

NATURAL

style

N. 235 MENSILE
GENNAIO 2023 - 3 EURO

KATE WINSLET

**25 ANNI FA TITANIC
MI HA INSEGNATO
AD AMARE ME STESSA**

**BENESSERE
NON SOLO PROPOLI:
TUTTI I RIMEDI
ANTI FREDDO**

**YOGA FACCIALE:
VIA RUGHE
E DOPPIO MENTO**

**MODA
LANA DALLA TESTA
AI PIEDI**

**BELLEZZA
ANNO NUOVO
CORPO NUOVO:
STRATEGIE DETOX**

**ROUTINE COREANA
O SCANDINAVA?
PROVALE A CASA**

**FOOD
RISO, DAL PRIMO
AL DOLCE**

**TUBERI E RADICI:
I SUPERCIBI**

**VIAGGI
MARE D'INVERNO:
7 METE AL CALDO**

2023 L'OROSCOPO DEI FIORI

LE TUE STELLE, LA TUA PIANTA, IL TUO PROFUMO

Pirella Göttsche Spa - Sped. in A.P. - D.L. 35/2003 art. 1, comma 1, LO.MI. - Austria Euro 6,50 - Belgio Euro 5,60 - Lussemburgo Euro 5,50 - Francia Euro 5,50 - Principato di Monaco Euro 5,50
Germania Euro 7,00 - Portogallo (Cont.) Euro 4,90 - Spagna Euro 4,90 - Svizzera Canton Ticino CHF 6,90 - P.I. 02/01/2023



 CARROEDITORE

SETTE METE DA SOGNO

Vacanze al caldo

*Dagli atolli delle Maldive alla foresta pluviale della Thailandia.
Dalla natura primordiale di Madagascar e Mauritius
alle spiagge caraibiche di Messico e Repubblica Dominicana:
sei paradisi baciati dal sole, dove svernare per una breve vacanza.
Più una crociera sul Nilo, per respirare i fasti dell'Antico Egitto*

A cura di **DIANA DE MARSANICH** - Testi di **LUISA TALIENTO**

MALDIVE * ATOLLO DI RAA

Tutte le sfumature del blu

È il luogo che forse più si avvicina al concetto di paradiso perduto. Un microcosmo nato dal fuoco dei vulcani, in cui ogni isola (ce ne sono circa 1.190, adagiate su 26 atolli naturali) raggiunge al massimo due metri e mezzo d'altezza sul livello del mare. Ma questo è solo uno dei motivi che ha fatto conquistare all'arcipelago il titolo di World's Leading Destination ai World Travel Awards 2022 per il terzo anno consecutivo. Accanto alla bellezza naturale, c'è l'impegno per la sostenibilità: programmi per l'eliminazione della plastica, centri di rigenerazione della flora marina, pesca responsabile, sostegno alle comunità locali. Buone pratiche che ha adottato anche il nuovo Emerald Faarufushi Resort & Spa, che si trova nel remoto atollo di Raa, a venti minuti d'idrovolante da Malé. Ville elegantissime, costruite con materiali naturali, dalle quali basta fare due passi per tuffarsi e nuotare tra i pesci colorati. Poi escursioni in barca, snorkeling con maschere e pinne, immersioni e nuoto in compagnia delle tartarughe verdi o delle mante. E, alla mattina, si saluta il sorgere del sole con sessioni di yoga. ▶

Un nido ecologico

Emerald Faarufushi Resort & Spa, a firma del gruppo italiano The Emerald Collection, ha aperto il 1° ottobre con 80 ville dall'anima tropicale, costruite e arredate con materiali locali, diverse per stile e dimensioni (a destra, nelle foto gli interni e gli esterni delle Water Villas di 172 metri quadrati, con piscina di 8x3 metri, e il bagno esterno di una delle Beach Villas). Per gli ospiti, 5 ristoranti gastronomici e due bar, con la formula

Signature Deluxe-All Inclusive, centro benessere dove provare trattamenti con olio di cocco o ibisco, centro immersioni e sport d'acqua e un Dolphin Kids Club per avvicinare i bambini alle tematiche ambientali. Beach Villa di 120 metri quadrati, da 920 euro per due persone, in formula Deluxe-All Inclusive. Voli dall'Italia e trasferimenti su richiesta. **Info:** Emerald Faarufushi Resort & Spa, Atollo di Raa, Maldive. Tel. 00960.6590620; www.emerald-faarufushi.com; www.visitmaldives.com



L'architettura dell'Emerald Faarufushi Resort & Spa, con il lungo pontile che porta all'Eclipse Bar, per ammirare le stelle.



La spiaggia su cui si affaccia il Constance Tsarabanjina.

