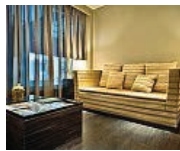


Viaggi
Le idee



Nuove proposte

Il caviale è servito in camera

Il caviale è servito in camera. A Milano c'è la caviar suite, un'insolita esperienza di accoglienza tutta ispirata alle uova di storione. L'albergo Allegroitalia Milano San Pietro all'Orto 6 ha dedicato una suite (foto) di 45 metri agli amanti del caviale: arredi esclusivi e sapori coinvolgenti per una «caviar experience», che va da una verticale di caviale,

servita con cucchiaino in madreperla per esaltarne il sapore, al kit per la preparazione degli spaghetti al caviale in camera. Grazie alla collaborazione con la ditta Calvisius, anche negli alberghi e condotel Allegroitalia di Torino, Verona e Pisa sarà possibile degustare, a qualsiasi ora, un'ampia gamma di caviali. (C.R.d'A.)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

La formula
Vacanza
nelle cliniche
del benessere

Niente alcolici, cibo sano, movimento, esami clinici, rigore. Sempre più persone scelgono quelli che, una volta, si chiamavano «centri di medicina preventiva». Ecco perché

L'evento

● Villa Paradiso, clinical beauty nata nel 1988 sul Lago di Garda, festeggia quest'anno 30 anni di vita. Il centro di medicina estetica e preventiva fondato da Joëlle Vassal è frequentato dai cultori del benessere, tra cui star come Irina Shayk, Bradley Cooper e Tina Turner

● L'11 aprile la clinica festeggerà con una cena a Palazzo Visconti, a Milano, cucinata dallo chef di Villa Paradiso Christian Duca, teorico della cucina salutista, e dallo chef Ernst Knam, cliente della beauty farm

Quando Tina Turner è arrivata la prima volta a Villa Paradiso ha telefonato al concierge e ha chiesto in camera una bottiglia di champagne. «Mrs. Turner, is not possible», le è stato risposto, racconta il direttore della comunicazione Danilo Maggi, che da anni accoglie personaggi internazionali nella clinical beauty sul Lago di Garda. Le regole di una clinica di bellezza sono ferree. Niente alcolici, cibo sano, movimento fisico, esami clinici, rigore. Non proprio come una vacanza ai Caraibi. Eppure sono sempre di più le persone che scelgono di trascorrere le proprie ferie in quelli che si chiamano centri di medicina preventiva. Invece che con il check in, qui tutto inizia con il check up: il termine spa va stretto a queste strutture, spesso a 5 stelle, che offrono oltre a trattamenti di bellezza anche analisi, diagnosi e cure. Villa Paradiso è una di queste e ad aprile festeggia i primi 30 anni: già nel 1988 la fondatrice Joëlle Vassal ha voluto dare un'impronta netta alla sua beauty farm di Gardone Riviera. «Non volevo che fosse l'ennesimo posto per fare la sauna o i massaggi — dice la proprietaria — Con il tempo la clientela ha capito e apprezzato: all'inizio avevano addirittura l'animazione, oggi invece la gente è diventata più seria ed è interessata ad un percorso di salute puro». Il detox e lo stile di vita sano sono alla base dell'esperienza. A differenza delle beauty farm, dove è il cliente a scegliere il massaggio o il trattamento, a Villa Paradiso è la direzione scientifica a indicare il programma. «Negli anni abbiamo insegnato alle persone a volersi bene: qualche tempo fa abbiamo avuto un paziente che aveva le analisi piene di asterischi. Grazie al percorso iniziato qui ha rimesso a posto tutti i valori».

Alla base del successo crescente delle vacanze in clinica c'è il concetto di prevenzione: in occasione dell'8 marzo viene venduto il pacchetto benessere dedicato alle donne, con trattamenti, massaggi e screening al se-

no. E da poco è stato lanciato il pacchetto Detox Diagnostic Prevention, che prevede un check up completo, comprensivo di ecografia completa all'addome, ecodoppler, ecocardio ed esami del sangue specifici come la valutazione dell'impatto alimentare, profilo epatico e markers tumorali. «Uno dei segreti della nostra struttura — spiega il dottor Lucio Loreto, membro dal 1991 della Direzione scientifica — è stato quello di fare medicina seria in un ambiente non ospedaliero: tutto viene svolto all'interno di un contesto molto piacevole, in una villa affacciata sul Lago di Garda, con piscina, giardino, area shiatsu e con una cucina salustita ma creativa. La gente oggi ha meno tempo e trova intelligente coniugare vacanza e remise en forme».

I pacchetti per una settimana, comprensivi di vitto, alloggio e terapie vanno dai 2.100 euro del percorso Vitality Detox ai 4.500 del Detox Diagnostic Prevention. «Quello che fa la differenza tra un centro serio e un altro? La presenza del personale medico e di programmi strutturati in modo coerente». Tra i clienti ci sono Vasco Rossi, che ormai frequenta da 25 anni la struttura, ma anche Irina Shayk, Bradley Cooper e persino il maestro pasticcere Ernst Knam che l'11 aprile curerà insieme allo chef Christian Duca il menu della cena di gala a Palazzo Visconti, a Milano, per festeggiare i 30 anni (www.villaparisado.com).

