

BEDRIJF IN BEELD

Gezondheid in combinatie met genieten

Gelegen in één van de mooiste natuurgebieden in de Algarve, het Monchique gebergte, ligt dit betrekkelijk nieuwe resort. Het kent adembenemende vergezichten. In de buurt liggen de Thermale bronnen van Monchique. Een 2000 jaar oud mineraal bad. Puur en kristalhelder water met tientallen verschillende mineralen. Met het milde klimaat van de Algarve is dit de perfecte plek voor een grote verscheidenheid aan planten en dieren. Daarom wordt het beschermde natuurschoon ook wel gezien als "de Tuin van de Algarve." Spadirecteur Theresa Malheiro en João Belchior tonen ons deze plek voor gezond genieten.

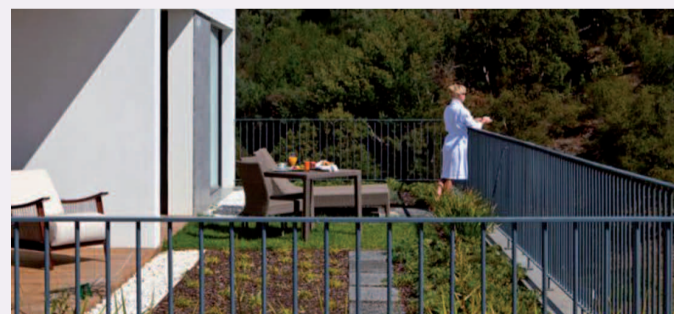


Monchique

Gastheer João Belchior komt oorspronkelijk zelf uit de omgeving en vertelt enthousiast over Monchique. Het plaatsje is één van de belangrijke Portugese health-resorts, omgeven door de bergen van de Sierra de Monchique. Er zijn warme zwavelbronnen met baden en een sanatorium in het nabij gelegen 'Caldas de Monchique'. "Hier is nog pure lucht. Een van de voordelen van de ligging van het resort. Luchtvervuiling kennen we hier niet. Natuurlijk wel gezonde maaltijden en luxe, grote suites. Onze medical spa is gericht op een aantal speerpunten: preventie, veroudering, afslanken, anti-stress, beauty en relaxen. We kennen een volledig medisch programma." João vertelt dat door de samenwerking met de Nederlandse reisorganisatie Puur en Kuur veel Nederlanders het resort al bezochten en bezoeken. Waaronder zelfs enkele Nederlandse beroemdheden. Gasten komen voornamelijk uit Europa, maar sinds kort weten ook de Arabieren uit Koeweit en Dubai de weg richting Monchique. Dat laatste omdat het resort tijdens de 2013 Tatler Spa Awards de prijs kreeg voor de meest Life-Changing Spa. Longevity werd daar geselecteerd uit 's werelds top 50 spa's. De behandelingen werden beoordeeld als "effectief" en "medisch verantwoord". Het resort werd genoemd als dé plek om te bezoeken voor gewichtsverlies, stress management en anti-aging. Knap voor een resort dat nog niet zo heel lang geleden haar deuren opende.

Behandelingen

Spadirecteur Theresa Malheiro leidt ons rond in de spa. Er zijn drie verdiepingen. Op de 9e verdieping is de medische afdeling. Hier vindt voor de cliënten het intake gesprek plaats met de arts. Aan de hand van dit gesprek wordt het programma voor de week vastgesteld. Behan-



delingen en voeding. Vijf eetmomenten op een dag, dat is gezonder voor de mens. Voor de medische behandelingen geldt een minimaal verblijf van 7 nachten. Dat kan met een speciaal programma, maar behandelingen zijn tevens a la carte te kopen. Daar hangt wel een prijskaartje aan. Het preventieve consult van 90 minuten inclusief de BIA meting kost 250 euro. Deze BIA methode meet de lichaamssamenstelling bij de mens en is een relatief nieuwe techniek. Gemeten worden vetpercentage, spieren, water, BMI, BMR en het vettransport. Vervolgconsulten zijn 100 euro voor een half uur. Het consult bij de anti-aging specialist voor een plan van aanpak om er jonger uit te zien kost 120 euro voor 60 minuten. Misschien een gat in de markt voor de Nederlandse beautyspecialist? Theresa vertelt dat de gast die komt voor een medische spaweek gemiddeld tussen de 4.000 en 10.000 euro uitgeeft.



