

LIFE

THE

STYLE JOURNAL

**IL MEGLIO
NELLA NATURA**

Dicembre 2016, euro 4.00

**FUGA NELLE
PICCOLE
CITTÀ GREEN**

BELLISSIME

- Auto: Maybach e California
- Donne: Kate Moss, da guardare

**IL CIBO
SEMPLICE
CHE ALLUNGA
LA VITA**

GREEN PEOPLE

Brad Pitt

**«QUATTRO
SEGRETI PER
TORNARE
A VIVERE»**

THE LIFE Style Journal, numero 34, anno VII, Dicembre 2016



Bellezza
ECOSOSTENIBILE



Il luogo della bellezza

LA BIO-SPA UNICA AL MONDO

Il benessere della persona non può prescindere dal benessere ambientale e la bellezza va incentivata e rispettata. È questo il cardine attorno a cui ruota ogni azione del Lefay Resort & SPA (www.lefayresorts.com), sin dalla sua fase progettuale. Un resort che nasce nel 2008 con uno spirito green a 360 gradi e che nel 2016 conquista il riconoscimento di miglior destination SPA al mondo ai prestigiosi World SPA & Wellness Awards, una sorta di Guida Michelin delle SPA a livello internazionale. La filosofia e la cura alla base di ogni trattamento e la struttura stessa del resort, costruito secondo i principi della bio-architettura e perfettamente integrato nel paesaggio dell'Alto Garda, sono stati i criteri principali che hanno portato ad aggiudicarsi il primato. Complice anche una visione che guarda da lontano lusso e gusto estetico fine a se stessi perché concentrata sull'integrazione con valori etici. Se oggi



sentiamo tanto parlare di etica e sostenibilità, otto anni fa la scelta di abbracciare questa filosofia non era per nulla scontata, ma i fondatori di Lefay l'hanno ritenuta fondamentale in un'ottica di completa armonia con la natura, vera e unica fonte di bellezza. Proprio avvicinandosi a questo principio olistico, affine al pensiero taoista, e abbracciando la medicina classica cinese insieme alla ricerca scientifica occidentale, la SPA Lefay offre un metodo proprio, il Lefay SPA Method, che si propone di rigenerare mente e corpo attraverso i «6 pilastri della bellezza e del ringiovanimento secondo Lefay». Quali sono? Uno dei tratti distintivi è l'uso dell'agopuntura in chiave estetica: se in Occidente rappresenta una tecnica terapeutica, qui diventa un importante aiuto nella rivitalizzazione dei tessuti, una carica di energia in grado di risvegliare dentro e fuori il processo di

invecchiamento cutaneo. Altro punto forte è la linea cosmetica «tra suoni e colori», a base di ingredienti naturali, potenziati con oli essenziali e piante medicinali. La stessa dedizione si ritrova nel menù Lefay Spa, studiato per «servire» in tavola uno stile, più che una dieta, alimentare sano e bilanciato. La fitoterapia è personalizzata: vengono raccomandate specifiche piante medicinali e attività di riequilibrio fisico, da raggiungere attraverso le discipline orientali del Qi Gong e dello stretching dei Meridiani. Infine, i trattamenti e i programmi sono creati su misura, si modellano in base allo stato energetico e alle necessità di ogni soggetto. Si tratta di un vero e proprio metodo scientifico. Seguirlo permette di riscoprire le emozioni più autentiche, di ritrovare l'armonia personale, di ristabilire un contatto e una sinergia con la natura. Ecco una chiave del benessere.

© Lefay Resort & SPA

