



io
DONNA

**Molestie
sul lavoro**
Perché
è ancora
difficile
denunciare

Moda
I capi chiave
di stagione

“I peggiori
nemici
delle
donne
sono
i modelli
di esistenze
perfette”

**Sveva
Alviti**

**SPECIALE
BELLEZZA**

*Vitamine, super food, spa
Un autunno tutto per sé*

Beauty spa

di Giovanna Maffina

La magnifica vista sul lago di Ginevra dalla terrazza della Clinique La Prairie a Montreux.



Rallentare l'età biologica. È la mission di un'esclusiva medical center, culla dell'epigenetica e della medicina rigenerativa. Nel cuore delle Alpi Svizzere

Sciogliere le tensioni, rimettere in ordine i pensieri, darsi nuove priorità. Soprattutto, imparare ad ascoltare il proprio corpo. È così che si cambia pelle nella Clinique La Prairie a Montreux, esclusiva medical spa con affaccio sul lago di Ginevra. Il primo (goloso) benvenuto? I piatti capolavoro dello chef David Alessandria, un artigiano della cucina, come lui stesso ama definirsi.

Scienza e arte

L'esperienza si snoda attraverso 38 suite, cabine per i trattamenti, spa, piscina coperta, un'area fitness. Oltre al centro medico. A dare personalità agli spazi, le opere di giovani artisti locali che la famiglia Mattli, proprietaria della struttura, valorizza e sostiene. L'aria che si respira racconta anche di molto altro. Di un centro che sin dal 1931 è un riferimento autorevole nello studio della medicina rigenerativa. Di uno staff con oltre 300 persone, tra specialisti, terapisti, trainer, a disposizione di ogni ospite. Di una grande conoscenza dei meccanismi dell'epigenetica, la scienza che studia la relazione tra fattori ambientali ed espressione dei geni.

Ci vuole un reset

Non ha dubbi Adrian Heini, direttore del centro medico: «Risulta

ormai evidente che l'invecchiamento non sia un fatto squisitamente fisiologico, ma il risultato della relazione tra patrimonio genetico, ambiente e stile di vita». E l'approccio terapeutico deve tenerne conto. Non a caso, a disposizione degli ospiti, oltre al *Revitalisation Premium*, il più avanzato tra i programmi di longevità, ci sono i trattamenti con cellule staminali, i percorsi dimagranti e nutrizionali, i servizi di medicina estetica e molto altro. Un approccio a tutto tondo, insomma. «Fatto il primo check up, completo di test genetico, si imposta un percorso personalizzato sotto costante controllo medico» prosegue Heini.

Pillole di giovinezza

Tra le ultime novità, *Holistic Health* e *Detox Reset*. «La prima è una collezione



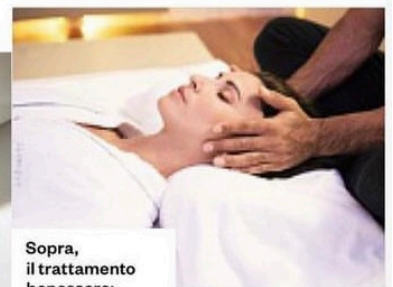
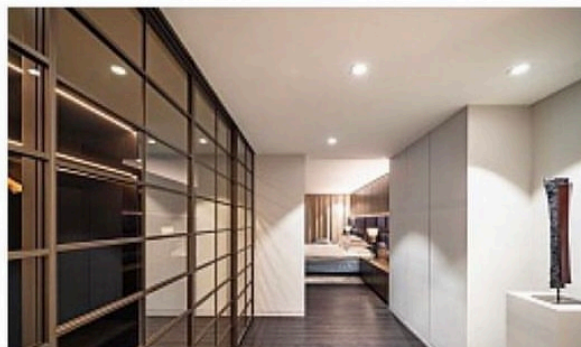
Sotto, la piscina coperta con le ampie vetrate che regalano luce.

di integratori con quattro diverse routine 100 per cento vegane: *age-defy*, *balance*, *energy* e *purity*, con obiettivi diversi ma una stessa radice, potenziare le difese immunitarie, gestire lo stress, lavorare sulla longevità cellulare» sottolinea il ceo Simone Gibertoni. Per il marchio si prevedono sviluppi globali. «Abbiamo appena aperto da Harrod's

a Londra e inaugurato il nostro primo monomarca presso il Marina Bay Sands di Singapore» chiude il ceo. Contrasta i processi infiammatori anche *Detox Reset*, nuovo programma specificamente studiato per la sindrome da burnout, un eccesso di stress. Se questo diventa estremo, ecco la soluzione.

io

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Sopra, il trattamento benessere; a sinistra, la Suite Impériale.