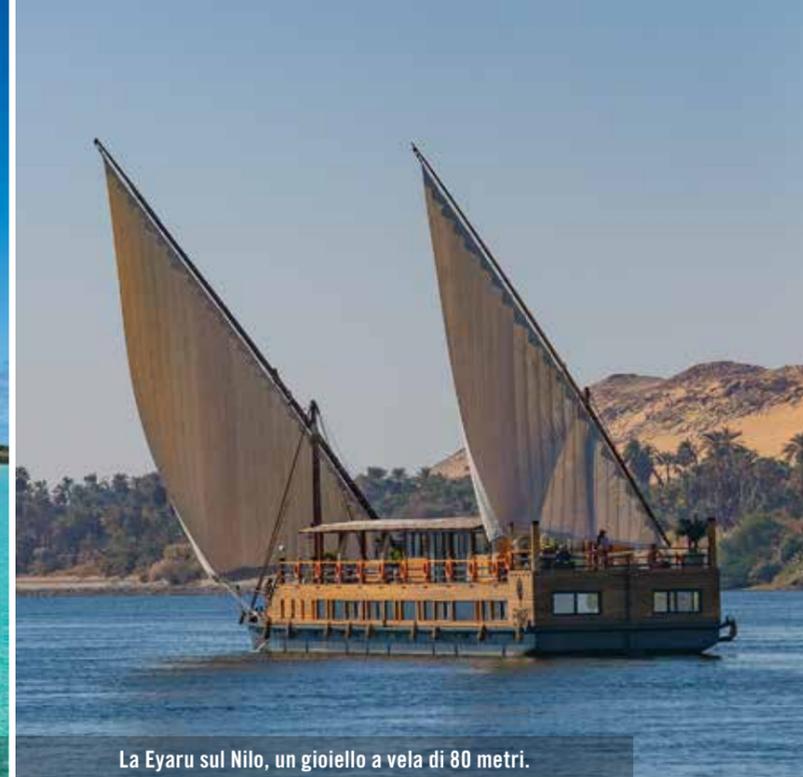
MADAGASCAR * ISOLA TSARABANJINA

Tra lemuri e tartarughe

Il WWF ha inserito il Madagascar tra i primi dieci Paesi al mondo per l'immensa biodiversità. Acque calme e turchesi protette dalla barriera corallina, spiagge per passeggiare ammirando l'alba o il tramonto, il verde smeraldo della vegetazione e maestose rocce vulcaniche. In questo contesto è inserito il Constance Tsarabanjina, che prende il nome dall'isola su cui si trova (a 40 minuti di barca da Nosy Be), che in lingua malgascia significa "isola bella da guardare". Si soggiorna nelle eco-ville fronte oceano secondo la filosofia del *True by Nature*, un rispetto assoluto per la natura. Il ristorante propone specialità malgascie con ingredienti locali, le escursioni sono accompagnate da guide ambientaliste con le quali osservare gli uccelli, tra cui il pigliamosche del Madagascar, il simbolo di Tsarabanjina, e specie endemiche, come camaleonti e i rarissimi lemuri. Senza scordare le avventure di snorkeling e immersioni, l'emozione di vedere nascere le tartarughe che fino a maggio depongono le uova sulle spiagge del resort.

Vista oceano

Insignito del Luxury Hideaway Resort Award 2022, il Constance Tsarabanjina ha 25 ville (nelle foto, le Beach Villas). Anche la Spa è sull'oceano. Doppia da 191 euro al giorno All Inclusive, minimo 4 notti. Voli e trasferimenti a richiesta. **Info:** Constance Tsarabanjina, Tsarabanjina, Madagascar. Tel. 00261.034.0215229; www.constancehotels.com; www.madagascar-tourisme.com/it



La Eyarù sul Nilo, un gioiello a vela di 80 metri.

EGITTO * CROCIERA SUL NILO

Sospinti dal vento

Dahabeya: questo era il suo nome. Una tipica imbarcazione a vela che veniva utilizzata da faraoni e sultani. Ricostruita in modo filologico con legni di sicomoro e alabastro, oggi la barca è stata battezzata Eyarù e propone crociere sul Nilo. Dispone di otto spaziose cabine e le sue dimensioni più piccole permettono all'imbarcazione di fermarsi dove le grandi navi non possono attraccare e di veleggiare lentamente lungo il Nilo, da Assuan a Luxor. Il modo migliore per raggiungere il tempio di Philae, dedicato a Iside, la figura della vergine dell'Egitto antico, il sito di Kom Ombo, centro del culto del dio cocodrillo, Karnak, il sito più importante dell'Egitto faraonico. Sdraiati sui lettini del grande ponte, si ammira l'ambiente rurale della valle del Nilo, con i palmeti, le piantagioni, i villaggi e la vita quotidiana che si svolge lungo il fiume. Fino ad arrivare a Luxor, l'antica Tebe, un museo a cielo aperto, con il suo viale delle Sfingi, che conduce al colossale tempio di Amon, fatto erigere da Amenofi III, il Re Sole.

