

Viaggi in Italia - aprile 2016

## Viaggio in Italia

Aprile 2016 • Pag. 16



## Natura e relax

“3 giorni di benessere” o ancora, una giornata di cure e trattamenti (night&day wellness) con il pernottamento la sera precedente».

L'invecchiamento è un processo naturale e inarrestabile della nostra vita, sottolinea Joëlle Vassal, «Fermare il tempo che trascorre non è possibile ma rallentarlo invece il cammino sì. La medicina della prevenzione ha compiuto, in questi ultimi anni, significativi passi in avanti sul tema dell'invecchiamento, anche grazie alla maggiore attenzione sui danni provocati dallo stress ossidativo e agli studi metodologici-scientifici nell'area della prevenzione. In questo senso, lo staff medico di Villa Paradiso e de La Maison du Relax ha fra l'altro collaborato con il Premio Nobel per la Medicina, Professor Luc Montagnier. Fondato sulle più moderne acquisizioni in campo diagnostico e terapeutico, il programma well aging si basa su un pool di esami biochimici di grande rigore scientifico. Esami che forniscono un quadro molto dettagliato dello stress ossidativo che colpisce il paziente».

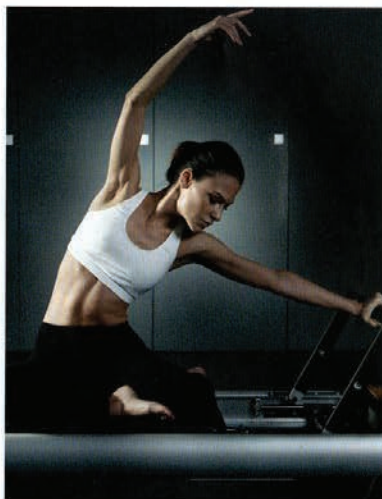
Dall'osservazione dei dati emersi con l'applicazione del programma, lo staff medico di Villa Paradiso e La Maison du Relax ha compiuto ulteriori e importanti passi in avanti. «Infatti - continua la signora Vassal -, alla valutazione dello stress ossidativo per ottenere risultati ancor più efficaci si sono aggiunti altri parametri valutativi tra cui la lettura del Dna, attraverso i quali è possibile ora predire quali sono le patologie verso le quali è aumentato l'indice di rischio. L'associazione fra i risultati delle

## Salute e benessere sul Lago di Garda

Con Joëlle Vassal sulle rive del lago più suggestivo del Nord Italia, la cui bellezza fa da scenario a soggiorni all'insegna della prevenzione e del benessere. «Verso un percorso dedicato alla cura di se stessi, con rigore scientifico»

In uno degli scenari più suggestivi della penisola, alla ricerca non solo della bellezza, ma dell'equilibrio interiore. Siamo a Gardone Riviera (BS), sulle rive del Lago di Garda, in compagnia di Joëlle Vassal, che ha fondato nel 1988 Villa Paradiso e nel 2001 la Maison Du Relax. «Più precisamente - premette la signora Vassal - la prima è gestita da me, mentre le mie figlie, Christel e Marion, si occupano della seconda. Entrambe le strutture, però, condividono la stessa filosofia e lo stesso "stile", per così dire, nella gestione. In particolare, Villa Paradiso Clinical Beauty viene considerata come uno dei luoghi più frequentati dai cultori del benessere, la cui filosofia è quella della prevenzione. Villa Paradiso, infatti, nasce con questa mission: un percorso dedicato alla cura di sé, con programmi personalizzati delineati dall'équipe medica.

Da questa esperienza è poi nata la Maison du Relax: relax e benessere sono i due ingredienti che caratterizzano questa struttura. È il primo Relais Benessere in Italia, che applica le stesse metodologie di cure di Villa Paradiso, con visita medica quotidiana, trattamenti personalizzati, un'alimentazione all'insegna della cucina salutistica e che propone all'ospite, non solo il tradizionale soggiorno settimanale, da lunedì a domenica, ma anche con la formula



analisi sul Dna e le diagnosi elettroniche, biochimiche e di performance (analisi ambientali sugli stili di vita, forza muscolare, apparato respiratorio, etc.) porta quindi alla definizione di parametri individuali che permettono di definire una terapia personalizzata che intende migliorare lo stile di vita "prevenendo e predicendo" eventuali e future patologie».

Tra i primi ad associare i concetti salute e bellezza in un'unica mission, Villa Paradiso e La Maison du Relax continuano ancora oggi a non limitarsi alla semplice cura esteriore ma rafforzano il loro percorso alla ricerca del benessere interiore. «Diagnostiche evolute, cure all'avanguardia ma ben collaudate, attenzione alla compatibilità delle cure - spiega -, ci hanno permesso di soddisfare le esigenze della clientela più attenta ma allo stesso tempo di guidarla in un mondo emozionale, ma pieno di insidie, come quello della medicina estetica. La medicina estetica funzionale si preoccupa di diagnosticare e curare i disturbi energetici e quelli di regolazione che sono spesso alla base dei principali inestetismi. Valutazione Vega, valutazione morfologica-posturale, valutazione delle masse corporee, mesoterapia, bio-rivitalizzazione, chirurgia non ablativa, sono solo alcuni dei sistemi utilizzati».



