actividad humana, regulando sus momentos más destacados.

Tanto si se elige el campo, la costa o las sierras como si se prefieren las ciudades de arte o los pueblos antiguos, aquí se vive en el paisaje, en pleno contacto con la naturaleza y la belleza. Reconectarse es el compromiso de ofrecer una experiencia de viaje auténtica y a medida, para vivirla en cada momento en primera persona. Es una invitación a decelerar en favor de un paso lento, que ayude a encontrar el propio ritmo personal, en armonía con el entorno.

Es la promesa de un retiro acogedor, en donde refugiarse del estrés de la vida digital, refrescando el espíritu, la mente y el corazón, en medio de paisajes de quietud y silencio y espacios diseñados para el descanso profundo, para la verdadera regeneración y transformación.



ACCESIBILIDAD e INCLUSIÓN

La Toscana tiene una tradición turística consolidada, extendida por todo el territorio. Hacer que las instalaciones sean cada vez más accesibles se considera un deber derivado del deseo de mejorar continuamente. Asimismo, la inclusividad es un valor compartido que nace de la convicción de que cada individuo debe poder realizar su propio viaje, tanto en sentido práctico como metafórico. La accesibilidad y la inclusividad son el compromiso para que esto ocurra, siempre y para todos.



visittuscany.com

**“En la Toscana hay
todo lo que puedo desear.
Incluso mi equilibrio.”**

TOSCANA
RENACIMIENTO SIN FIN



Regione Toscana



TOSCANA
PROMOZIONE TURISTICA