

A Montreux, in Svizzera, interni e panorami esterni della celebre clinica La Prairie.

# Lunga vita (non solo alla regina)

*Il vero lusso? Dedicare del tempo a noi stesse. Se poi il luogo è un contesto poetico e a occuparci di noi provvede un team di super esperti, il risultato è pura felicità*

**Una certezza** purtroppo è chiara a tutti: il tempo non lo ferma nessuno. Ma esiste un luogo dove è possibile regalare a noi stesse un'opportunità unica: recuperare e conservare benessere, energia, salute attraverso un percorso basato su ricerche scientifiche assolutamente rivoluzionarie.

Clinique La Prairie nasce bene. Intanto il luogo, Montreux, sul Lago di Ginevra, poi l'esperienza: vede la luce nel 1931 grazie alle intuizioni geniali del professor Niehans, pioniere nello sviluppo della terapia cellulare. Un'età di tutto rispetto per questa struttura di quasi 90 anni, portati in modo impeccabile. Perché da allora non ha mai tradito la sua filosofia, la ricerca di un'esistenza più sana e felice attraverso un approccio olistico che combina la miglior medicina preventiva con il supporto di cinquanta medici specialisti e un team dedicato alle varie discipline.

Così vivere

un'esperienza rigenerante e disintossicante attraverso una diagnostica di primo livello avvalorata da scienza e tecnologia, diventa un investimento che ciascuno di noi vorrebbe poter realizzare per prepararsi un futuro migliore. Adrian Heini, Medical Director, punto di riferimento importante, grazie a una formazione in medicina e nutrizione con particolare expertise nel campo del metabolismo energetico, disegna con infallibile precisione, dopo una visita medica approfondita, il percorso più adatto da seguire.

Quattro sono i pilastri, il Dna della Clinique: Medical Care, Nutrition, Well Being e Movement, basi di partenza di ciascun programma personalizzato. Il punto d'arrivo comune a tutti i percorsi è quello di rafforzare il sistema immunitario riducendo, grazie anche a pratiche meditative, il livello di stress. Grande importanza

è dedicata alla dieta antinfiammatoria, con master class individuali dove i nutrizionisti insegnano uno stile alimentare da continuare a casa. Non mancano massaggi specifici per viso e corpo, sedute di yoga e trattamenti di crioterapia.

## Il futuro è adesso

La ricerca sulle cellule staminali è il punto fondamentale dal quale

tutto ha inizio. Numerosi studi scientifici hanno dimostrato che l'iniezione di questo tipo di cellule, in combinazione con il lipofilling, serve a sostituire le cellule degenerate, dando vita a nuovo collagene naturale. Il risultato è la evidente riduzione dei segni dell'età.

Nasce lo Stem Cells, un trattamento estetico sviluppato per

SEGUE



Simone Gibertoni, ceo di Clinique La Prairie.



Gli integratori Holistic Health, studiati per continuare il percorso benessere a casa.



Una cabina trattamento della Clinique La Prairie e sotto, un living relax della struttura svizzera.



SEGUITO la medicina rigenerativa: le cellule staminali raccolte clinicamente vengono poi successivamente reiniettate per rivitalizzare e ringiovanire il viso.

Un programma specifico, il **Cell Boost Facelift**, si basa proprio sul potere delle cellule in grado di preservare la giovinezza dell'epidermide.

In soli due giorni è possibile ottenere risultati straordinari, con una tecnica innovativa di medicina estetica, partendo sempre da un'attenta e completa analisi della pelle.

#### Partire dall'interno

La Clinica ha recentemente lanciato la nuova collezione **Holistic Health**: *longevity supplement* altamente performanti e assolutamente esclusivi. Simone Gibertoni, ceo di Clinique La Prairie, spiega il perché della scelta di entrare nel mondo degli integratori: «Abbiamo pensato al modo più semplice ed efficace per dare la possibilità ai

nostri clienti di mantenere i benefici ottenuti una volta rientrati nella routine della vita quotidiana. Anche in questo caso si parla di quattro Health Routines: Age-Defy, Balance, Energy e Purity. Create dal nostro team di esperti di scienze biologiche, insieme a importanti laboratori svizzeri, consentono di fornire all'organismo tutti gli elementi di cui necessita per funzionare al meglio».

Alla base delle recenti scoperte scientifiche, si è potuto dimostrare che specifici meccanismi epigenetici regolano l'attività di molti dei nostri geni, tra cui quelli che sono coinvolti

con il sistema immunitario, da qui la necessità di intervenire con integratori alimentari specifici in grado appunto di portare a livello ottimale la risposta immunitaria. I nutraceutici diventano parte integrante dell'approccio di prevenzione e cura sia nella clinica che a casa.

#### La settimana perfetta

Si comincia sempre con un check up accurato che include un test genetico. Solo dopo avere elaborato i risultati si imposta la dieta anti infiammatoria. Il tempo scorre con ritmi giusti, ma intensi:

lezioni di yoga, massaggi e trattamenti specifici per rafforzare il sistema immunitario. Il rapporto con l'ospite è continuo e fondamentale. L'approccio è una sintesi perfetta tra scienza, tecnologia e natura. Si spazia dall'epigenetica alle cellule staminali rigenerative, fino alla nutrigenomica, con il supporto di molte innovazioni a livello medico. A disposizione terapie sofisticate che si sviluppano continuamente grazie a nuovi contributi scientifici.

L'alimentazione è curata con la massima attenzione. Sentirsi bene, senza mortificare il piacere del cibo, è il compito dello chef e del suo team che propongono prelibatezze gustose, sane e stimolanti. Un'esperienza multisensoriale che appaga tutti i sensi. Sarà anche per questo che il settanta per cento dei pazienti ritorna, felice, ogni anno!

io