

ΒΗΜΑ *Magazino*

SPECIAL ISSUE

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

ΝΕΡΟ

**ΤΟ ΠΟΛΥΤΙΜΟΤΕΡΟ ΑΓΑΘΟ
ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΘΡΩΠΟ ΚΑΙ
ΟΛΟΚΛΗΡΟ ΤΟΝ ΠΛΑΝΗΤΗ**

**ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ
ΤΗΣ ΛΕΓΨΥΔΡΙΑΣ
ΕΙΝΑΙ ΤΕΡΑΣΤΙΟ ΑΥΤΟ
ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΤΩΝ
ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΥΨΗΛΩΝ
ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΩΝ.
ΠΟΣΟ ΒΟΗΘΟΥΝ ΟΙ
ΠΡΑΣΙΝΕΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΕΣ;**

PRECIOUS WATER ΠΗΓΕΣ, ΛΙΜΝΕΣ, ΠΟΤΑΜΙΑ, ΦΑΡΑΓΓΙΑ, ΛΟΥΤΡΟΠΟΛΕΙΣ, ΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΥΠΕΡΘΕΡΜΑΝΣΗ ΤΗΣ ΓΗΣ, Ο ΥΠΕΡΟΧΟΣ ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΕΠΙΚΙΝΔΥΝΟΣ ΚΟΣΜΟΣ ΤΩΝ ΑΓΡΙΩΝ ΖΩΩΝ, ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗ, ΤΕΧΝΗ, ΑΡΘΡΟΓΡΑΦΙΑ, ΗΛΕΚΤΡΟΚΙΝΗΣΗ, ΠΡΑΣΙΝΑ ΝΗΣΙΑ, ΒΙΩΣΙΜΗ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ



Η ΑΞΙΑ ΤΟΥ ΝΕΡΟΥ

Σε έναν πλανήτη που υπερθερμαίνεται, γίνεται ακόμη πιο επιτακτική η ανάγκη να προστατεύσουμε το πιο πολύτιμο και εύθραυστο στοιχείο της φύσης: το ζωογόνο ύδωρ.

ΑΠΟ ΤΟΝ ΓΙΩΡΓΟ ΝΑΣΤΟ

Ακόμη και αν κάποιος είχαν τις αμφιβολίες τους μέχρι πρόσφατα, εφέτος – με τα απανωτά ρεκόρ υψηλών θερμοκρασιών παγκοσμίως – έχει γίνει ξεκάθαρο ότι το κλίμα έχει αλλάξει και κανείς πλέον δεν μπορεί να αρνηθεί ότι η κλιματική αλλαγή αποτελεί ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα που αντιμετωπίζει η ανθρωπότητα σήμερα. Οι συνέπειες της υπερθέρμανσης του πλανήτη είναι ήδη εμφανείς σε πολλά μέρη του κόσμου και επηρεάζουν σχεδόν κάθε πτυχή της ζωής μας, από την υγεία και την οικονομία μέχρι την ασφάλεια των τροφίμων και την πρόσβαση σε καθαρό, πόσιμο νερό. Το νερό, μια βασική πηγή ζωής, βρίσκεται στο επίκεντρο των προκλήσεων αυτών, καθώς οι αλλαγές στο κλίμα επηρεάζουν τη διαθεσιμότητά του, την ποιότητά του και τη διανομή του. Δεν θα ήταν υπερβολή να πούμε ότι η κλιματική κρίση είναι πρωτίστως μια κρίση νερού. Νιώθουμε τις επιπτώσεις της με τις πλημμύρες

που γίνονται ολοένα και πιο καταστροφικές, με την άνοδο της στάθμης της θάλασσας και τη συρρίκνωση των παγετώνων, με τις μεγάλες πυρκαγιές και τις παρατεταμένες περιόδους ξηρασίας. Ωστόσο, το νερό μπορεί να πολεμήσει την κλιματική αλλαγή. Η βιώσιμη διαχείριση υδάτινων πόρων είναι κομβική για την οικοδόμηση της ανθεκτικότητας των κοινωνιών και των οικοσυστημάτων και για τη μείωση των εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα. Ολοι έχουν έναν ρόλο να επιτελέσουν – οι δράσεις σε ατομικό, οικογενειακό και ευρύτερο επίπεδο είναι ζωτικής σημασίας.