Archeologia e relax

Si viaggia sull'Eyarù, imbarcazione ecologica (nelle foto, gli interni), da massimo 16 persone, con grande ponte, cabine che richiamano l'Egitto antico, ristorante. Il viaggio è proposto da Kel 12, certificata B Corp. Otto giorni con volo dall'Italia, pensione completa e accompagnatore esperto, da 3.050 euro. **Info:** Kel 12 Tour Operator. Tel. 02.2818111; www.kel12.com; www.egypttravel



Sabbia impalpabile, palme e mare turchese, lo scenario paradisiaco del Dinarobin Beachcomber Golf Resort & Spa.

MAURITIUS * PENISOLA LE MORNE

Nella piccola India, tesoro della biodiversità

«Un'azzurra torreggiante apparizione, quasi diafana, il corpo astrale di un'isola», così lo scrittore inglese Joseph Conrad descrive Mauritius in uno dei suoi racconti. Suggestioni che si possono vivere ancora oggi, partendo dal Dinarobin Beachcomber, sulla costa sud-ovest, che da un lato si affaccia sull'azzurro del mare mentre alle spalle è protetto dalla vegetazione tropicale della montagna di Le Morne, il punto perfetto per organizzare ogni genere di escursione. I più allenati, per esempio, possono affrontare il trekking che porta sul picco di Le Morne Brabant, che con i suoi 556 metri e la forma tondeggiante è stato

dichiarato Patrimonio dell'Umanità, protetto dall'Unesco, mentre per chi ama il mare c'è l'Île aux Bénitiers, un'isoletta di un chilometro quadrato, completamente pianeggiante, perfetta per nuotare e praticare snorkeling. Da non perdere anche l'Île aux Aigrettes, piccola isola corallina di 27 ettari, dove il WWF mauriziano ha reintrodotto piante autoctone, uccelli, rettili, tartarughe giganti, ricreando una riserva della biodiversità. Al tramonto, vale la pena di raggiungere Grand Bassin, il lago sacro che richiama pellegrini da tutta l'isola. Secondo la leggenda, è nato dalle gocce del Gange cadute dal capo del dio Shiva. ►

Lusso tropicale

Il Dinarobin Beachcomber Golf Resort & Spa è un 5 stelle ai piedi della vetta della penisola Le Morne Brabant, composto da 6 mezzelune, di cui la sesta è riservata agli adulti (nella foto, la piscina e gli ambienti). Offre suite in stile zen affacciate su giardini lussureggianti, 8 ristoranti, bar, piscina, campo da golf a 18 buche, centro sportivo per praticare sport acquatici, inclusa una scuola di kite surf. Dopo le giornate di mare



o trekking, il caldo abbraccio della Spa, una delle migliori di Mauritius, che propone anche sessioni di Hatha yoga, Qi-Gong e il rito dei 5 tibetani. Pacchetto di 7 notti in Junior Suite, in mezza pensione per due, da 1.843 euro. Voli dall'Italia e trasferimenti su richiesta. **Info:** Dinarobin Beachcomber Golf Resort & Spa, Penisola Le Morne, Mauritius. Tel. 00230.4014900; www.beachcomber-hotels.com; www.mymauritius.travel



La spiaggia del Khao Lak Merlin Resort, in Thailandia.

THAILANDIA * PHUKET

Nella foresta pluviale

La famosa Phuket si trova a 60 chilometri, ma dall'eco-resort Khao Lak Merlin sembra lontanissima. Immerso in 16 acri di giardini tropicali, è un'oasi di relax dove sperimentare indimenticabili escursioni nella natura ancora primordiale. La più emozionante è quella al Khao Lak Lam-Ru National Park, un habitat di 130 chilometri quadrati, da esplorare con le guide ambientaliste per visitare la spiaggia deserta di Hat Lek fino all'estuario Khlong Thap Liang, dove vivono comunità stanziali di macachi e gibboni. Da prevedere un trekking nei sentieri che s'inoltrano nel Parco Nazionale di Khao Sok, ricoperto da un'antichissima foresta pluviale sempreverde, dove ci s'imbarca su una *long tail boat*, la tipica imbarcazione da pesca, e si naviga sul lago, tra rocce calcaree che raggiungono i 900 metri di altezza. E, infine, a un paio di ore da Khao Lak, si raggiunge la baia di Phang-nga, un susseguirsi di meravigliosi isolotti e faraglioni che sorgono dal mare come immensi monoliti, creando uno scenario tra i più belli del pianeta.



Un ristorante sulla spiaggia del Ser Casandra, sull'isola di Holbox.

