

# LEI

*Style*

CONFESSIONI

*Vincent Lindon*

L'ETÀ DELLA PASSIONE

*Claudia Pandolfi*

INQUIETA E FELICE

**IDENTIKIT/RIHANNA**

Fedele a me stessa

*VIS À VIS*

**ALESSANDRO  
PREZIOSI**

Leggero, ma  
non troppo

**BEAUTY**

\* Torna in forma  
dopo le feste

\* Viso: fili magici  
al posto del bisturi

**fashion**

Splendi come Marilyn

**TENDENCY**

L'amore  
s'impara

**Psycho**

A che gioco  
giociamo?

90001  
772531 782007  
IN EDICOLA DAL 2 GENNAIO 2019

*Monica Bellucci* **Le italiane**

**LO FANNO  
MEGLIO**

SU  
OR  
CO  
20



# La MAGIA



Nell'immaginario collettivo il bosco è un luogo sacro che ci avvolge con un abbraccio. L'armonia della natura è un valore aggiunto per alcuni hotel in Alto Adige e Sudtirolo. A Casteldarne (BZ), in Val Pusteria, il **Falkensteiner Hotel Lido Ehrenburgerhof** ([www.falkensteiner.com/it/hotel/lido](http://www.falkensteiner.com/it/hotel/lido)) propone uno speciale bagno balsamico che combatte il raffreddore con gli estratti di eucalipto. L'**Excelsior Dolomites Life Resort** ([www.myexcelsior.com](http://www.myexcelsior.com)) di San Vigilio di Marebbe (BZ) propone il massaggio *La magia del cirmolo®*: questo legno ha proprietà balsamiche e terapeutiche, migliora la qualità del sonno e rallenta il battito cardiaco. Il **Garberhof** ([www.garberhof.com](http://www.garberhof.com)) di Malles (BZ) impiega i fiori gialli dell'arnica per lenire dolori articolari e muscolari. La magia del trattamento consiste nel venire cullati nell'acqua calda senza bagnarsi grazie a una vasca di galleggiamento. L'orchidea alpina del Parco Nazionale dello Stelvio è l'elisir di benessere ideale per pelli mature, fiore all'occhiello del **Kristiania Pure Nature Hotel & Spa** di Cogolo di Pejo (TN), in Val di Sole ([www.hotelkristiania.it](http://www.hotelkristiania.it)).

# del BOSCO

Bagni, massaggi, trattamenti che sfruttano le potenti qualità benefiche di arnica, eucalipto e del profumatissimo cirmolo



## VIA L'ANSIA CON LA LAVANDA

Un nuovo studio conferma ciò che la medicina popolare ha da sempre sostenuto: i composti profumati degli estratti vegetali sono i migliori rimedi naturali per alleviare l'ansia. In pole position la lavanda, calmante e tranquillizzante, che si stima sia in grado di sostituire persino gli ansiolitici. E non ha effetti collaterali.

## L'ARTE GIAPPONESE DI RIPARARE LE FERITE

Rompendosi, la ceramica prende nuova vita attraverso le linee di frattura all'oggetto, che diventa ancora più pregiato grazie alle sue cicatrici. L'arte di abbracciare il danno, di non vergognarsi delle ferite, è la lezione simbolica suggerita dall'antica arte giapponese del **kintsugi**. Un'alternativa ai nostri atteggiamenti negativi: evidenziare le fratture, impreziosirle e aggiungere così valore all'oggetto rotto. Ogni pezzo riparato diviene unico e irripetibile, grazie alla casualità.



## IL SALE DELLA BELLEZZA

Il sale, elemento pregiato apprezzato fin dall'antichità, è un naturale alleato del benessere e della bellezza. Tanto è demonizzato in cucina, quanto è ingrediente eccellente per trattamenti per la pelle e per le vie respiratorie. Il sale, con le sue gemme ricche di minerali, è ideale per esfoliare la pelle e contrastarne l'invecchiamento grazie alle sue proprietà antisettiche, famoso per combattere la ritenzione idrica e, se inalato, contrasta i disturbi respiratori. Tra peeling, bagni purificanti, massaggi e grotte di sale, è uno degli elementi più utilizzati in cosmesi.