Το νερό και η κλιματική αλλαγή είναι άρρηκτα συνδεδεμένα. Τα ακραία καιρικά φαινόμενα καθιστούν το νερό πιο σπάνιο, πιο απρόβλεπτο, πιο ρυπασμένο ή και τα τρία μαζί. Αυτές οι επιπτώσεις σε όλον τον υδρολογικό κύκλο απειλούν την αειφόρο ανάπτυξη, τη βιοποικιλότητα και την πρόσβαση των ανθρώπων σε νερό και αποχέτευση. Οι πλημμύρες και η άνοδος της στάθμης της θάλασσας

μπορούν να μολύνουν τον υδροφόρο ορίζοντα με αλυρό νερό ή περιττώματα και να προκαλέσουν ζημιές στις υποδομές υδροδότησης και αποχέτευσης, όπως τα σημεία υδροδότησης, τα πηγάδια και οι μονάδες επεξεργασίας λυμάτων – το είδαμε και στη Θεσσαλία έντονα αυτό. Οι παγετώνες, οι πάγοι και τα χιονισμένα πεδία εξαφανίζονται γρήγορα. Το λιώσιμο των πάγων τροφοδοτεί πολλά από τα μεγάλα ποτάμια συστήματα. Μια αστάθεια στην κρυσταφαίρα μπορεί να επηρεάσει τη ρύθμιση των πόρων γλυκού νερού για τεράστιους αριθμούς ανθρώπων σε πεδινές περιοχές. Οι Ξηρασίες και οι πυρκαγιές αποσταθεροποιούν τις κοινότητες και προκαλούν κοινωνικές αναταραχές και μετανάστευση σε πολλές περιοχές. Η καταστροφή της βλάστησης και των δασών επιδεινώνει τη διάβρωση του εδάφους και μειώνει την αναπλήρωση των υπόγειων υδάτων,

αυξάνοντας την έλλειψη νερού και την επισιτιστική ανασφάλεια. Η αυξανόμενη ζήτηση για νερό αυξάνει την ανάγκη για ενεργό βόρες διαδικασίες άντλησης, μεταφοράς και επεξεργασίας του, και έχει συμβάλει στην υποβάθμιση των κρίσιμων υδατοεξαρτώμενων αποθηκών άνθρακα, όπως η τύρφη. Η υδροβόρα γεωργία και κτηνοτροφία για την παραγωγή τροφίμων, ιδιαίτερα κρέατος, και για την ανάπτυξη υλικών που χρησιμοποιούνται ως βιοκαύσιμα, μπορεί να επιδεινώσει περαιτέρω την έλλειψη νερού. Πρόκειται δηλαδή για έναν φαύλο κύκλο. Ολοι όσοι λοιπόν διαμορφώνουν τις πολιτικές για το κλίμα πρέπει να θέσουν το νερό στο επίκεντρο των σχεδίων δράσης, σε εθνικό και διεθνές επίπεδο. Η βιώσιμη διαχείριση των υδάτων βοηθά την κοινωνία να προσαρμοστεί στην κλιματική αλλαγή, χτίζοντας ανθεκτικότητα, προ-

Πανοραμική εικόνα της μεγαλύτερης μονάδας αφαλάτωσης στον κόσμο που βρίσκεται στο Ισραήλ.





«
Η αναδιάρθρωση της γεωργίας με την εισαγωγή άνυδρων καλλιεργειών που αντέχουν στην ξηρασία και η υιοθέτηση νέων μεθόδων ποτίσματος, όπως η στάγδην άρδευση, μπορούν να συμβάλουν στη βελτίωση της αποδοτικότητας χρήσης του νερού
 »



●
 Μικρό φράγμα σε δασική περιοχή της Ταϊλάνδης.

