



Una veduta del Boscareto Resort & Spa che sorge in uno dei punti più suggestivi delle Langhe, in Piemonte.



4 IL BOSCARETO - SERRALUNGA D'ALBA (CN)

## ESTATE NELLE LANGHE



La piscina con le vetrate che danno sul grande giardino esterno dove si trova il lounge bar Sunsi, con un menu light per il pranzo (da provare la battuta di fassona al coltello) e fantastici aperitivi al tramonto.

La brezza leggera ti accarezza mentre, a piedi nudi nell'erba, ti godi un perfetto calice di Arneis e lo spettacolare tramonto tra i filari. Alle spalle, la piscina con i lettini in midollino ha i profumi speziati della contigua Spa, La Sovrana. Qui Barbara Tarditi, responsabile dei trattamenti, ti affida alle cure della sua équipe: il massaggio corpo da 90 minuti, con campane tibetane, e il programma viso anti-età (con prodotti targati SkinCeuticals) danno un sollievo immediato con risultati evidenti (pelle liscia, rimpolpata, luminosa) e duraturi. La cena è stellata, cucina gestita dal 29enne Pasquale Laera, allievo di Marchesi e sous-chef di Cannavacciuolo: ho detto tutto. Pugliese, mixa ingredienti mediterranei freschissimi con quelli di Langa, con risultati mozzafiato. Un posto per godere di cibo, gran vini anche di produzione propria, rilassanti passeggiate tra i colli, lontani dalla calura eccessiva e dalle spiagge affollate. Info e prezzi: [www.ilboscaretoresort.it](http://www.ilboscaretoresort.it) (A.C.)



Un'eschimese Inuit, ospite del festival Lo spirito del pianeta.

5 *Lo spirito del pianeta*

Un festival alla scoperta di tradizioni, canti, balli e musiche dei popoli indigeni. Come la cultura delle tribù dei Tufi della Papua Nuova Guinea, gli usi dei Cherokee, gli indiani del Nord America, e dei Chukchi - Eschimo che vivono ai confini dell'Alaska. Succede a Chiuduno (Bg), fino al 10 giugno, in occasione de Lo spirito del pianeta. Tra gli ospiti attesi, Ndikela Mandela, responsabile della fondazione Mandela che promuove l'istruzione e la sanità in Sudafrica. [www.lospiritedelpianeta.it](http://www.lospiritedelpianeta.it)



La passeggiata rigenerante tra i larici a San Genesio (Bz).

6 *Prova la terapia del bosco*

Nell'Altopiano del Salto c'è il più grande bosco di larici d'Europa, alberi dalle proprietà balsamiche e rilassanti. Qui Renate Winkler, proprietaria dell'Hotel Belvedere di San Genesio Atesino (Bz), ha ideato per i suoi ospiti la "camminata del respiro", un'escursione accompagnata da esercizi che rinforzano il sistema respiratorio. Rientrati in albergo, la cura continua con massaggi a base di olio di larice che favorisce la circolazione. [www.belvedere-hotel.it](http://www.belvedere-hotel.it)

7 *Il fiore dell'amore*

È l'agapanto, a cui Villa della Pergola ad Alassio (Sv), in Liguria, dedica una serie di appuntamenti nei weekend di giugno, il mese di fioritura. Partecipa ai laboratori per adulti, bambini e famiglie per scoprire una delle collezioni più rare in Europa (sono 430 le varietà presenti di questo fiore) e ammirare le meraviglie botaniche del parco, che fa parte del circuito dei Grandi Giardini Italiani.

[www.giardinidivilladellapergola.com](http://www.giardinidivilladellapergola.com)



8 *In Val Martello la Festa delle fragole*

Hanno proprietà antiossidanti, antinfiammatorie e sono ricche di vitamina C. Alle fragole è dedicata la festa organizzata in Val Martello, nel cuore del Parco Nazionale dello Stelvio, dal 23 al 24 giugno. [www.vip.coop/fit](http://www.vip.coop/fit)

9 *La bottiglia? È compostabile*

Sembra una normale bottiglia d'acqua. E invece quando è finita la botti nell'umido perché si biodegrada in 80 giorni. Sant'Anna Bio Bottle è realizzata in PLA, un polimero ricavato dalla fermentazione degli zuccheri contenuti nelle piante. Se la acquisti contribuisce alla lotta contro le microplastiche presenti, secondo una ricerca della State University of New York at Fredonia, nel 90 per cento dell'acqua minerale in bottiglia.



10 *Compra sostenibile*

Il logo rosso e blu raffigura una barca a vela. È il marchio Friend of the Sea: certifica prodotti ittici come il tonno, il salmone, le acciughe. Se lo trovi sulla confezione, significa che sono stati pescati in modo sostenibile e senza danneggiare i delfini. [www.friendofthesea.org/IT](http://www.friendofthesea.org/IT)

