

SPA & VITAL CENTER

LA DOTTORESSA: GUDRUN GSCHWENDT

Materie prime
provenienti
da colture locali

Terapie basate sul sentimento

Struttura termale come luogo di ricerca del benessere

UNA AL MESE

Conferenze
«salutari»

La dottoressa Gudrun Gschwendt tiene mensilmente nella sala seminari di Terme Merano una conferenza su temi riguardanti la salute. Le conferenze sono ad ingresso libero con inizio alle ore 20. Ecco il calendario.

Mercoledì 14 dicembre 2005: "Voglia di... come comportarsi con: cioccolata, orsetti di gomma, salatin, pane, carne, voglie alimentari".

Giovedì 19 gennaio 2006: "Incontro all'anno nuovo in forma e con tanta energia".

Giovedì 2 febbraio 2006: "La nostra farmacia di casa e da viaggio".

Giovedì 2 marzo 2006: "In forma, sani e belli grazie all'eliminazione delle scorie, alla depurazione o al digiuno".

Giovedì 6 aprile 2006: "Non dimenticare il tuo cervello!".

Giovedì 4 maggio 2006: "Fitness per uomini e donne manager".

Giovedì 1 giugno 2006: "Omeopatia ed agopuntura per tutti".

La dottoressa Gudrun Gschwendt, specializzata in medicina generale, agopuntura e omeopatia ed esperta in questioni generali riguardanti la salute, è medico di Terme Merano, figura che andrà ad affiancare il direttore tecnico sanitario Salvatore Lo Cunsolo, confermato nel suo incarico dalla vecchia gestione. «Vogliamo proporre una terapia basata sul sentimento, secondo un concetto biologico tramandato da secoli e l'uso di prodotti naturali altoatesini». È una realtà d'ordine sanitario, quella in cui agisce Gudrun Gschwendt, complementare a quanto la città già offre in questo settore, ma con l'attenzione ben focalizzata sul terreno della prevenzione; una realtà che con le sue variegate proposte si traduce in calamita per una clientela proveniente da altre località, ma che è ad un tempo anche punto di riferimento per la cittadinanza. In questo quadro la dottoressa Gschwendt, grazie alla sua ricca esperienza e alla sua preparazione (ha anche pubblicato numerosi libri di successo) è una delle figure ideali per il complesso termale. Una presenza propositiva, la sua, grazie alla quale ribaltare l'antica idea di vedere i servizi termali come struttura dai caratteri ospedalieri, per consolidarli nella con-



La dottoressa Gudrun Gschwendt, specialista in agopuntura

cezione nuova di luogo in cui migliorare il proprio stato di benessere fisico e psichico. E non a caso un occhio particolare sarà rivolto al mondo dell'infanzia e dei ragazzi.

Altro trait d'union fra Gudrun Gschwendt e Terme Merano è l'utilizzo quasi esclusivo, nello svolgimento delle cure, di prodotti naturali altoatesini: la dottoressa è un'esperta di medicina popolare, basata su rimedi provenienti dalla natura. Ma è anche profonda conoscitrice in materia di terapie preventive,

accompagnate da ricette altoatesine, vecchie e nuove, come la sabbatura, il bagno di siero di latte o quello d'uva.

Nei giorni feriali, al mattino, la dottoressa Gschwendt sarà a disposizione su appuntamento per gli ospiti delle Terme, mentre nel pomeriggio lo sarà per gli utenti privati. Accanto alla propria attività medica Gudrun Gschwendt, nella sala seminari del complesso termale, terrà delle conferenze a cadenza mensile su temi riguardanti la salute.

Risultato frutto del lavoro di un team d'esperti
Mela, uva, siero di latte
protagonisti nelle cure

Nello Spa & Vital Center delle Terme Merano i prodotti naturali altoatesini svolgono un ruolo primario. I fornitori garantiscono la totale naturalezza delle materie prime - per buona parte provenienti da colture locali - utilizzate per i prodotti di cura e bellezza. Un principio che si traduce nello slogan "Avvolti nella natura altoatesina".

Nel progetto, che coniuga non solo le Terme al territorio sudtirolese, ma anche tre importanti settori della realtà locale quali agricoltura, turismo e sanità, è stato coinvolto un team di esperti in differenti campi. I componenti del gruppo di lavoro hanno contribuito ciascuno con il proprio bagaglio di conoscenze: a Gudrun Gschwendt si sono affiancati Klaus Plattner (direttore della tenuta Laimburg), Walter Huber, (direttore di dipartimento dell'Agenzia provinciale per l'ambiente), Hannes Loacker (direttore generale della ditta Loacker Remedia), Rolf-Klaus Friedrich (medicina generale e terapia del dolore), Lothar Gluderer (G&G project management), Eduard Vigl (dermatologo e consulente di Terme Merano), Stefan Rössler (Rössler Pharma), Amy Keller (specia-

lista trattamenti wellness), Willi Tauber (direttore generale Brimi) e Klaus Gasser (direttore generale Vog).

