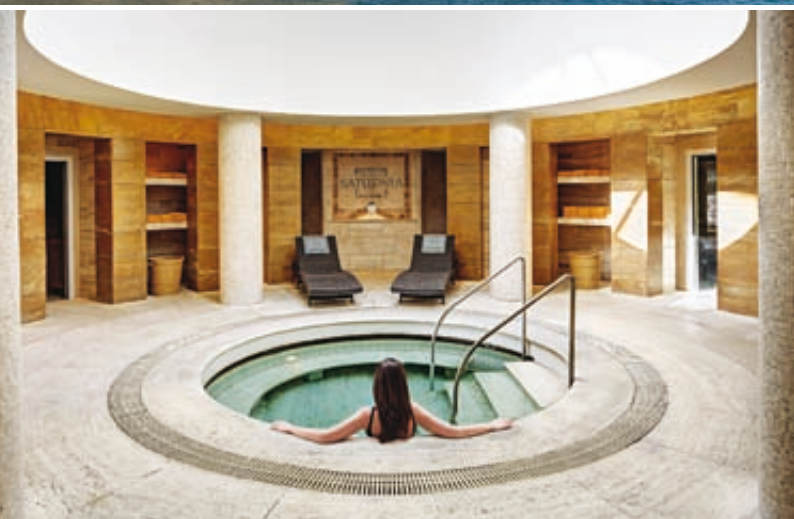




## ΟΑΣΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ

Στην περιοχή της Maremma, σε μια από τις πιο όμορφες γωνιές της νότιας Τοσκάνης, βρίσκεται το βραβευμένο Terme di Saturnia Spa & Golf Resort, το οποίο σύμφωνα με τις λίστες του Forbes ανήκει στα 10 κορυφαία spa της Ευρώπης. Στην τοποθεσία, που χρονολογείται από την εποχή των Ετρούσκων, βρίσκεται μια πλούσια πηγή με θερμά ιαματικά νερά, η οποία φημίζεται για τα εξαιρετικά της οφέλη για την υγεία. Στις υπηρεσίες του resort, που διαθέτει 128 κομψά δωμάτια και γήπεδο γκολφ, θ' ανακαλύψετε τον παράδεισο της απόλυτης αναζωογόνησης: Από ρωμαϊκού τύπου λουτρά και θερμές πηγές με ποίνες και καταρράκτες μέχρι πολυτελείς θεραπείες περιποίησης στο ανακαινισμένο spa και εξειδικευμένα προγράμματα αποτοξίνωσης και fitness! ([www.termedisaturnia.it](http://www.termedisaturnia.it)).



# The LIST

Τα πρόσωπα, οι τάσεις, οι προορισμοί, οι εκδόσεις και ό,τι αξίζει ν' ανακαλύψετε από τον χώρο της υγείας, της ομορφιάς και της ευεξίας!

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ - ΚΕΙΜΕΝΑ ΕΥΗ ΚΑΛΛΙΝΗ

## ΤΟ ΚΕΡΙ... ΑΛΛΙΩΣ!

Ο πιο ποιοτικός τρόπος για να επανορθώσετε την ξηρή, στρεσαρισμένη επιδερμίδα στο σώμα είναι τα οργανικά κερί *Intensive Skin Treatment Candles* της σκονδρέζικης φίρμας Neom Organics. Από υλικά που στηρίζουν το ηθικό εμπόριο και με 100% φυσικά αρώματα από λεβάντα, βασιλικό και γιασεμί.



## Goop Clean Beauty



Η διάσημη ηθοποιός και γκουρού του υγιεινού lifestyle, Gwyneth Paltrow, επανέρχεται στον τομέα των εκδόσεων μ' ένα ακόμη βιβλίο. Το "Goop Clean Beauty", γραμμένο από τους συντάκτες του Goop, και υπό την επιμέλεια της Paltrow, περιέχει healthy συνταγές για να δείχνετε όμορφες εκ των έσω, αλλά και προτάσεις σε οργανικά καλλυντικά και tips ομορφιάς. Διαθέσιμο στο [Amazon.com](http://Amazon.com).