στατεύοντας την υγεία και σώζοντας ζωές. Επίσης, μετριάξει την ίδια την κλιματική αλλαγή, προστατεύοντας τα οικοσυστήματα και μειώνοντας τις εκπομπές άνθρακα από τη μεταφορά και την επεξεργασία νερού και το δίκτυο αποχέτευσης. Κάποιες λύσεις περιλαμβάνουν την αποθήκευση άνθρακα, την προστασία φυσικών φραγμάτων, την αποτελεσματική συγκομιδή βρόχινου νερού, την προώθηση μιας γεωργίας που είναι φιλική προς το κλίμα και την επαναχρησιμοποίηση υδάτων και αξιοποίηση υπογείων υδάτων. Οι ατομικές και οικογενειακές δράσεις είναι ζωτικής σημασίας εδώ. Μπορούμε, για παράδειγμα, να καλλιεργήσουμε τα δικά μας φρούτα και λαχανικά ή να αγοράσουμε τοπικά παραγόμενα προϊόντα, καθώς τα προϊόντα συχνά μεταφέρονται στα παντοπωλεία από μακριά με φορτηγά, τα οποία προσθέτουν περισσότερο διοξείδιο του άν-

θρακα στην ατμόσφαιρα. Μπορούμε επίσης να περπατήσουμε ή να κάνουμε ποδήλατο αντί να οδηγούμε αυτοκίνητο. Σε μεγαλύτερη κλίμακα, οι βιομηχανίες που εξαρτώνται από τα ορυκτά καύσιμα πρέπει να κάνουν τη μετάβαση σε ανανεώσιμες, καθαρότερες πηγές ενέργειας για να επηρεάσουν θετικά την πορεία προς ένα μέλλον πιο φιλικό στον πλανήτη Γη. Γιατί μόνο μέσα από την καινοτομία, τη συνεργασία και τη βιώσιμη διαχείριση των υδάτων μπορούμε να διασφαλίσουμε ότι θα υπάρχει καθαρό νερό για τις μελλοντικές γενιές.

● Η ελληνική περίπτωση και το παράδειγμα των χωρών του Κόλπου

Η χώρα μας, με το ποικιλόμορφο τοπίο της και το πλούσιο υδάτινό της δίκτυο, αντιμετωπίζει σημαντικές προκλήσεις εξαιτίας της κλιματικής αλλαγής. Οι βροχοπτώσεις έχουν μειωθεί, ενώ



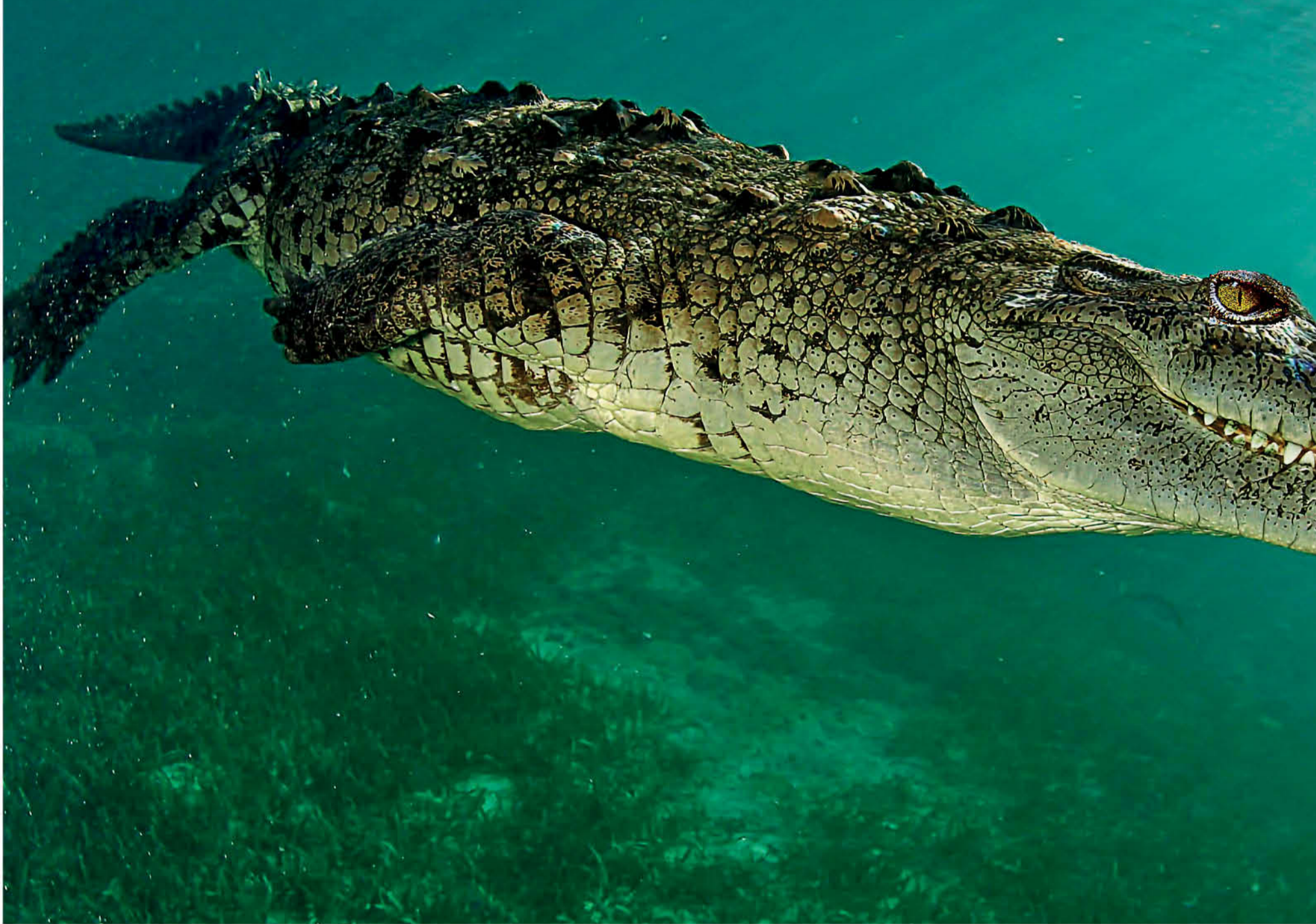
●
 Ηλιακά πάνελ χάρη στα οποία μπορούν να λειτουργήσουν υπόγειες αντλίες νερού για άρδευση και διανομή του ύδατος σε ορυζώνες στη δυτική Βεγγάλη στην Ινδία.