MESSICO * ISLA HOLBOX

Sull'isola sconosciuta

Al largo delle coste dello Yucatán, Holbox è un'isola meravigliosa che si raggiunge con una breve traversata in ferry dal porto di Chiquilá. Una volta sistemati nella confortevole Ser Casandra, si comprende tutto il bello di questo luogo sul Mar dei Caraibi, ancora lontano dai circuiti di viaggio. Le auto qui praticamente non esistono, ci si sposta a piedi, con caddy colorati o in bici, il mezzo più ecologico e rilassante per raggiungere la Riserva di Yum Balam. È stata fondata nel 1994 con il supporto della popolazione di origine Maya e custodisce spiagge a perdita d'occhio, dove nuotare tra pesci colorati (tra maggio e settembre transitano in queste acque gli squali balena, i giganti del mare dall'indole pacifica), labirinti di mangrovie e un habitat in cui vivono iguane, tapiri, scimmie, oltre a centinaia di specie di uccelli, tra cui pellicani e fenicotteri rosa. Alla sera si può passeggiare nel centro di Holbox, tra mercatini di frutta tropicale, e assaggiare le specialità a base di pesce e aragosta sotto il cielo stellato.



Un'immagine dall'alto del Bravo Viva Dominicus Beach, con la spiaggia ombreggiata dalle palme e l'acqua cristallina.

REPUBBLICA DOMINICANA * BAYAHÍBE

Spiagge candide, nel paradiso dei Caraibi

Si può partire per un'escursione alla Catalinita, la più piccola isola al largo delle coste di Bayahíbe, famosa per le acque cristalline e la barriera corallina, oppure decidere di percorrere in barca il fiume Chavón, per poi risalire ad Altos de Chavón, il villaggio degli artisti con il suo museo archeologico. E poi, magari, provare l'esperienza di entrare nella Cueva de las Maravillas, un imponente sistema di grotte che custodisce numerosi pittogrammi e incisioni rupestri dei Taíno, la prima popolazione amerindia a popolare i Caraibi. Di grande impatto naturalistico, le grotte del Peñón, dove il mare penetra fin dentro le spettacolari caverne che

si susseguono lungo il lato occidentale del Parco di Cotubanamá. Si trova in questo stesso Parco anche l'isola di Saona, un paradiso di oltre 22 chilometri di sabbia bianca dove le tartarughe vanno a deporre le uova e dove si possono avvistare i delfini. Sono solo alcune delle eco-escursioni che partono dal Bravo Viva Dominicus Beach, un villaggio che si trova a pochi chilometri da Bayahíbe, la cittadina di pescatori che ha conservato lo stile dominicano con i ristorantini sul mare e gli artisti che espongono per le vie del centro i loro quadri che raffigurano a colori vivaci la vita quotidiana dei villaggi e delle isole. 🍃

Eco-retrait certificato

Ha conquistato il *Travel Life Gold*, una certificazione che attesta il rispetto dei diritti umani, del lavoro, dell'impatto ambientale e della sostenibilità. Offre due ristoranti, quattro piscine, Spa, sistemazioni in stile thailandese e spiaggia attrezzata (nelle foto). Otto giorni con volo dall'Italia, trasferimenti e pensione completa da 1.890 euro. **Info:** Kibo Tours. Tel. 015.2522999; www.kibotours.com; www.turismothailandese.it



Lusso della semplicità

Una casa lontano da casa. È questa la filosofia di Ser Casandra, un boutique hotel (nelle foto, gli esterni e una delle suite), che si affaccia su una spiaggia caraibica, arredato con opere d'arte e pezzi di artigianato locale e con uno spazio per sessioni di yoga e massaggi. Suite da 391 euro per due in b&b. **Info:** Ser Casandra, Isla Holbox, Messico. Tel. 0052. 998.1207061; www.casandra.com; www.visitmexico.com

Sole e merengue

Il villaggio Bravo Viva Dominicus Beach si trova su una spiaggia lunga quasi due chilometri, a poca distanza dal centro di Bayahíbe, un piccolo borgo di pescatori della Repubblica Dominicana. Fresco di restyling, offre un'atmosfera tipicamente caraibica (nelle foto, la piscina infinity e gli ambienti esterni e interni), ed è la soluzione ideale per una vacanza in famiglia o con gli amici, dove praticare ogni genere di



sport d'acqua, come windsurf, vela, canoa, kayak, oltre alle immersioni proposte dal centro diving. Non mancano piscine, Spa, quattro ristoranti e La Placita, dove ballare il merengue con la musica dal vivo. Sette notti con volo dall'Italia, trasferimento e soggiorno all inclusive, da 1.699 euro a persona. **Info:** Alpitour. Tel. 011.19690202; www.alpitour.it; www.godominicanarepublic.com/it