L'identikit del cliente

Come si fa a capire se si ha bisogno di una vacanza in una «clinical beauty»? La dottoressa Lucia Magnani, ideatrice alle Terme di Castrocara del metodo Long Life Formula, ha redatto un test. Tra le domande rivolte ai potenziali pazienti ci sono: «Vivo in una città con aria inquinata?», «mangio in maniera sregolata?», «non dormo sempre bene?»; «sul lavoro perdo spesso la concentrazione e sono soggetto a stress, irritazioni e delusioni?». Nel caso in cui i si siano la maggioranza, è ora di prenotare una vacanza in un centro di medicina preventiva. Anche qui si parte dal livello di stress ossidativo e dalle sue ripercussioni sull'invecchiamento e sulla salute dell'organismo. I pazienti sperimentano in un contesto ospitale 7 diversi percorsi,

1 **Percorso benessere**
7 modi per scegliere la vacanza in un centro di medicina preventiva

START

2 **Vivo in una città inquinata, ho bisogno di un percorso disintossicante**

Gardone Riviera-Villa Paradiso
Formula Detox Diagnostic Prevention
www.villaparisado.com/it

Soggiorno in pensione completa per sette giorni
Visita medica d'ingresso e analisi mediche specifiche: ecografia, ecodoppler, ecocardio, esami del sangue
Regime dietologico disintossicante
6 trattamenti di maso-fisioterapia
6 trattamenti estetici
4 idromassaggi
1 trattamento drenante, 1 acquarelast, 1 shiatsu
Cardiofitness e attività fisica quotidiana
2 sedute yoga, 1 Hammam
Dimissioni con dieta personalizzata

4.200 euro

3 **La vacanza che fa per te**

ARRIVO

4 **Sul lavoro sono poco concentrato e soggetto a irritazioni e delusioni**

7 **Terme di Castrocara**
Formula Long Life
www.longlifeclinic.it

Check up medico d'ingresso
Personal trainer, educazione posturale e propiorcettiva*
Trattamenti estetici personalizzati*
Percorso politermale
Personal Assistant
Regime alimentare personalizzato con colazione, pranzo, cena e 2 spuntini al giorno
Welcome kit (accappatoio, ciabattine e tuta per attività fisica)
Dal 1 maggio al 15 settembre: terrazza solarium con idromassaggio e piscina d'acqua dolce nel parco con lettini e ombrelloni
*2 sedute al giorno

7 **I percorsi possibili: evergreen, energy, weight-loss, clean, relax, sport, re-start, voice, smoke**

5 **Sono tornato dalle vacanze appesantito, stanco e stressato**

8 **Merano - Palace Merano - Espace Henri Chenot**
Metodo Chenot - Pacchetto Detox 7 giorni
www.palace.it

Valutazione del grado di tossicemia e dieta detossinante
Elaborazione di una dieta post cura
4 trattamenti di risonanza cellulare
6 massaggi energetici
Cura idro-energetica con:
6 sessioni di idro-aromaterapia
6 sedute phyto-fangoterapia
6 idrogetti
Attività di fitness e attività fisiche di gruppo
Le tecniche impiegate, l'attivazione dei canali energetici, la stimolazione delle funzioni fisiologiche e un regime dietetico consentono un'azione preventiva e rigenerativa (Henri Chenot)

3.500 euro

6 **Ho qualche valore alterato nelle analisi**

9 **Programmati per la perdita**
«Firmo sulla linea trattereggiata promettendo di non usare il mio cellulare ovunque e mi viene consigliato di evitare Internet il più possibile per una completa disintossicazione digitale». Il giornalista del *«Fotogramma»* incaricato del reportage «Spi spi» nella clinica sul Lago di Costanza Buchinger-Wilhelmi racconta con ironia e soddisfazione i suoi 7 giorni in uno dei centri di medicina preventiva più famosi in Europa. Cena alle 18, diviso quelli che devono digiunare (fasters) e quelli che si devono ri-alimentare (refeeding); il programma è studiato dal dottor Wilhelm de Toledo, famoso per il suo motto «gli esseri umani non sono programmati per l'abbondanza, ma per la perdita».

Il digiuno praticato prevede il rifornimento giornaliero di 250 calorie sotto forma di succhi di frutta appena spremuti e consumati di verdure chiare. Nella fase di «refeeding» il corpo è riorganizzato in base ad un programma nutrizionale. La permanenza nella clinica prevede anche passeggiate nei boschi ed escursioni:

Il trattamento

Qui tutto inizia con il check up: il termine spa va stretto a queste strutture, spesso a 5 stelle, che offrono oltre a trattamenti di bellezza, anche analisi, diagnosi e cure