η συχνότητα και η ένταση των ακραίων καιρικών φαινομένων, όπως οι καύσωνες και οι ξηρασίες, έχουν αυξηθεί. Οι περιοχές που πλήττονται περισσότερο είναι οι νησιωτικές, ιδιαίτερα τα νησιά του Αιγαίου, όπου η πρόσβαση σε καθαρό νερό ήταν ανέκαθεν περιορισμένη. Ειδικά στις

Κυκλάδες, η έλλειψη υδάτινων πόρων είναι έντονη. Οι ανάγκες για νερό αυξάνονται κατακόρυφα λόγω του τουρισμού, ειδικά τους θερινούς μήνες, ενώ οι τοπικές πηγές νερού δεν επαρκούν. Ταυτόχρονα, οι αυξημένες θερμοκρασίες και η μειωμένη βροχόπτωση κατά τη διάρκεια του χειμώνα επιδεινώνουν την κατάσταση. Η αλατότητα των εδαφών και των υπόγειων υδάτων αυξάνεται, κάνοντας το διαθέσιμο νερό μη πόσιμο και επηρεάζοντας την αγροτική παραγωγή. Από τη μία πλευρά, έχουμε την εκρηκτική αύξηση της τουριστικής κίνησης, την οποία ακολουθεί η άνοδος της οικιακής κατανάλωσης. Από την άλλη πλευρά, κανείς δεν μπορεί να κλείσει τα μάτια στην ανομβρία. Όπως διαβάζουμε σε διάφορα ρεπορτάζ, τα μικρά νησιά του Αιγαίου έχουν ξεκινήσει εφέτος την τουριστική σεζόν με τις λιμνοδεξαμενές τους άδειες, με τις γεωτρήσεις να «βγάζουν» υφάλμυρο νερό και τη σχέση εξάρτησης από τις αφαλατώσεις να γίνεται ολοένα και πιο ισχυρή. Πρώτο «θύμα» αυτής της δύσκολης συνθήκης είναι η οποία γεωργική παραγωγή έχει απομεί-

● Ο θαλάσσιος κροκόδειλος είναι το μεγαλύτερο ερπετό αυτή τη στιγμή στον πλανήτη.

