NATURAL style

N. 160 mensile - ottobre 2016 - 2 euro

Nicole Kidman

CREDO NEL KARMA: TUTTO CIÒ CHE FAI PER GLI ALTRI TI RITORNA

BEAUTY

SEGUI LA NATURA E SARAI BELLA A OGNI ETÀ

CIBO

DISINTOSSICATI CON LA DIETA VEGANA

WELLNESS

COINCIDENZE I MESSAGGI CHE TI INVIA IL SUBCONSCIO

FENG SHUI È BELLO STARE IN UNA CASA CHE HA BUONE ENERGIE

SOLITUDINE QUELLA FELICE E QUELLA MALINCONICA

WEEKEND

DOLCI EVASIONI D'AUTUNNO DAL VENETO ALLA SICILIA

La saggezza viene dal cuore

Valorizza la tua coppia e i lati positivi della vita

ISSN 1723 - 2724 60160

CAIRO EDITORE

Poste Italiane Spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 art. 1, comma 1, LO/Mi - Euro 4,20 in Belgio, euro 4,35 in Grecia, euro 3,40 in Portogallo (Cont.), euro 4,40 in Principato di Monaco, euro 4,40 in Francia, euro 4,00 in Spagna, euro 5,50 in Austria, chf 6,60 in Svizzera, chf 5,40 in Svizzera Canton Ticino, euro 4,20 in Lussemburgo, euro 5,50 in Germania, euro 3,05 a Malta - Mensile

20 NOTIZIE *natural*

A CURA DI
DIANA DE MARSANICH

A lato: uno scorcio del quartier generale del marchio di cosmesi vegetale Yves Rocher a La Gacilly, in Bretagna.

Dall'alto: i campi coltivati con i criteri bio, il giardino botanico e la sede del marchio di cosmesi vegetale francese che preserva la biodiversità. La Fondazione Yves Rocher è impegnata anche nella piantumazione degli alberi. Entro il 2020, l'obiettivo è metterne a dimora 100 milioni nel mondo.

1 LA GACILLY - BRETAGNA

IL PAESE DELLA BIODIVERSITÀ

Sembra un villaggio incantato, uscito da un libro delle favole: bagnato dalle acque di un fiume, l'Aff, costruito in pietra e costellato di piccole botteghe artigiane. Ci troviamo a La Gacilly, in Bretagna, la regione francese del Nord Ovest affacciata sulla Manica e l'Atlantico, dove il marchio di cosmesi vegetale Yves Rocher ha costruito il suo quartier generale, i suoi siti di produzione, un albergo-spa ecologico e un giardino botanico con più di mille piante dedicato alla conservazione della biodiversità. Nei 55 ettari della proprietà sono coltivati, con il metodo dell'agricoltura biologica, più di 100 specie tra alberi, arbusti e fiori spontanei come l'arnica, la calendula, la camomilla e il fiordaliso, le materie prime con cui vengono prodotti 300 milioni di cosmetici distribuiti in tutto il mondo. Il regno vegetale si gusta anche con le papille: i fiori spontanei, gli ortaggi e le erbe sono trasformati in deliziose pietanze dallo chef Gilles Le Gallès, nel ristorante "Les Jardins Sauvages" che offre specialità a base di cibi biologici e locali. Più informale, è la "Brasserie Végétarium Café" che propone menu degustazione di due portate a 19 euro. Per vivere appieno l'atmosfera de La Gacilly, l'indirizzo giusto è l'eco-hotel La Grée des Landes: 29 camere costruite con materiali ecocompatibili dove vivere una vacanza in armonia con la natura. *www.yves-rocher.it*

I meleti e, in lontananza, il Castel Cles nel cuore della Val di Non, in Trentino. Nel centro di Cles (Tn), vale la pena fermarsi alla Pasticceria Ramus per assaggiare il più famoso dolce di mele: lo strudel.

2 *Pomaria: in Trentino è il tempo delle mele*

Si tiene in Val di Non, in Trentino, dal 7 al 9 ottobre: una grande festa per la raccolta delle mele D.O.P che coinvolge i piccoli borghi trentini di Livo e Rumo, ai piedi de Le Maddalene. In programma: laboratori slow food, mostre di frutta antica e rara, corsi per imparare a confezionare marmellate e confetture, degustazioni e un intero campo di mele a disposizione dei visitatori per imparare a raccogliere i frutti. **www.pomaria.org**

3 *Pezzi unici, on line*

Sei alla ricerca di un oggetto unico, realizzato a mano? Oppure sei un'artigiana alla ricerca di nuovi potenziali clienti? Amazon.it ha appena lanciato la nuova sezione 'Handmade', con più di 30mila prodotti artigianali provenienti da tutto il mondo: gioielli, borse e accessori, decorazioni per la casa, cucina, arredamento, giochi e infanzia. Una vetrina virtuale sul mondo del "fatto a mano" che mette in connessione creatività e tecnologia. **www.amazon.it/handmade**

20 NOTIZIE *natural*

Il Sereno Lago di Como (*a lato:* la lobby; *in alto,* la facciata e, *in basso,* la piscina fronte lago) porta la firma di Patricia Urquiola che ha disegnato anche i mobili e i tessuti.

