

BELLA®

LUGLIO 2017

€ ~~2,00~~ € 1,50

**PETER
PAN
COLPISCE
ANCORA**

È IN AUMENTO IL NUMERO
DI UOMINI, ULTRAQUARANTENNI,
COLPITI DALLA SINDROME
DELL'IMMATURITÀ

TRADIMENTI

*Secondo le statistiche
la stagione calda è quella
in cui le infedeltà aumentano*

TERRORISMO

GLI ESPERTI PARLANO
DI PSICOSI COLLETTIVA

CINEMA

IO DANZERÒ

IL RITRATTO
DELLA DONNA
CHE CON LA SUA ARTE
HA SEGNATO
UN CAMBIAMENTO
PROFONDO
NELLA DANZA CLASSICA

**LAETITIA
CASTA**

*Alla fine
ho detto "Oui"*

MODA

NOVITÀ

2017

VIAGGI

COSTA AZZURRA
LANGHE
COSTIERA
AMALFITANA

DIETA

*Antiossidanti:
un arma contro
i radicali liberi
e l'invecchiamento*

BELLA HADID

**SEGRETI
DI BELLEZZA**

MENSILE - ANNO V - NUMERO 7 - LUGLIO 2017 - PI. 29/06/2017 - € 2,00 € 1,50



gmp

Publication: BELLA

Date: July, 2017

Circulation: 95,000



**RELAIS
SAN MAURIZIO:
UN LUOGO SENZA
TEMPO, IL SOGNO
DI UNA FUGA
DALLA REALTÀ.
UN'EREDITÀ CHE
NARRA TEMPI
LONTANI**

In un antico monastero del XVII secolo, dove ancora oggi sono racchiuse le antiche conoscenze e conservati i saperi dei monaci cistercensi che lo abitavano, sorge il *Relais San Maurizio*, un luogo dove storia, accoglienza e bellezza si sposano incorniciati dal fascino quieto e secolare delle Langhe. La filosofia è quella di unire la bellezza e il rispetto per la natura creando una sintesi perfetta. Unica in Italia, la *Wellness & Medical Spa* del Relais San Maurizio, ricavata dalle grotte di arenaria usate dai monaci già nel 1600, il silenzio e l'acqua, i profumi e il sale regnano in questo spazio senza tempo dedicato al benessere e alla cura del corpo, in cui tutto parla di calore, di vita, di pace. È il sale, insieme alle acque curative della sorgente che sgorga nelle grotte a rendere preziosi i percorsi benessere. È in questo luogo incantato e dedicato alla salute di corpo e spirito che si affronta il contrasto all'invecchiamento coniugando benessere e medicina. Con la direzione scientifica del Prof. Giorgio Calabrese e del suo staff, la Spa fornisce trattamenti e soluzioni pre age e anti-age con un approccio clinico rigoroso. La convinzione che l'invecchiamento possa essere rallentato e contrastato con cambiamenti dei propri stili di vita accompagnati da accorgimenti e trattamenti adeguati è una verità ormai scontata: con lo sguardo proiettato in avanti, la *Wellness & Medical Spa* aiuta a rallentare i processi di invecchiamento e a impostare stili di vita corretti. Il progetto di prevenzione dell'invecchiamento, che il Professor Calabrese porta avanti, poggia sulla combinazione di sport e nutrizione, quali antidoti agli stati di stress ossidativo. Non solo, la combinazione di talassoterapia e nutrizione aiuta il benessere psicofisico, favorendo i drenaggi dei liquidi in eccesso e coadiuvando gli stati di agilità, flessibilità e tonicità muscolare. Sempre più si parla di alimentazione funzionale piuttosto che ottimale, basata su

piani nutrizionali "cuciti su misura", che tengono conto del DNA della persona e delle possibili interazioni tra genetica e alimenti. Il Professor Calabrese coinvolge con le sue capacità e la sua simpatia i nostri clienti, ai quali riesce a trasmettere - grazie anche all'atmosfera calma e alla quiete delle dolci colline che circondano la *Medical Spa* - i valori di uno stile di vita sano, che ognuno riesce a fare propri, dopo brevi soggiorni di tre, cinque o più notti, periodi minimi, utili a disintossicare l'organismo da ansie, stress e abitudini malsane e a recuperare le giuste energie per sentirsi positivi e carichi di vitalità. Nei menu del *San Maurizio Bistrot*, si possono ritrovare una serie di prodotti che la Tenuta San Maurizio seleziona per essere portati sulle tavole di chi non vuole ingrassare, ma non vuole perdere il piacere dei sapori buoni e autentici. Sono prodotti di artigiani che rappresentano le vere eccellenze del nostro Paese, quelle con le quali si riscoprono ricette tradizionali, storia e autenticità. Di ogni prodotto, viene redatta a cura del Professor Calabrese la scheda nutrizionale e insieme allo chef viene ideata la ricetta migliore per esaltarne profumi, texture e sapori. Nessun cliente avrà la sensazione di sentirsi a dieta, potendo invece apprezzare il cibo buono e sano, perché poco trasformato e preparato con tecniche di cottura a basse temperature.