Υπολογίζεται ότι υπάρχουν συνολικά περισσότερα από 1,5 εκατομμύρια είδη στον κόσμο, αλλά ποιο είναι το πιο «επικίνδυνο» από όλα για τον άνθρωπο, πλην βεβαίως του ίδιου του ανθρώπου;



● Ανάμεσα στα πιο «επικίνδυνα» πλάσματα για τον άνθρωπο συγκαταλέγονται τα φίδια, τα οποία ευθύνονται για 138.000 θανάτους τον χρόνο.

ΑΠΟ ΤΗΝ ΕΡΗ ΒΑΡΛΑΚΗ

Σε μια εποχή που το ζωικό βασίλειο εκπέμπει SOS, που σχεδόν ένα εκατομμύριο είδη πανίδας και χλωρίδας είναι πιθανό να εξαφανιστούν μέσα στις επόμενες δεκαετίες με κύριο υπαίτιο φυσικά τον άνθρωπο, σύμφωνα με την IPBES, τη Διακυβερνητική Πλατφόρμα Επιστήμης-Πολιτικής για τη Βιοποικιλότητα και τις Υπηρεσίες Οικοσυστημάτων, ακούγεται μάλλον οξύμωρο να μιλάει κανείς για το πιο «επικίνδυνο» ον στον πλανήτη, εννοώντας δηλαδή εκείνο που σκοτώνει τους περισσότερους ανθρώπους κάθε χρόνο. Βέβαια, τελικά ακόμη και μία τέτοια λίστα μπορεί να έχει ενδιαφέρον κυρίως όταν έρχεται να ανατρέψει μύθους και στερεότυπα. Για παράδειγμα, στο top 10 των πιο «επικίνδυνων» ζώων του πλανήτη δεν συναντάμε τον καρχαρία, αυτό

το πλάσμα που η βιομηχανία του σινεμά μάλλον έχει αδικήσει, παρουσιάζοντάς το ως μια αδίστακτη φονική μηχανή που διψά για ανθρώπινο αίμα.

Το φονικό Anopheles

Στην πρώτη θέση λοιπόν, σύμφωνα τουλάχιστον με το περιοδικό επιστήμης και τεχνολογίας «BBC Science Focus», βρίσκεται το ταπεινό κουνούπι. Ναι, το κουνούπι είναι το πιο επικίνδυνο πλάσμα στον πλανήτη, καθώς σύμφωνα με το δημοσίευμα σκοτώνει 725.000 ανθρώπους ετησίως μέσω της εξάπλωσης ασθενειών όπως η ελονοσία.

Μάλιστα, αυτό το μικροσκοπικό έντομο έχει κατευθύνει την πορεία της ανθρωπίνης Ιστορίας σε πολλές περιπτώσεις, έχοντας, για παράδειγμα, ουσιαστική «παρουσία» σε κοσμογονικά γεγονότα όπως η Αμερικανική Επανάσταση.

ΤΑ ΠΙΟ «ΘΑΝΑΣΙΜΑ»



Είναι μάλλον δύσκολο να φανταστεί κανείς ότι το μεγαλύτερο ίσως πλεονέκτημα του στρατηγού Τζορτζ Ουάσιγκτον υπήρξε το κουνούπι Απορθελες, το οποίο εξουδετέρωσε τη μαχητική αποτελεσματικότητα των «άπειρων» βρετανικών δυνάμεων που διοικούσε ο στρατηγός Τσαρλς Κορνουάλις κατά τη διάρκεια της τελικής εκστρατείας στον Νότο. Είναι χαρακτηριστικό ότι μέχρι το φθινόπωρο του 1780, ο ίδιος ο Κορνουάλις ανέφερε ότι τα συντάγματά του είχαν «σακατευτεί» από την ελονοσία. Μάλιστα, την άνοιξη του 1781, προχώρησε το μεγαλύτερο μέρος του νοσούντος στρατού του βόρεια προς τη Βιρτζίνια «για να τον προφυλάξει από τη θανατηφόρα ασθένεια». Τον Αύγουστο του ίδιου έτους οι βρετανικές δυνάμεις υποχώρησαν στο Γιόρκταουν, που βρισκόταν κατά μήκος των εκβολών και των υγροτόπων των ποταμών Τζέιμς και Γιουρκ. Ήταν και η καλύτερη εποχή του χρόνου για να επιτεθεί στους Βρετανούς ο μεγαλύτερος σύμμαχος του Ουάσιγκτον: το κουνούπι Απορθελες. Ακόμη και σήμερα δύομιση αιώνες μετά την Αμερικανική Επανάσταση, η ελονοσία εξακολουθεί να αποτελεί απειλή, με την Αφρική να αντιπροσωπεύει το 95% των κρουσμάτων και το 96% των θανάτων παγκοσμίως.