Viaggi in Italia - aprile 2016

Viaggio in Italia

Pag. 17 • Aprile 2016



Villa Paradiso Clinical Beauty e La Maison Du Relax si trovano a Gardone Riviera (BS) - [www.villaparisado.com](http://www.villaparisado.com)

## L'IMPORTANZA DI UNA SANA E CORRETTA ALIMENTAZIONE

Joëlle Vassal, fondatrice di Villa Paradiso e de La Maison du Relax, spiega l'impegno delle due strutture in fatto di cucina. «Una sana alimentazione nasce da un attento e costante lavoro di squadra che vede impegnati sia gli chef, sia lo staff medico. Ricette dai sapori mediterranei si coniugano perfettamente con le più recenti acquisizioni nel campo della nutrizione e con le più attuali tecniche di creatività culinaria. Da tutte queste sinergie è scaturito un menu che, sempre rispettoso dei ritmi stagionali, riesce a soddisfare anche i gusti della clientela più raffinata. I menu proposti seguono due linee fondamentali. Un primo menu ipocalorico, composto da circa 800-1000 Kcal quotidiane, dedicato a chi vuole ritornare alla piena forma fisica e riacquistare l'equilibrio di peso, oppure iniziare, sotto il controllo del medico, un regime ipocalorico che comunque dovrà essere successivamente seguito a domicilio. In questa proposta vengono preferite le proteine delle carni bianche, del pesce di mare o di lago, insieme alle verdure di ogni tipo.

Un secondo menu, di tipo riequilibrante e disintossicante, composto da calorie variabili da caso a caso, è rivolto invece a chi vuole mantenere la propria forma fisica senza evidenti necessità dimagranti. Un terzo menu è invece prescritto in base a precise valutazioni che differenziano il fabbisogno calorico a seconda della morfologia dell'ospite. Massima attenzione viene dedicata al mantenimento delle caratteristiche nutrizionali degli alimenti con metodi di preparazione non aggressivi», conclude la signora Vassal.

### ANTI-AGING

## Fermare il tempo che trascorre non è possibile, ma rallentarne il cammino invece si

L'équipe tecnica di Villa Paradiso Clinical Beauty e de La Maison du Relax è composta da circa 35 operatori qualificati sia nell'area estetica sia nell'area masso-fisioterapica e che da tempo condividono la filosofia scientifica delle due strutture. «Alle manualità sempre più raffinate - continua Joëlle Vassal - si associano, come da nostra consuetudine, le tecnologie più aggiornate, all'avanguardia e le apparecchiature più innovative. Il programma di cure e trattamenti è quindi sempre ricco di contenuti altamente tecnologici, pur mantenendo inalterata la nostra tradizionale predisposizione a fare in modo che ogni soggiorno si trasformi in una vacanza indimenticabile, sia per il corpo sia per la mente e lo spirito. La valutazione dermocosmetica viene affidata a uno staff di 20 estetiste, tutte altamente qualificate. I trattamenti effettuati nel reparto beauty sono sempre e comunque coordinati e costantemente controllati dal reparto medico».



Villa Paradiso e la Maison du Relax, avvalendosi di tecnologie d'avanguardia, rimangono sempre fedeli alla filosofia "prevenire è meglio che curare". «Missione con la quale sono nate le nostre due strutture e che oggi continuano a seguire, anche grazie al successo ottenuto in questo lungo e positivo percorso iniziato nel 1988. L'équipe medica, formata da nove professionisti, tutti esperti nei vari campi della prevenzione, della medicina complementare e della medicina estetica, pur privilegiando l'approccio naturale, più consono alla cura dei disturbi funzionali, utilizza anche le metodiche analitiche tipiche della medicina convenzionale. Da questa integrazione scaturisce quella Metodologia Olistica che ci ha sempre contraddistinto».

La titolare di Villa Paradiso, poi, passa a una descrizione più dettagliata delle due strutture. «Una location situata sulle rive del lago di Garda, con un ampio giardino, una piscina esterna e una interna, che viene utilizzata anche per l'acquagym. Villa Paradiso si propone all'ospite con 33 camere, di cui 1 suite, 2 superior, 2 comfort, 2 deluxe, 6 junior suite, tutte con vista lago. Ogni camera racchiude in sé elementi e particolari che la rendono unica e dotata di aria condizionata, cassaforte, collegamento wireless e televisore. Una sala di conversazione con Tv satellitare e postazione Wi-fi, un'accogliente zona bar e

naturalmente la confortevole area trattamenti, con ampie cabine per estetica e fisioterapia, una sala relax, un'avvolgente "zona acqua", due palestre e altri suggestivi spazi.

La Maison du Relax, invece, si presenta come un'esclusiva bomboniera lontano dallo stress, con le camere che si affacciano direttamente sul lago: 13 mini suites, affacciate sul lago, un affascinante gazebo per cenare all'aperto e, sempre esternamente, un'area vista lago dedicata al cardio-fitness. Per quanto riguarda la cucina, lo chef propone un'alimentazione salutistica e creativa, di ispirazione mediterranea».

■ Remo Monreale

