



LAPA PR

Prestes a completar 40 anos de existência, a Lapinha é atualmente considerado um dos 40 spas médicos mais procurados ao redor do mundo. O lugar, localizado na cidade da Lapa, no Paraná, é dirigido pelo casal Margareth e Dieter Brepohl, e tem como objetivo principal promover a saúde e o bem-estar através de terapias naturistas. Du seja, a ideia é combater doenças com a força da natureza e adquirir novos hábitos saudáveis de vida. A fazenda é um lugar cheio de vida e possui todos os recursos necessários, como água potável, solo livre de agrotóxico e fauna e flora preservadas, o que o torna um local único. Os deliciosos alimentos servidos são cultivados na horta da própria Lapinha e são colhidos poucas horas antes do consumo. Também são de produção própria os pães, biscoitos, geleias, massas, queijos e manteiga, que inclusive estão disponíveis para venda. Participar do spa é, sem dúvida alguma, uma experiência revigorante e encorajadora. Entrei de um jeito e saí de lá completamente relaxada e empolgada para colocar em prática os novos aprendizados. Toda minha experiência foi baseada na filosofia naturista. Num tempo onde o mundo está cada vez mais estressante sob as mais

diversas roupagens, o naturismo, como prática de vida em comum com o universo que nos rodeia, parece ser um oásis de bem-estar e felicidade. Durante uma semana, participei de centenas de atividades gratificantes, em todos os sentidos. Entre elas, reabilitação integral dos hábitos, alimentação saudável para desintoxicar e reestabelecer a saúde, movimentos diários na água, tratamento fitoterápico, e o principal: espiritualidade, pois não só do corpo vive o ser humano. Na Lapinha, encontramos espaço para nos reconectarmos com nosso lado espiritual através do silêncio, do convívio e da reflexão. Verdadeiros momentos com Deus! A experiência do contato com a natureza também foi uma das coisas que mais me impressionou, e até agora está em meus pensamentos. Caminhava por horas entre os bosques e lagos que a fazenda possui, até compreender que, por meio deste contato direto com a natureza, consegui captar melhor suas forças vitais existentes que de forma determinante contribuem para a nossa felicidade. Vale ressaltar que o spa também oferece cerca de oito tratamentos específicos

para cada tipo de necessidade. Entre eles destacam-se o Programa Antitabagismo, que ajuda dependentes de cigarro a eliminar o vício com 18 tratamentos estratégicos aliados a eficientes recursos médicos convencionais, e o Programa Terceira Idade, que oferece 14 tratamentos para as pessoas acima de 60 anos que queiram prevenir doenças e melhorar a vitalidade. Enfim, o lugar é perfeito para conectar-se com a sua alma, entrar em contato com suas alegrias, com seu eu e aprender a superar suas dores e inseguranças. Um destino que valerá cada minuto de sua existência.

Estrada da Lapa - Rio Negro - km 16
Lapa - Paraná - Brasil
lapinha.com.br



Carla Palmieri, jornalista e crítica de moda, gastronomia, cinema e outros assuntos que vivencia em seu blog myfashionlife.com.br

ILHA MAURÍCIO

A Ilha Maurício é um país que figura no imaginário dos viajantes – especialmente dos casais em lua de mel – como um paraíso tropical de mar azul-turquesa, praias de areia clarinha e fofa e natureza exuberante. Sim, tudo isso é a mais pura realidade em Maurício. Mas o que poucos sabem é que, além do mergulho e do surfe nas idílicas praias, o país reserva outras atrações imperdíveis. Eu sempre acreditei que uma das melhores maneiras de conhecer a cultura de um povo é por meio de sua comida. O Shanti Maurice, resort boutique superexclusivo localizado na parte sul da ilha, criou uma experiência culinária que permite a seus hóspedes provarem um jantar típico. Mas um jantar típico que realmente faz jus ao nome: a refeição acontece na casa de Goindoo, uma adorável senhora de 76 anos, nascida e residente da ilha, que é considerada um "guru" pela comunidade local. Na visita a sua casa, a vovó Goindoo recebe e saúda os visitantes em crioulo, sua língua de origem. Apresenta aos convidados os ingredientes que ela mesma seleciona nas feiras dos vilarejos rurais e com os quais, com a ajuda de seus parentes, cozinha pratos típicos. E o melhor: é permitido a todos observar o preparo. Entre as

delícias: cordeiro ao vinho branco com mel, canela, shoyu e gengibre; curry de peixe com especiarias, tamarindo, coentro e cebolas; e, por último, a "Pineapple Bomb", uma sobremesa refrescante feita com abacaxi, ovos, açúcar e creme. Quando o jantar está pronto, todos podem desfrutar de uma refeição caseira entre amigos, ouvindo as histórias que Goindoo conta sobre sua infância e sobre as ilhas no período em que eram uma colônia britânica – sua independência foi em 1968. Na hora de partir, uma surpresa: Goindoo presenteia seus convidados com um caderninho, escrito à mão por ela mesma, recheado de receitas familiares, passadas de geração em geração nesse lar repleto de alegria. Tudo para que os hóspedes possam recriar os sabores de Maurício em suas próprias cozinhas.



Tina Lyra, diretora da TL Portfolio, consultoria de representação de hotéis e experiências de luxo em turismo.

