

# #HEALTHY BUT TASTY! L'ESTATE SALENTINA DELLA SAMMARINESE PAOLA DI GIAMBATTISTA NATUROPATA E NUTRITIONAL COOKING CONSULTANT A CAPO DEL PROGETTO "HEALTHY FOOD"

✘ Un'estate calda, ricca di impegni e di gratificazioni professionali. L'estate di Paola Di Giambattista, Naturopata e Nutritional Cooking Consultant sammarinese, ha i colori del Salento, i sapori di una alimentazione vissuta e proposta in chiave salutistica e i tempi scanditi dagli impegni lavorativi che l'hanno vista coinvolta in prima persona nelle proposte di soggiorno improntate sul benessere promosse dal Vivosa Resort di Marina di Ugento in provincia di Lecce.

Ci facciamo raccontare da lei quest'estate 2017 e vediamo come "la ragazza sempre in viaggio" sia riuscita a mettere a frutto la sua esperienza e le sue competenze professionali e a offrirle agli ospiti dell'hotel.

*"La mia estate in Salento è cominciata a maggio ed è terminata a fine settembre con una presenza quasi costante nei primi mesi e in settembre per intero in terra di Puglia. In termini di tempo però il mio impegno ha avuto inizio prima con la fase di progettazione e pianificazione per costruire un'offerta turistica valorizzata dalla qualità delle proposte culinarie declinate al wellness, da momenti di edutainment e di cooking show live".*

**Di che cosa ti sei occupata per il Vivosa Resort?**

*"Quando si parla stessa lingua non è difficile a intendersi, mi spiego: il Vivosa Resort aveva la necessità di dare un taglio ancora più deciso alla sua mission, vale a dire costruire una proposta di soggiorno in grado di coprire il tema benessere a 360° e insieme ci siamo riusciti creando il format healthy food, un format articolato e strutturato nei dettagli per soddisfare le esigenze di tutti con proposte salutistiche prevalentemente vegane ma non solo".*

**"Healthy Food"** è in sostanza un grande e originale contenitore reso ricco e intrigante da Paola Di Giambattista con laboratori a tema, corner degustazioni con consulenze individuali e di gruppo e l'attivazione di un infopoint nell'area ristorante del Vivosa Resort presidiato dalla stessa Di Giambattista che è stato a disposizione degli ospiti tutte le sere, dalle ore 19.30 alle 21.00, per informarli sulle proprietà del cibo servito a tavola e anche per consigli nutrizionali personalizzati.

Nello specifico, Paola Di Giambattista ha ideato anche un **Healthy Corner** con una proposta completa e variegata per rispondere ai diversi gusti e alle più svariate esigenze in tema alimentazione.

*"Nell'Healthy Corner a disposizione sia a colazione che durante i pasti, era presente un buffet vegan, cruelty free, gluten free e sugar free e una serie di pasti freschi basati su vari tipi di insalate e salse, sui piatti della tradizione leccese -pasta fatta in casa, carne e pesce preparati in maniera semplice e genuina-, con pane preparato utilizzando semi e farine integrali a KM 0, centrifughe detox, marmellate, yoghurt, formaggi e tanta frutta fresca!" racconta Paola Di Giambattista che prosegue "Unitamente all'Healthy Corner ho attivato delle vere e proprie **cooking lessons** in spiaggia a cui hanno preso parte tantissimi clienti del Vivosa Resort, adulti e bambini, il concetto utilizzato è stato quello dell'Edutainment ovvero educare a una sana e corretta alimentazione, a fare scoprire le caratteristiche e le proprietà di determinanti alimenti, il tutto in maniera divertente e piacevole".*

Il successo di questa proposta Paola Di Giambattista lo valuta sulla base della reazione dei bambini *"I piccoli ospiti del Vivosa Resort hanno talmente apprezzato i sapori delle nostre proposte culinarie tanto da richiederle poi durante i pranzi e le cene"* ci rivela con soddisfazione Paola di Giambattista che ha anche messo sulle pagine di un libro in qualità di *contributor* le sue competenze in tema di Energy Cooking e Antistress Food.

✘ **"Unique Antistress Experience-Il metodo internazionale per liberarsi dallo stress e vivere sereni** edito da Primiceri è un libro scritto a più mani; con l'autore Mirco Turco ho stretto amicizia circa 3 anni fa proprio in Salento, entrambi siamo docenti dell'Anti-stress Accademy, struttura che coordina tutte le attività di Wellbeing del Vivosa Resort compreso la parte executive, ovvero la parte business" racconta Paola Di Giambattista che poi sottolinea *"Mirco ed io siamo molto affini sulle tematiche relative al discorso antistress e il mio zampino nel libro riguarda la sezione food, gli alimenti cioè che contribuiscono al rilassamento"*.

Dopo la presentazione in anteprima a Marina d'Ugento in occasione dell'evento **"International Wellbeing Salento"** tenutosi domenica 24 settembre, **Unique Antistress Experience il metodo internazionale per liberarsi dallo stress e vivere sereni** che presto verrà tradotto in lingua inglese, sarà presentato durante l'autunno in altre location italiane.

Un'ultima domanda a Paola prima di lasciarla: **"E ora, conclusa la bellissima e gratificante esperienza al Vivosa Resort di Marina d'Ugento, cosa fai?"**

*"Mi concedo una vacanza e anche questa per coerenza sarà all'insegna del benessere non prima però di avere preso parte alla Spartan Race che si terrà il prossimo 28 ottobre a Taranto, mi metto in gioco per la seconda volta in questa corsa agli ostacoli di oltre 20 chilometri per la quale mi sono allenata durante tutta l'estate conciliando con metodo gli impegni lavorativi".*

In bocca al lupo Paola!

Ufficio Stampa Laura Ravasio – Nuova Comunicazione  
cell. 348 9330574 – email [ravasio@nuovacomunicazione.com](mailto:ravasio@nuovacomunicazione.com)  
[www.nuovacomunicazione.com](http://www.nuovacomunicazione.com)

<https://www.facebook.com/NuovacomunicazioneRimini/>