

Bogotá vibra en bienestar con la tercera edición del Festival Calma en la Ciudad: Cuerpo, mente y emociones conscientes

- *Durante diez días, del 14 al 23 de junio, Bogotá se conectará con el bienestar en la tercera edición del “Festival Calma en la Ciudad: Cuerpo, mente y emociones conscientes”, un evento distrital liderado por la Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte a través de la estrategia Bogotá, Cultura más consciente, que contará con conciertos, caminatas ecológicas, yoga, meditaciones guiadas, danza, arte, conversatorios y actividades gratuitas en las 20 localidades.*
- *Esta edición del Festival contará con más de 1.500 actividades para población beneficiaria de diferentes programas y políticas sociales de la Administración Distrital, como habitantes de calle y comunidades migrantes, y 120 serán gratuitas y abiertas a toda la ciudadanía.*
- *El Festival busca promover transformaciones culturales en torno a la forma en que las personas habitan y disfrutan la ciudad, desde el bienestar.*
[Descarga la programación completa aquí](#)

Del 14 al 23 de junio, Bogotá será epicentro de una experiencia de conexión, salud, bienestar y armonía. Con más de 1.500 actividades gratuitas, la ciudad se prepara para recibir la tercera edición del Festival Calma, una oportunidad para conectarse con el cuerpo, la mente y las emociones conscientes a través de prácticas, talleres y espacios que proponen una nueva forma de habitar Bogotá.

El Festival, coordinado por la Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte de Bogotá en articulación con más de 30 entidades públicas y privadas, se realiza cada año en el marco de la declaratoria de la UNESCO para celebrar el Día del Yoga, como una apuesta por cambiar la forma en que la ciudadanía habita y disfruta la ciudad, proponiendo espacios y reflexiones sobre la importancia del bienestar físico, mental y emocional.

En su tercera edición, el Festival Calma en la Ciudad llega recargado de actividades y con una propuesta de descentralización territorial que cubrirá, además de las zonas urbanas, territorios rurales de Bogotá. Durante diez días la ciudadanía podrá disfrutar de más de 120 eventos gratuitos con música, actividades, talleres guiados y mucho más. Además, la programación contará con 19 recorridos ecológicos, más de 60 sesiones de bienestar integral en prácticas de yoga, feldenkrais, danza y meditación.

Por primera vez, el Festival Calma será una plataforma para impulsar y promover emprendimientos locales dedicados a crear productos relacionados con el bienestar. A través de una alianza con Hecho en Bogotá, de la Secretaría Distrital de Desarrollo Económico, el Festival ofrecerá una feria de emprendimientos, el 22 y 23 de junio, en el Parque de Los Novios.

Y, en el marco de la celebración mundial del Día del Yoga, el 21 de junio, como parte de la programación, en alianza con la Embajada de India y la Fundación Arte de Vivir, la Plaza Cultural La Santamaría abrirá sus puertas para que más de 4.000 personas participen de una práctica de yoga y disfruten al escuchar en vivo a Gurudev Sri Sri Ravi Shankar, uno de los maestros más influyentes de la ciencia de meditación y la conciencia.

El Festival también contará con la presentación de grandes artistas dedicados y dedicadas a hacer música para sanar y conectar con las emociones. El sábado 14 de junio, en el Tortazo Calma, desde la tarima de La Media Torta, estará abriendo el espacio Apsara Yoga, seguido de una meditación con el Instituto Heartfulness y la presentación de La May DJ, cantautora y pionera del movimiento Ecstatic Dance en Colombia, quien pondrá a bailar a Bogotá en una experiencia de liberación somática y meditación.

El sábado 21 de junio, en el Teatro el Parque, Tatiana Samper dará un concierto de música para despertar la conciencia; mientras que el domingo 22 de junio y lunes 23 de junio, desde el Parque de los Novios, La Payara y Aristi darán conciertos que invita a la conexión con la naturaleza, desde los sonidos.

Para esta edición y como parte de una apuesta por consolidar espacios inclusivos y transformadores, el Festival Calma contará con más de 1.500 actividades creadas y dirigidas para atender a poblaciones como niñas y niños, cuidadoras y cuidadores, personas migrantes, víctimas del conflicto armado y habitantes de calle.

