

# ELLE

ELLE.PT

JANEIRO 2018



## MODA BOTAS & TRENCH

AS PEÇAS  
CLÁSSICAS  
DE INVERNO  
ATUALIZADAS

**BELEZA**  
**O BATOM  
VERMELHO**  
ESTÁ MAIS  
PERFEITO  
QUE NUNCA

**NO RADAR**  
**MULHERES A  
CONHECER**  
(MELHOR) ESTE ANO  
NA TELEVISÃO,  
MÚSICA, ARTE

**SAÚDE**  
PORQUE  
JÁ NÃO  
QUEREMOS  
TOMAR A  
PÍLULA?



# BEM-VINDO 2018

*Inaugure o calendário fazendo um reset à rotina*

BELEZA

# BEM-ESTAR MODO: SPA

Que tal um fim de semana de *relaxamento* total fora da cidade? Ou uma pausa no stress do dia a dia para sintonizar a sua mente com o seu corpo? Partilhamos algumas sugestões de espaços para cuidar de si.



## Anantara Spa, Vilamoura

**THE VIBE:** Luxo oriental em Portugal.

**EM DESTAQUE:** A massagem assinatura Anantara é o resultado de tudo o que torna este resort único: os óleos naturais são utilizados para estimular o relaxamento profundo e a circulação também, com o ritual da purificação dos pés logo no início a ditar o tom oriental para tudo o que se segue.

**NÃO DEIXE DE...** Dar um mergulho na piscina interior do hotel antes da marcação no spa. Não só a vista é fantástica, como o ambiente calmo é a preparação ideal para a massagem relaxante que se aproxima.

**BEAUTY TIP:** Não se esqueça de incluir o protetor solar na sua mala de fim de semana. O spa pode não ser no exterior, mas o hotel tem várias atividades para serem desfrutadas ao ar livre, como jogar uma partida de golfe ou até apanhar sol numa das piscinas exteriores.

**Contacto:** [www.vilamoura.anantara.pt](http://www.vilamoura.anantara.pt)

## Tivoli Spa, Lisboa

**THE VIBE:** Spa urbano no seu melhor.

**EM DESTAQUE:** O tratamento de rosto Soin VIP 02. Demora uma hora, mas os resultados permanecem mais tempo. Antes de começar o facial, a terapeuta explica que a sua finalidade é a de oxigenação da pele e os efeitos no rosto são logo visíveis: uma tez mais luminosa e os traços de expressão marcados bem mais leves. É muito relaxante.

**NÃO DEIXE DE...** Usufruir de um dos hotéis de referência da capital. Marque, com antecedência, uma aula de ioga ou de meditação no Sky Bar, por exemplo. Ou aproveite para almoçar ou jantar na Cervejaria Liberdade ou no Terraço, com nova carta do chef Rui Paula.

**BEAUTY TIP:** Aproveite para conhecer uma marca de cosmética nova no nosso país, a Biologique Recherche. Usada em hotéis de luxo, em Portugal só está disponível nos Hotéis Tivoli da Avenida da Liberdade e de Seteais.

**Contacto:** [www.minorhotels.com/pt/tivoli/](http://www.minorhotels.com/pt/tivoli/)





## Float In, Lisboa

**THE VIBE:** Fora da caixa!

**EM DESTAQUE:** A flutuação, como não podia deixar de ser. O tempo mínimo por sessão é de 50 minutos e os resultados são incríveis. Dentro do flutuário, o ambiente é muito confortável devido à temperatura de água. Para conseguirmos flutuar, a cápsula tem 300 quilos de sal Epsom. Os benefícios a nível de bem-estar são muitos: quando dizem que uma sessão equivale entre quatro a seis horas de sono, é totalmente verdade.

**NÃO DEIXE DE...** Experimentar, mesmo se tiver qualquer tipo de fobia. No entanto, tente fazer um esforço para conseguir tirar o máximo partido desta experiência. Pode não fechar totalmente a cápsula, mas desligue as luzes para conseguir flutuar, relaxar e recuperar a energia e as horas de sono.

**BEAUTY TIP:** Tampões para os ouvidos. Pode parecer estranho, mas acredite, vai precisar muito deles. Afinal, vai estar "deitada" em água cerca de uma hora. Não se preocupe, o espaço dá-lhe um par antes de entrar para a cápsula.

**Contacto:** [www.float-in.pt](http://www.float-in.pt)



## Susanne Kaufmann Spa Barrocal, Alentejo

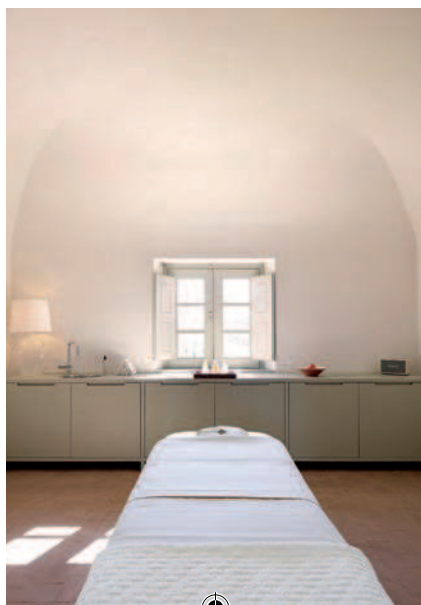
**THE VIBE:** Descontração campestre.

**EM DESTAQUE:** A experiência, na sua totalidade. Desde o espaço, que consegue ser monástico e aconchegante ao mesmo tempo, até aos tratamentos holísticos. Não podemos deixar de falar dos fantásticos produtos orgânicos da marca que dá o nome ao spa e dos roupões perfeitos.

**NÃO DEIXE DE...** Desfrutar de um fim de semana completo na herdade de São Lourenço do Barrocal, em Monsaraz. O hotel consegue ser tão inspirador quanto o spa e os seus tratamentos. O pequeno almoço, seguindo a tendência orgânica do resto da herdade, é delicioso.

**BEAUTY TIP:** Os incríveis produtos orgânicos Susanne Kaufmann. O Barrocal é o único local em solo nacional onde se podem comprar os produtos desta marca austríaca. Depois de os experimentar no spa não vai conseguir voltar para casa sem um ou dois dos seus favoritos.

**Contacto:** [www.barrocal.pt](http://www.barrocal.pt)



## The Lumières Spa, Lisboa

**THE VIBE:** Histórico updated.

**EM DESTAQUE:** A localização deste spa é privilegiada (e inesperada). Inserido num edifício histórico no coração do Bairro Alto, e que recentemente sofreu obras de recuperação estruturais, os acessos via automóvel e transportes públicos são relativamente fáceis. Para além disso, o staff do Lumières Hotel faz-nos sentir em casa. Perfeito para fazer uma pausa rápida na rotina diária.

**NÃO DEIXE DE...** Subir ao terraço. A vista é daquelas que, muito dificilmente, vai esquecer. E, se tiver tempo e se a meteorologia ajudar, fique na esplanada a beber um cocktail com as suas amigas até o sol se pôr ou até mesmo jantar no Lumni, o restaurante do hotel que tem o chef Miguel Castro e Silva à frente.

**BEAUTY TIP:** Não se esqueça de levar o seu kit de maquilhagem consigo. Desta forma, logo que acabar a massagem de relaxamento, pode-se preparar para ir jantar com as suas amigas no centro da cidade e aproveitar a noite lisboeta.

**Contacto:** [www.thelumieres.com](http://www.thelumieres.com)