DIETA PERSONALIZZATA E DNA

La conoscenza del nostro DNA permette al Dietologo e al Biologo Nutrizionista presenti nella *Medical Spa* del *Relais San Maurizio* di impostare una dieta "ad hoc", cioè la migliore dieta in assoluto perché personalizzata, su misura proprio come l'abito confezionato da un sarto. La dieta personalizzata, realizzata con questa tecnologia all'avanguardia, non serve soltanto a perdere peso in maniera

LA BELLEZZA È IL TEMPIO DELLO SPIRITO

DI LUCREZIA FERRANTE

Publication: BELLA

Date: July, 2017

Circulation: 95,000

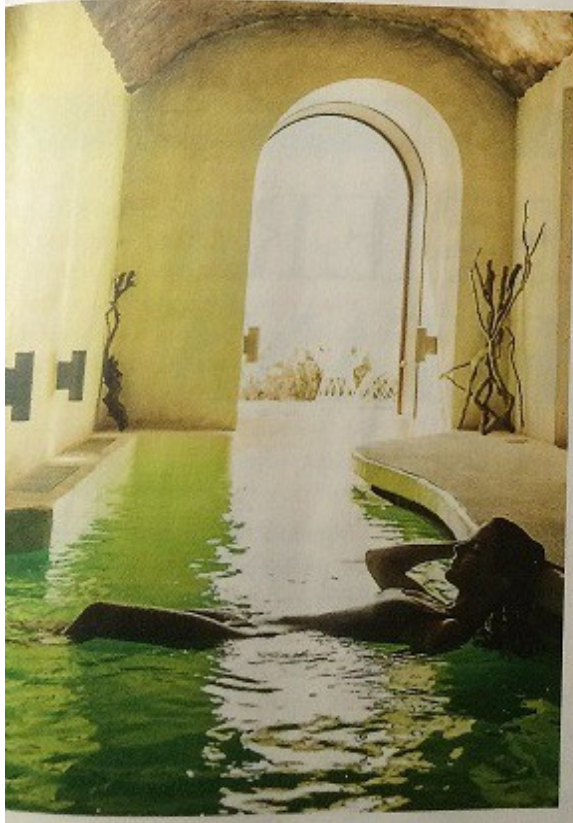
B

>> SPA <<

definiva ma anche a prevenire patologie come l'ipertensione, il diabete, l'osteoporosi e vivere più a lungo ed in salute.

LA TALASSOTERAPIA è una particolare forma di terapia, basata sull'azione curativa del clima marino, dello stesso mare e dei suoi componenti (sabbia, alghe, funghi, ecc.). Il termine "talassoterapia" deriva dal greco *thalassa* (mare) e *thérapsia* (trattamento) e fu utilizzato per la prima volta nel XIX secolo in Bretagna; tuttavia, si ritiene che le potenziali proprietà curative attribuite al mare e al clima marino fossero conosciute fin dall'antichità, già dai popoli romani, greci ed egizi. L'acqua di mare si può considerare la più completa acqua minerale in natura. Utilizzata in combinazione con il clima marino può curare diversi disturbi e svolgere un'azione rivitalizzante,

detergente e antibatterica. La principale caratteristica dell'acqua di mare è la salinità. La composizione dei sali contenuti è pressoché costante, mentre può variare la concentrazione. Effetto analgesico dell'acqua permette un recupero della mobilità articolare più rapido ed efficace. La riduzione del peso corporeo permette di lavorare in sicurezza, anche nelle fasi di immediata post-accutia. L'acqua permette un lavoro attivo e passivo a resistenza variabile ed ha un ruolo importante per la stimolazione propriocettiva. L'acqua rappresenta un elemento determinante per ottenere prestazioni e comportamenti non del tutto perseguibili in un ambiente condizionato dalla forza di gravità. Effetti benefici della talassoterapia: Contrasta le malattie della pelle, coadiuva le malattie respiratorie, riduce i dolori dell'artrosi, stimola la circolazione, combatte ansia e depressione.



PREVENZIONE È SALUTE

TEST DELLO STRESS OSSIDATIVO

Lo stress ossidativo è la conseguenza diretta dell'azione dannosa esercitata da quantità elevate di radicali liberi sulle cellule e sui tessuti del nostro organismo ed è una condizione che può portare a gravi conseguenze per la salute dell'organismo. I radicali liberi possono aumentare per via di un errato stile di vita, di una dieta scorretta, di stress e altri motivi, che l'organismo non riesce a contrastare. La rottura di questo equilibrio provoca l'insorgenza di lesioni cellulari che, se protratte nel tempo, conducono ad un'accelerazione del processo dell'invecchiamento e all'insorgenza di numerose malattie. Il nostro corpo è il luogo destinato al benessere alla salute e alla bellezza. Presso la *Medical Spa* è possibile effettuare, in pochi minuti, il test per misurare lo stress ossidativo. Questo test non invasivo comprende indagini di laboratorio, (conta dei radicali liberi e agenti antiossidanti in circolo) per la valutazione di un'eventuale stato di stress e riportare, con opportune terapie antiossidanti, l'equilibrio nell'organismo. (Vedi servizio Alimentazione e Salute pag 112)

RELAIS SAN MAURIZIO

Località San Maurizio, 39 - 12058

Santo Stefano Belbo (cn) - tel: +39 0141 841900

info@relaissanmaurizio.it