

Один из самых экологически чистых городов Европы, Фьюджи по сути – маленькая деревня в Ернийских горах

ТЕРМАЛЬНЫЙ ФЬЮДЖИ

Дожить до 100 лет реально – если проводить отпуск в правильном месте. За рецептом долголетия Doctor Travel отправился в итальянскую провинцию Чочария, на курорт Фьюджи.

Гулять в термальном парке – ни с чем не сравнимое удовольствие

«**В**идите этого пожилого сеньора? Его зовут Гвидо Чиполлони, и ему уже 105 лет», – говорит Евгения Гирбул, руководитель проекта «Путешествия с пользой для здоровья». Она живет тут уже 38 лет, и как никто другой, знает, где на Фьюджи лучшие врачи и лечебные процедуры, и куда стоит отправиться за

самыми вкусными местными деликатесами.

Зеленый оазис, окруженный дубовыми, каштановыми и сосновыми лесами, когда-то выбирали в качестве места для своих летних резиденций римские императоры Марк Аврелий, Комод, Каракалла и Нерон. Папа Бонифаций VIII, согласно документальным источникам, несколько лет пил термальную воду из источников Фьюджи, и выглядел на 20 лет моложе своего возраста. Итальянцы, как известно, уважительно относятся к опыту предков: сегодня Фьюджи – один из самых известных лечебных курортов Италии, куда принято ездить регулярно. Детей возят сюда из профилактических соображений, а взрослые надеются если не на вечную молодость, то на существенные изменения в здоровье. И надеются не зря, если судить на примере 105-летнего сеньора Чиполлони! Когда у него впервые случился приступ почечных колик, он провел здесь отпуск, а потом целый год чувствовал себя прекрасно. И потому вернулся еще раз, потом еще, и тех пор бывает во Фьюджи ежегодно на протяжении уже 65 (!) лет.

Секрет здоровья кроется в уникальном составе местных вод – входящий в состав минеральной воды Фьюджи кремний не даром счита-

Три причины посетить Фьюджи:
• Уникальные термальные воды • Вкусная еда • Удобное местоположение.

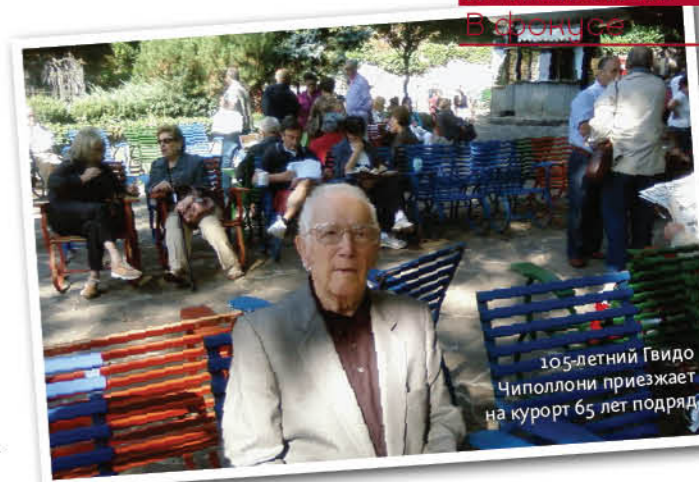
ется микроэлементом молодости и долголетия. Он влияет на состояние кожи, волос, ногтей, необходим для формирования костей и хрящей, принимает активное участие в системе свертывания крови, необходим для построения нервных клеток. Суточная потребность взрослого человека в кремнии 20–30 мг – столько же находится в одном литре воды Фьюджи. Целый спектр полезных микроэлементов, содержащихся в воде, идеально подходит для лечения почечнокаменной болезни и ее рецидивов.

Распорядок дня на курорте нельзя назвать банальным. «Лечение на Фьюджи – это вода и танец», – говорит Евгения. С утра пораньше вы отправляетесь не на завтрак, а в термальный парк, пьете воду – и танцуете! И только потом идете завтракать. Порядок приема лечебной воды внутрь (как и сопутствующие лечебные процедуры) определяется врачом-термологом, и учтите – схему лечения нужно строго соблюдать! Все-таки эта вода позволяет сделать настоящую «генеральную очистку» организма изнутри, и самодеятельность здесь неуместна.

Поскольку лечение в основном происходит утром, время после обеда оказывается в полном распоряжении отдыхающих. Так что можно смело набрать лечебной воды в термос (чтобы принимать ее в течение дня, согласно предписанию доктора), и отправляться в путь. Хотите – садитесь на автобус, который каждый час отправляется (откуда???) до Рима, хотите – разведайте окрестности Фьюджи. Например, посмотрите горный монастырь XII века (название!!), известный своей аптекой лекарств из трав и бальзамов, или город циклопов Алатри. ➤

Что стоит обязательно попробовать во Фьюджи, кроме воды:

- Пиццу Jenu с четырьмя видами грибов и несколькими видами сыров с трюфелями;
- Овечьи и козы сыры от местных пастухов и моцареллу «Ди Амасено»;
- Местное чочарское оливковое масло;
- Огромные сладкие оливки «Оливастро»;
- Вино «Чезанезе Ди Пилье», получившее самую высокую оценку местных вин – DOGG.



105-летний Гвидо Чиполлони приезжает на курорт 65 лет подряд



Термальными водами Фьюджи когда-то лечился Папа Бонифаций VIII

