

A LEI SI AFFIDANO MIUCCIA PRADA, DE NIRO, KARLIE KLOSS...
ECCO I CONSIGLI DI CURA
DI SUSAN CIMINELLI, FACIALIST
DI MANHATTAN, IN ARRIVO IN ITALIA
di Olivia Fincato Foto di David Slijper

Si fa così

DA UN'INTERVISTA a volte nasce un'avventura. Il feeling con **Susan Ciminelli**, facialist newyorkese di culto delle star, è stato immediato. È bastata un'ora nella sua spa nell'Upper East Side di Manhattan, santuario di bellezza di celebrity e attori (Jennifer Lopez, Kate Moss, Miuccia Prada, Robert De Niro), per capire che i suoi trattamenti dovevano arrivare anche in Italia. E, a un anno dall'intervista fatta per il *D Beauty* dello scorso novembre, è successo: l'esperta approderà a Venezia dove, nella spa dell'hotel *Aman Venice*, svelerà i suoi segreti per una pelle radiosa e un corpo sano, dentro e fuori (dal 27 novembre all'8 dicembre, le sedute si prenotano, anche se non si è ospiti dell'hotel, allo 041.270.7333). «Oltre a trattamenti e consulenze private ci saranno, in collaborazione con gli chef dell'albergo, menù disintossicanti, per depurare il corpo e illuminare l'incarnato», promette Susan.

Cosa è giusto mangiare prima di un trattamento?
«Evitare cibi difficili da assimilare, la carne per esempio, prediligere frutta e verdura di stagione. Le bevande stimolanti con caffeina, così come gli zuccheri, possono limitare il rilassamento. Se è possibile, consiglio tisane di camomilla, lavanda o salvia: aiutano a rilassare e a disintossicare il corpo. Per purificare il sangue è utile fare l'*apple fast*: si mangiano solo mele per 24 ore. Aiuta molto il vino: i pori appaiono subito più fini».

Come preparare la pelle per i primi freddi?

«Si possono fare *suffumigi* al viso: aiutano a purificare la pelle e a chiudere bene i pori. Se avete la pelle secca bollite l'acqua con camomilla e fiori di lavanda; se è impura, con origano, timo e rosmarino. Un ottimo esfoliante naturale e stagionale che potete fare a casa è la pasta di zucca e prugne, ricche di acido salicilico. Tagliate entrambe a dadini e bollite in poca acqua per 30 minuti, metete quindi nel frullatore e applicate la miscela per 20 minuti».

Come possiamo creare l'esperienza della spa a casa?

«La sera, prima di andare a dormire, ci si può immergere nella vasca, in acqua tiepida, per 30-40 minuti. Se avete avuto una giornata difficile, tre cucchiaini di aceto di mele sono ideali per tonificare. Tre cucchiaini di sale Epsom (si acquista in farmacia) aiutano, invece, a rilassare i muscoli e alleviare la fatica. L'olio di macadamia, insieme agli oli essenziali di lavanda, salvia e timo, ha un effetto benefico sull'umore. Infine, la mia polvere di alghe marine *Alga Fine Powder* è un potente disintossicante. Poi, potete fare come me: per purificare la mia stanza ho sempre una ciotola con acqua e sale e alcune candele bianche».

Come mette a proprio agio i clienti?

«Anche con esercizi di respirazione. A volte consiglio di ripetere in silenzio un mantra di 6000 anni fa, *Om Namah Shivaya*, è molto calmante». (Stell life Paolo Spinuzzi) ■



Da sinistra. Uno spray ricco di estratti e oli essenziali da vaporizzare sul viso. Qui l'edizione speciale disegnata dallo stilista Jason Wu. Eau de Beauté di Caudalie (in farmacia, 35 euro). Miscela di oli essenziali rigeneranti: si utilizza sulla pelle o nell'acqua. Otto d'Erbe 31 di L'Angelica (11 euro). Lozione con oli essenziali: si può anche aggiungere a una maschera. Marine Lotion di Susan Ciminelli. Candela con fiori di Bach ed essenze himalayane. Adorami Candle di Natur (natur.it, 49 euro).