"Desde la Secretaría de Cultura, Recreación y Deporte seguimos apostando por una ciudad donde el bienestar sea un derecho cultural y cotidiano. El Festival Calma es una invitación abierta a detenernos, respirar, y redescubrir Bogotá desde el equilibrio y la paz. Este año le apostamos a llevar la programación a todas las localidades, incluida Sumapaz; además logramos tener actividades que garantizan que toda la ciudadanía pueda acceder al Festival: estaremos en 289 jardines infantiles, en los centros transitorios para habitantes de calle y tenemos actividades para población migrante, personas víctimas del conflicto y mucho más", señala Luis Felipe Calero, subsecretario de Cultura Ciudadana y Gestión del Conocimiento.

¡Prográmate con los imperdibles del Festival Calma 2025!

Para disfrutar de este encuentro con la calma y el bienestar en la ciudad, necesitas más que ropa cómoda: ganas de reconectar y disposición para hacer parte de una Bogotá que se transforma desde adentro.

Te recomendamos los siguientes espacios:

Tortazo Calma

La inauguración del Festival Calma 2025 con una experiencia que combina música en vivo, meditación y bienestar.

- Concierto de mantras (Apsara Yoga)
- Meditación Guiada Instituto Heartfulness
- Concierto de La May

Fecha: sábado, 14 de junio

Hora: 2:00 p.m.

Lugar: La Media Torta (Calle 18 #1 - 05E)

Entrada libre hasta completar aforo

Yoguin al Parque

Clases gratuitas de yoga en ocho parques públicos de la ciudad.

Fecha: 15 y 22 de junio

Hora - Lugar: Consulta horarios y lugares en la programación.

Entrada libre hasta completar aforo

Conversatorio: “Importancia de la salud mental desde las comunidades negras y afrocolombianas”

Fecha: 16 de junio

Hora: 8:00 a.m.

Lugar: Auditorio de la Secretaría Distrital de Salud (Cra. 32 #12 - 81)

Caminatas ecológicas: Bogotá Camina en Calma

Fecha: Del 17 al 21 de junio

Hora: 9:00 a.m.

Lugar: Recorridos en 19 localidades de la ciudad. Información e inscripción [aquí](#)

Taller Casa Torácica en conexión: movimiento restaurativo inspirado en Feldenkrais

Fecha: 17 de junio

Hora: 9:00 a.m.

Lugar: Casona de la Danza (Cra. 1 #17-01)

[Inscripción previa aquí.](#)

Clase de Mindfulness

Fecha: 18 de junio

Hora: 5:00 p.m.

Lugar: Centro Empresarial Connecta 26 (Av. Calle 26 # 92-32)

Taller de yoga y actividad física

Fecha: 19 de junio

Hora: 8:00 a.m.

Lugar: Parque Mirador de los Nevados (Cra. 87a #145 - 50)

Detox digital

Fecha: 19 de junio

Horario: 1:00pm

Lugar: Parque Santander (Cra. 7 con 15)

Dirigido al público en general

Conversatorio: Consciente de mi: Sintonía entre la Psicología y Meditación

Fecha: 19 de junio

Horario: 10:00 a.m.

Lugar: Planetario de Bogotá (Cl 26b #5-93)

Conversatorio: Consciencia corporal, masculinidades y autocuidado

Fecha: 19 de junio

Horario: 2:30 a.m.

Lugar: Planetario de Bogotá (Cl 26b #5-93)

Taller de Danza

Fecha: 20 de junio

Hora: 2:00 p.m.

Lugar: Parque Las Tres Canchas (Dg. 52 sur #58a - 48)

Celebración Día Internacional del Yoga

Fecha: 21 de junio

Hora: 8:00 am.

Lugar: Plaza Cultural La Santamaría

Entrada gratuita hasta completar aforo.

Cierre Festival Calma: Tu retiro en Bogotá

Fecha: 22 y 23 de junio

Hora: Todo el día.

Lugar: Parque de Los Novios.

El Festival Calma 2025 es apoyado por la Embajada de la India, el Centro Empresarial Connecta 26, la Fundación El Arte de Vivir, AsoSandiego, Yoguín al Parque y Yoga para todos.

Contactos para medios:

Luisa F. Cossio Cuadrado
Comunicadora Social SCRD
luisa.cossio@scrd.gov.co
Celular: 3003597033

Natalia Rodríguez Fandiño
Jefe de Prensa SCRD
natalia.rodriguez@scrd.gov.co
Celular: 3168309220