La mela: un efficace prodotto anti-aging. La mela: 80% d'acqua, 100% di efficacia. Ricca di vitamina C e B, di calci per le ossa, di potassio per rassodare i tessuti e di zinco per la struttura cellulare. Contiene polifenoli che proteggono e rigenerano la pelle, hanno un effetto antibatterico e rinforzano il sistema immunitario.

L'uva: bellezza pura chicco dopo chicco. L'olio di vinaccioli è ricco di antiossidanti e protegge la pelle dal processo di degradazione causato dai radicali liberi. L'olio di vinaccioli spremuto a freddo contrasta l'invecchiamento della pelle, rendendola a un tempo liscia e morbida. Contiene inoltre un'alta percentuale di grassi insaturi e aiuta l'organismo nell'assunzione di vitamina A.

Il siero di latte. È fonte di vitalità; le sue proteine rinforzano i tessuti connettivi, le vitamine B e C stimolano il metabolismo e il sistema immunitario, l'alto contenuto di lattosio e acido lattico favorisce la flora intestinale e le sostanze minerali e nutritive danno vitalità con poche calorie.

LE OFFERTE NEL DETTAGLIO/1

Bagni, idromassaggi, idroterapia, applicazioni, peeling
"Wave Dream": il bagno azzurro che consente profondo relax con giochi cromaticiBAGNI DI BENESSERE ALTOATESINI IN TINOZZA
E BAGNO IMPERIALE

Bagno all'aroma di mela a base di Tenfione. Stimolante per la circolazione e distensivo per la muscolatura. I principi attivi della mela vengono fissati nello strato corneo della pelle con l'aiuto di semisomi (liposomi e microsfele). Curano con particolare attenzione le pelli delicate e sensibili, rendendole vellutate (20 minuti, 25 euro).

Bagno ai vinaccioli con bicchiere di succo d'uva. Gli antiossidanti contenuti nell'uva svolgono un'azione protettiva contro i radicali liberi, il bagno contrasta la formazione delle rughe e conferisce elasticità alle pareti dei vasi sanguigni (20 minuti, 25 euro).

Bagno al vino. Il vino ha un effetto antibatterico e antivirale. Il bagno stimola il metabolismo e protegge dai radicali liberi. (20 minuti, 25 euro).

Bagno al ginepro. Bagno stimolante, drenante e decontratturante, particolarmente indicato dopo l'attività sportiva (20 minuti, 23 euro).

Bagno essudativo alle erbe. Infuso con erbe altoatesine, lenisce i dolori muscolari e articolari (20 minuti, 23 euro).

Bagno al pino con una tazza di tè alle erbe balsamiche. Adatto alla muscolatura sottoposta a sforzi e ai dolori articolari, ha un effetto rinfrescante e promuove la concentrazione (20 minuti, 23 euro).

Bagno al tarassaco. Pulisce, purifica e distende (20 minuti, 23 euro).

Bagno al latte e miele. Effetto idratante e protettivo, lascia la pelle morbida e vellutata (20 minuti, 23 euro).

Bagno alla panna e olio con bicchiere di yogurt. Effetto nutriente e curativo, lascia la pelle morbida e vellutata. (20 minuti, 23 euro).

Bagno al siero di latte con bibita a base di frutta e siero di latte. Effetto purificante, mineralizzante e rassodante (20 minuti, 23 euro).

Bagno di Sissi al siero di latte con bicchiere di spumante. Effetto purificante, mineralizzante e rassodante (20 minuti, 23 euro).

Bagno di Sissi al siero di latte per due con bicchiere di spumante. Bagno purificante con effetto rassodante per due, da assaporare nella vasca imperiale (20 minuti, 35 euro).

Bagno ai boccioli di rosa. Effetto rigenerante, idratante e rivitalizzante (20 minuti, 25 euro).

Bagno ai semisomi Tenfione. Bagno rilassante per il trattamento di pelli molto sensibili (20 minuti, 25 euro).

BAGNI ALTOATESINI

Bagno altoatesino (sabbatura) con drink delle Odle. Essere ricoperti dalla sabbia altoatesina produce una conduzione di calore costante, attiva la circolazione delicatamente e porta ad un piacevole rilassamento muscolare (20 minuti, 23 euro).

Bagno altoatesino nella lana di pecora. La lana della val Passiria produce un calore rilassante e naturale. Essere avvolti nella lana stimola la microcircolazione. Ha un effetto di attenuazione del dolore e rinforza il sistema immunitario (20 minuti, 23 euro).

Bagno altoatesino di fieno di montagna. La forza delle erbe balsamiche alpine viene liberata nel bagno di fieno, sviluppando così i suoi effetti calmanti e rilassanti. Ideale per dolori muscolari e articolari (20 minuti, 30 euro).

BAGNO RILASSANTE

TERME MERANO

Wave Dream - Bagno azzurro da sogno. Un bagno, che con il suo affascinante gioco cromatico consente un profondo rilassamento. Wave Dream è un bagno relax unico, in cui si vive il fascino del gioco tra luce e onde d'acqua. Un raggio di luce si proietta sull'acqua in movimento e viene riflesso. L'armonioso gioco cromatico delle immagini che scorrono è accompagnato da suoni dolci e crea un'atmosfera magica e fantastica (20 minuti, 26 euro).