«Καταραμένος» όφις

Ανάμεσα στα πιο «επικίνδυνα» πλάσματα για τον άνθρωπο συγκαταλέγονται τα φίδια, τα οποία ευθύνονται για 138.000 θανάτους ανθρώπων τον χρόνο. Επικίνδυνα είδη φιδιών υπάρχουν σε όλες τις περιοχές του πλανήτη και μπορούν να σκοτώσουν με διαφορετικούς και βάνουσους τρόπους. Η μαύρη μάμπα, για παράδειγμα, που ενδημεί σε περιοχές της υποσαχάριας Αφρικής (είναι το δεύτερο μεγαλύτερο σε μήκος δηλητηριώδες φίδι μετά τη βασιλική κόμπρα, με τα ώριμα ερπετά να ξεπερνούν τα 2 μ.), μπορεί να σκοτώσει έναν άνθρωπο με μόλις δύο σταγόνες δηλητηρίου, ενώ οι πύθωνες μπορούν να καταπιούν ολόκληρο έναν πλήρως ανεπτυγμένο ενήλικο. Συγκεκριμένα, επιτίθενται τυλίγοντας το μακρύ σώμα τους γύρω από το θήραμά τους και το σφίγγουν, πνίγοντάς το και σπάζοντας τα οστά του. Στη συνέχεια, χρησιμοποιούν τα «ελαστικά» σαγόνια τους για να το καταπιούν ολόκληρο.

Βέβαια, οι πιο συνηθισμένοι θάνατοι ανθρώπων από φίδι οφείλονται σε δηλητηριώδη τομπήματα. Ακόμη όμως και οι τυχεροί που θα επιβιώσουν αυτών μπορεί να αντιμετωπίσουν ακρωτηριασμό «και



● Ο αυτοκρατορικός σκορπιός, που ενδημεί στα τροπικά δάση και τις σαβάνες της Δυτικής Αφρικής, αποτελεί έναν από τους μεγαλύτερους του είδους στον κόσμο.

άλλες μόνιμες αναπηρίες», σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας.

Θάνατος από λύσσα

Θα μπορούσε να φανταστεί κανείς ότι ανάμεσα στα πιο επικίνδυνα είδη για τον άνθρωπο συγκαταλέγεται και ο σκύλος; Ναι, ο πιστότερος φίλος του ανθρώπου φαίνεται να ευθύνεται για 59.000 θανάτους τον χρόνο. Για να μην υπάρχουν παρεξηγήσεις, πρόκειται για μολύνσεις από λύσσα. Οι θάνατοι από επιθέσεις σκύλων είναι ασυνήθιστοι, όμως οι θάνατοι ανθρώπων από λύσσα που μεταδίδεται μέσω δαγκώματος δεν είναι ανήκουστοι, και λαμβάνουν χώρα κυρίως σε φτωχές περιοχές του κόσμου, όπως η Αφρική και η Ασία. Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, «οι σκύλοι είναι η κύρια πηγή θανάτων από λύσσα στον άνθρωπο, συμβάλλοντας έως και στο 99% όλων των μεταδόσεων».