Ozon

Bij Longevity wordt erg veel succes geboekt met de Ozontherapie. Ozon ontstaat uit zuurstof onder invloed van zonlicht en elektrische ontladingen zoals bij onweer. Ozon is een natuurlijke stof die echter een slechte reputatie heeft gekregen omdat het ook een ongewenst bijproduct is van de verbranding van benzine. Vooral op warme dagen kan daardoor een teveel aan ozon ontstaan. En wie teveel ozon inademt, kampt al snel met allerlei klachten. Van hoofdpijn tot ademhalingsproblemen. Als ozon echter in kleine hoeveelheden direct in de bloedbaan wordt gebracht, blijkt deze stof juist tal van zeer gunstige eigenschappen te bezitten. Tijdens de behandeling wordt er een naaldje in een ader van de arm aangebracht. Vervolgens wordt er wat bloed afgetapt, waaraan medische zuurstof en ozon toegevoegd worden. Dit mengsel wordt via hetzelfde naaldje in een gesloten systeem in de bloedbaan teruggeïnjecteerd. Om het gunstige effect te versterken, combineert men de therapie met het intraveneus toedienen van vitamines en mineralen. "Al snel na de behandeling merken veel mensen dat vage vermoeidheidsklachten verdwijnen en plaatsmaken voor een verhoogde vitaliteit. Deze effecten kunnen drie tot zeven dagen aanhouden. Meestal zijn er vijf tot tien behandelingen nodig om maximale resultaten te boeken. Wanneer gasten een week verblijven krijgen ze vaak drie van deze behandelingen. Sommige cliënten uit de UK komen maandelijks een weekend terug voor een extra behandeling."

Bedrijfsgegevens: **Longevity Wellness Resort Monchique**

Lugar do Montinho
8550-232 Monchique, Algarve (Portugal)
T: +351 282 240 110
E: reservations@longevity.pt
W: www.longevitywellnessresort.com

Eigenaar: Portugese Investeringsmaatschappij
Jaar van Oprichting: 2010
Activiteiten: Resort met accent op medical wellness
Aantal personeelsleden: Afhankelijk van seizoen tussen 30 en 80
Merken: Elemis



Ontspanning

Naast werken aan de gezondheid is er bij Longevity uiteraard plek voor ontspanning. Zowel in de sauna als in het zwembad, als door de kundige handen van de beautydames. Wij mogen genieten van een scrub en massage met het merk Elemis. Naar we weten niet bekend in Nederland. Longevity heeft voor Elemis gekozen omdat dit Engelse merk al jaren succesvol is op de spa markt en zeer succesvol op cruiseschepen. Daarnaast is Jan Kusmirek, een autoriteit op het gebied van biologische ingrediënten, essentiële oliën en geneeskrachtige plantenextracten een sleutelfiguur in het succes van het merk. Zijn expertise heeft het mogelijk gemaakt Elemis een aantal van 's werelds meest geavanceerde ingrediënten te ontdekken. De scrub is in elk geval genieten en de massage had wel iets langer mogen duren.

Gezonde voeding

De gezondheid van ons lichaam heeft alles te maken met onze voeding. De lunch bij Longevity is voor iedere gast persoonlijk samengesteld. We zien mensen aan een shake, of een bordje sla. Het lunchbuffet is gezond. Veel sla, noten, zaden en zeldzame vruchten. Bovendien ziet het er heerlijk uit. Het eten is zeker niet doorsnee. Voor het diner staat meestal veel vis, vegetarisch en groente op het programma. Het resort kent een uitgebreid (gratis) weekactiviteitenprogramma. De suites zien er allemaal even prachtig uit. Alle 135 suites hebben dezelfde oppervlakte van 60 m², de executive suite heeft een oppervlakte van 120 m². Elke suite heeft een aparte slaapkamer, woonkamer, keuken, 2 badkamers (een met bad en een met bad/douche), flatscreen en een balkon.

Succes

Onze gastvrouw vertelt dat er een grote toekomst is voor de medische spa. Longevity heeft sinds twee maanden een zusje in Lissabon gekregen. Dit centrum is gevestigd in het gerenommeerde Corinthia Hotel. Ons meest waardevolle bezit, onze gezondheid is bij velen een ondergeschoven kindje. Een verblijf bij Longevity werkt verslavend bij de gasten. Gasten komen regelmatig terug. Zij merken de voordelen van een bezoek. En die voordelen gaan volgens Longevity een leven lang mee.

