

ГРАЦИЯ – ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ЖУРНАЛ

GRAZIA

15 МАРТА 2016 (№ 9) 16+

GRAZIA



**РОБЕРТ
ПАТТИНСОН**
СМЕНИЛ
ПРОФЕССИЮ

стр. 40

ТРЕНД

ЗВЕЗДЫ, КОТОРЫЕ
ДОКАЗАЛИ: СТАРЕТЬ
НЕ СТРАШНО

стр. 54



ЗНАЙ НАШИХ!

5 фэшн-хитов весны
по версии редакторов
GRAZIA



**НАТАЛИ
ПОРТМАН**

**«Карьера или семья?
Ответ для меня очевиден!»**

стр. 50





В городке
Эжени-ле-Бен
удивительно мягкий
климат

ДЕЛО ТОНКОЕ

Мечтаете о вкусных ужинах без ущерба для фигуры? Отправляйтесь во Францию! Там, в Ландах, на курорте Les Prés d'Eugénie за диету гостей отвечает знаменитый мишленовский шеф Мишель Герар, разработавший особую методику похудения!



Термальной водой в Les Prés d'Eugénie печат по-всякому предлагают пить и используют в SPA-процедурах



Мишелю Герару уже больше 80 лет, и на протяжении почти сорока из них он сохраняет статус обладателя трех звезд «Мишлен»!

ПАРАДОКС: городок Эжени-ле-Бен, что в 45 км от аэропорта По, и местный курорт Les Prés d'Eugénie особенно популярны среди двух, казалось бы, противоположных категорий людей. Первые – гурманы, которым сетты из 19 позиций только в радость, а вторые, наоборот, отчаянно желают похудеть. Привлечь и тех и других удалось семейной паре – Кристине и Мишелю Герар.

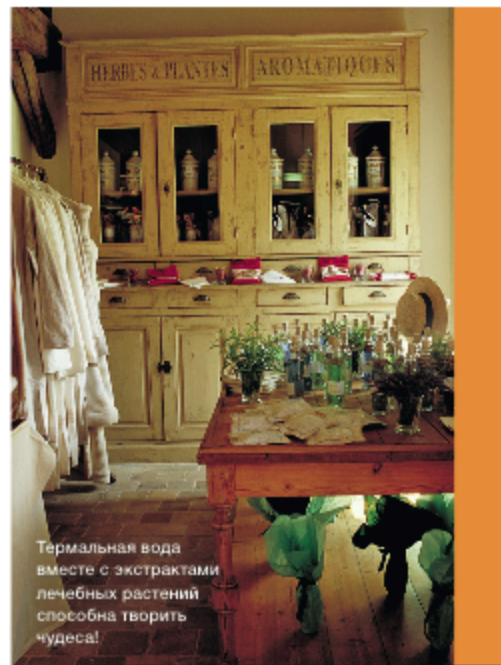
ВЕШНИЕ ВОДЫ

Кристина – потомственный бальнеолог, поэтому о лечении на водах знает буквально все и даже больше. Она разработала особую концепцию восстановления организма, которая

близка к натуропатии и основана на синтезе кельтской, греко-латинской и восточной культур врачевания, применении лекарственных растений и массажа. Опробовать ее систему вам выпадет шанс на «Термальной ферме» (La Ferme Thermale) – такое необычное название носит SPA-центр. Он занимает отдельный дом, в центре которого – просторный зал с камином, где гости отдыхают между процедурами за чашечкой тизана и книжкой о здоровой и вкусной еде или лечебных травах. Кстати, еще один камин находится в комнате с ароматической ванной. Потрясающее ощущение: лежать в пахнущей апельсином горячей воде и смотреть то на потрескивающие в огне дрова, то на деревья в саду за окном! Другая



Каменный зал «Термальной фермы» – место, где совершенно забываешь про время



Термальная вода вместе с экстрактами лечебных растений способна творить чудеса!

ЗДЕСЬ ВЫ НЕ ТОЛЬКО ПРИВЕДЕТЕ СЕБЯ В ПОРЯДОК, НО И НАУЧИТЕСЬ ФРАНЦУЗСКОМУ «ИСКУССТВУ ЖИТЬ»

популярная водная процедура – термальное «озеро» с белой глиной, которая выталкивает тело на поверхность, так что создается ощущение невесомости. Хорош и массаж под струями теплой воды. Ну а если у вас серьезные «похудательные» планы, то наведываться в La Ferme Thermale вы будете каждый день – согласно индивидуальной программе.

ВЕСОВАЯ КАТЕГОРИЯ

Не менее важную роль на курорте играет питание. За кухню, в том числе и диетическую, в Les Prés d'Eugénie отвечает Мишель Герар – классик французской гастрономии, который сохраняет статус обладателя целых трех звезд «Мишлен» на протяжении вот уже 39 лет (где вы еще таких встретите?). Он не только прекрасно разбирается в haute cuisine, но и может похвастаться собственной методикой похудения не в ущерб вкусу. Ее он разработал, тщательно изучив основы правильного питания. В главном ресторане курорта Michel Guérard,



Вы когда-нибудь принимали ванну в комнате с камином?

где шефа по-прежнему можно встретить почти каждый день, есть два меню. Одно – гастрономическое, сложное, яркое, где вы найдете редкие продукты и необычные сочетания. Второе – диетическое, но не менее гурманское – Grande Cuisine Minceur. В нем все продумано: каждый прием пищи укладывается в 600 калорий, но уверяем – голодать не придется. Вы даже получите ежедневные десерт и бокал вина! Кстати, можно

научиться готовить, как Герар: на мастер-классах во время пребывания на курорте или с помощью его книги рецептов Grande Cuisine Minceur, подробной и адаптированной для домашних кулинарных экспериментов.

ЧУВСТВО ПРЕКРАСНОГО

По мнению Кристины Герар, другой важный для восстановления организма фактор – красота во всех проявлениях. И она будет окружать вас повсюду. Удивительный старинный парк, опоясывающий курорт, декоративный огород и розарий, которые так и хочется запечатлеть на фото. Антикварная мебель и много солнечного света в номерах. Атмосферные и не похожие друг на друга рестораны, блюда – словно произведения искусства. И вдобавок – расположенные по соседству виноградники семьи Герар с классическим шато! Будьте уверены: оказавшись среди этой красоты, вам сразу захочется забыть о проблемах, расслабиться и с удовольствием заниматься лишь собой!
Текст: Наталия Кузнецова



Букалльно у каждого предмета в интерьере Les Prés d'Eugénie есть история!