4 IL SERENO LAGO DI COMO

LA SUITE È PANORAMICA E LA CUCINA È STELLATA

È firmato dall'archistar Patricia Urquiola *Il Sereno Lago di Como*, un eco-hotel di lusso aperto ad agosto sulle rive di Torno (Co). Le 30 suite, tutte con terrazza panoramica, sono costruite con materiali naturali come la pietra travertina, il legno, il rame, le fibre naturali e declinate nelle tonalità di grigio o noce, con tocchi di blu e verde. Qui la natura è la vera regina: il giardino che circonda la proprietà è attraversato da sentieri profumati di erbe aromatiche e impreziosito dalle installazioni vegetali del botanico Patrick Blanc. Si tratta di due giardini verticali, "Le Mirroir Vert du Lac" e "Le Canyon", e della scultura verde "Les Racines Échasses" dove crescono fiori e piante. Aperto anche agli ospiti esterni, il ristorante "Berton Al Lago" è guidato dallo chef stellato Andrea Berton che ha studiato un menu a base di materie prime del territorio come il lavarello, le trote, i salmerini e il pesce persico. *www.ilsereno.com*

Le terme di Pré-Saint-Didier, in Valle d'Aosta.

Due esemplari di chitarre Momojiri, realizzate a mano.

5 *Relax alpino*

Vuoi provare una *remise en forme* profumata di montagna? Qc TermeMontebianco propone il "Rituale alpino": comprende 1 notte per due in b&b, l'entrata alle Terme di Pré-Saint-Didier, le cui acque termali ricche di ferro riattivano la circolazione e lasciano la pelle morbida, uno scrub al sale rosa dell'Himalaya ed erbe alpine e un impacco a base di fango. **www.qctermemontebianco.it**

6 *Accordi "naturali"*

Il piano armonico è in legno d'abete della Val di Fiemme. Il fondo, le fasce e il manico di differenti essenze. Momojiri, in giapponese "sedere di pesca", sono chitarre fatte a mano dai liutai Alberto Festi e William Marinello nel loro atelier veneziano, in campiello de le Strope. Producono un suono corale, che emoziona. Fino al 31 ottobre sono esposte al Ca' Pisani Hotel, a Venezia. **www.momojiriguitars.com**

7 *A "impronta zero"*

Ricicliamo il vetro, la plastica, la carta, i metalli, perché non provare anche con l'anidride carbonica? È quello che hanno pensato, lo scorso mese, alla New York Fashion Week, presentando un prototipo di sneakers che assorbe la CO_2 nella suola. A testimonianza del fatto che la moda è sempre più green.

8 *A passo di trekking*

Appuntamento lunedì 31 ottobre con la XIII Giornata nazionale del Trekking Urbano, la camminata lunga da una a quattro ore tra palazzi, piazze e scorci artistici. Quest'anno sarà dedicata al Giubileo e permetterà di scoprire angoli sconosciuti e spirituali delle 51 città d'arte italiane partecipanti, con Siena capofila (itinerario di 2 ore e 30). **www.trekkingurbano.info**

9 *A Milano, i piaceri del cibo salutare*

Gluten free, agricoltura sinergica, foraging. Sono i temi di Milano Golosa, in scena dal 15 al 17 ottobre a Palazzo del Ghiaccio. Tra i relatori il 'nostro' chef vegano Pietro Leemann e Valeria Margherita Mosca, esperta di cibi spontanei selvatici. **www.milanogolosa.it**

10 *Lezioni di sessualità*

Come è cambiato il sesso ai tempi dei social network? Come vivono la sessualità le nuove generazioni? Se ne parla dall'1 all'8 ottobre durante la Terza Settimana del Benessere Sessuale. In programma, consulenze gratuite, convegni e incontri nelle scuole italiane. **www.fissonline.it**

11 *Dolce creatività*

Glasse, torte zuccherate, gelati e biscotti. Superstudio Più, a Milano, dal 7 al 9 ottobre, ospita il Cake festival, la manifestazione dedicata all'arte della pasticceria. **www.cakedesignitalianfestival.com**

12 *Arriva il Dalai Lama*

Ama definirsi "un semplice monaco buddhista". Premio Nobel 1989, il Dalai Lama sarà alla Fiera Milano Rho, il 21 e 22 ottobre, per diffondere i suoi insegnamenti di pace e per parlare di un'etica universale. **www.dalailama-milano2016.com**