IDROMASSAGGI

Bagno di malga (idromassaggio al siero di latte) con un bicchiere di siero di latte. Bagno mineralizzante, ricco di vitamine, distensivo e curativo (20 minuti, 26 euro).

Bagno dello sportivo (idromassaggio al ginepro). Dopo un'escursione o un'attività sportiva il bagno al ginepro con il suo effetto distensivo e diuretico dà una sensazione di benessere (20 minuti, 26 euro).

Bagno in acqua salina (idromassaggio al sale). Forte effetto osmoti-

co, particolarmente indicato per blocchi linfatici e cellulite. (20 minuti, 26 euro).

Bagno wellness Tenfione. Un idromassaggio di benessere che dedica alla pelle un'attenzione particolare, consigliabile in particolare per pelli secche e scupate (20 minuti, 23 euro).

IDROTERAPIA

Bagno idromassaggio. Idromassaggio attivante con un programma di massaggio acqua-aria. Scioglie ogni tensione muscolare e fa dimenticare la stanchezza. (20 minuti, 23 euro).

Bagno idromassaggio con massaggio subacqueo. Idromassaggio attivante con massaggio subacqueo aggiunto e getto a pressione. Scioglie le rigidità del corpo. (20 minuti, 33 euro).

Idrojet. Massaggio a getto d'acqua altamente attivante e rassodante. Rilassa la muscolatura, distende e stimola la circolazione (12 minuti, 18 euro).

Inalazioni con il radon. Libera le vie respiratorie e decongestiona le mucose irritate (12 minuti, 10 euro).

Bagno al radon. Applicazione terapeutica, attenua i dolori cronici e stimola il rimarginamento delle ferite (15 minuti, 21 euro).

APPLICAZIONI E IMPACCHI

Applicazione di fango (parziale). Il fango ha un effetto antinfiammatorio e viene utilizzato per reumatismi, nevralgie, malattie degli organi interni e dolori femminili. È un trattamento dolce delle tensioni muscolari e dei dolori articolari che conferisce un profondo rilassamento (20 minuti, 25 minuti).

Applicazione di fango a mani e piedi. (20 minuti, 21 euro).

Impacco alle alghe. Le alghe sono ricche di sostanze minerali, oligoelementi e iodio. L'effetto è purificante, mineralizzante e idratante (20 minuti, 29 euro).

Impacco alle alghe parziale. (20 minuti, 24 euro.)

Impacco di argilla alle mele e al miele. Impacco rigenerante, assorbente e idratante (20 minuti, 26 euro).

Impacco di Töpfen freddo (applicazione parziale). Riduce infiammazioni e gonfiori ed è particolarmente indicato in caso di slogature, contusioni e disturbi alle vene (15 minuti, 23 euro).

Impacco altoatesino al siero di latte. Effetto disintossicante, sbloccante e modellante (20 minuti, 25 euro).

Impacco altoatesino al siero di latte e ghiaccio. (20 minuti, 25 euro).

Impacco di crema all'enera. Il prezioso olio di enerera cura e distende la pelle secca e sensibile (20 minuti, 29 euro).

Impacco Cleopatra all'olio, latte e miele. Un vello imbevuto di latte, miele e olio cura e coccola la pelle (20 minuti, 26 euro).

Impacco Sissi al siero di latte e miele. Un bagno di bellezza mineralizzante e protettivo, un balsamo per la pelle e il corpo (20 minuti, 26 euro).

Impacco per il corpo DMS. L'impacco per il corpo DMS corrisponde nella sua struttura agli strati di protezione della pelle e viene preparato secondo il tipo di pelle e le esigenze specifiche. L'avvolgimento nel vello e il sistema Soft-Pack rendono possibile una maggiore penetrazione dei principi attivi (20 minuti, 29 euro).

PEELING

Peeling al siero di latte altoatesino (con sali naturali). Peeling purificante e mineralizzante (15 minuti, 21 euro).

Peeling DMS alla mela altoatesina. Delicata eliminazione dello strato corneo e delle cellule morte attraverso la crema peeling alla mela DMS con microsfele di cera di jojoba. (15 minuti, 21 euro).

Peeling ai vinaccioli altoatesini. Pulizia in profondità che attiva la circolazione e rende la pelle morbida (15 minuti, 21 euro).

Peeling meranese con spazzola e sapone di mela. Pulizia in profondità attraverso un massaggio bagnato con la spazzola e il sapone di mela (20 minuti, 29 euro).

Peeling Acti-Aromatique Mary Cohr. Peeling delicato con acidi della frutta ed enzimi, indicato anche per i tipi di pelle più sensibili (15 minuti, 23 euro).

MODELLAGE

Pressoterapia. Linfodrenaggio meccanico con effetto altamente purificante e decongestionante. È indicato in presenza di cellulite, edemi e gambe stanche e pesanti.