Τριατομίνες, οι άγνωστες

Στη λίστα περιλαμβάνεται και ένα άγνωστο στους περισσότερους «αιμοδιψές» έντομο, οι τριατομίνες, που συνδέονται με 10.000 θανάτους ανθρώπων κάθε χρόνο. Ο λόγος; Αποτελούν έναν από τους κύριους φορείς εξάπλωσης της ασθένειας Chagas, η οποία μπορεί να είναι θανατηφόρα και αποτελεί πραγματική απειλή στην Κεντρική και Νότια Αμερική. Η νόσος Chagas, γνωστή και ως αμερικανική τρυπανοσωμίαση, οφείλεται στο παράσιτο *Trypanosoma cruzi*. Τα συμπτώ-

● Ο ιπποπόταμος συνδέεται με τους θανάτους 500 ανθρώπων τον χρόνο.

● Κουνούπι τίγρης επί το έργον.



● Οι Tamina Therme είναι το συγκρότημα spa γύρω από το οποίο χτίστηκε το πολυτελές θέρετρο.



ΠΗΓΗ ΖΩΗΣ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑΣ



● Το Grand Resort Bad Ragaz, όπως φαίνεται φωτογραφημένο από ψηλά.

Στο Grand Resort Bad Ragaz η θεραπευτική δύναμη του νερού συναντά την «ήσυχη» πολυτέλεια για να δημιουργήσουν έναν ειδυλλιακό προορισμό για όσους αναζητούν ανακούφιση από ιατρικές παθήσεις και θέλουν να μειώσουν το άγχος τους ή να βιώσουν μια χαλαρωτική εμπειρία με φόντο το υπέροχο φυσικό τοπίο των Ελβετικών Αλπεων.

ΑΠΟ ΤΗΝ
ΝΤΙΑΝΑ ΚΑΡΤΣΑΓΚΟΥΛΗ

Το νερό και η αναζωογονητική του δύναμη είναι ο κεντρικός άξονας της δημιουργίας του Grand Resort Bad Ragaz. Χτισμένο στην κοιλάδα του Σανκτ Γκάλεν του Ρήνου, μόλις μιάμιση ώρα με το τρένο από το κέντρο της Ζυρίχης, σε ένα μέρος που αποτελούσε προορισμό για ιαματικά λουτρά ήδη από τον Μεσαίωνα – συγκεκριμένα από το 1242 που ανακαλύφθηκε από κυνηγούς μια θερμή πηγή στο κοντινό φαράγγι Ταμίνα (αργότερα Βενεδικτινοί μοναχοί σε παρακείμενο μοναστήρι αναγνώρισαν τις ιαματικές της ιδιότητες) –, το πολυτελές θέρετρο με τα διαφορετικά ξενοδοχεία (Grand Hotel Quellenhof, Spa Suites, Grand Hotel Hof Ragaz, Palais Bad Ragaz) έχει αναβαθμίσει μέσα στους αιώνες τις υπηρεσίες του σε κάθε τομέα, από τα προηγμένα spa έως τα «μισελενάτα» εστιατόρια, που διαθέτουν μέχρι και σομελιέ νερού!

Ολα είχαν ως αφετηρία τους τις θερμές πηγές του φαραγγιού, το νερό του οποίου αναδύεται σε σταθερή θερμοκρασία λίγο πάνω από τους 36°C και φημίζεται για τις θεραπευτικές του ιδιότητες (είναι πλούσιο σε μέταλλα και πιστεύεται ότι βοηθά στη θεραπεία των ρευματικών και νευρολογικών παθήσεων, στην

επιτάχυνση του μεταβολισμού, στην αποτοξίνωση, προάγοντας την υγεία και την ευεξία). Και παρόλο που τα ιαματικά λουτρά είναι από μόνα τους αξιοθέατο, η φυσική ομορφιά που περιβάλλει το Grand Resort Bad Ragaz με φόντο τις μαγευτικές Ελβετικές Άλπεις προσθέτει πόντους στη συνολική εμπειρία.

Με πρωταγωνιστή το υδάτινο στοιχείο

Το Grand Resort Bad Ragaz είναι ένα από τα παλαιότερα θέρετρα για θεραπείες spa σε ολόκληρο τον κόσμο, με το πρώτο ξενοδοχείο των εγκαταστάσεων, το Grand Hotel Quellenhof, σε σχέδια του αρχιτέκτονα Μπέρνχαρντ Σιμόν (1816-1900), να έχει χτιστεί το 1869. Εχοντας αποκτήσει τα αποκλειστικά δικαιώματα χρήσης του νερού από τις ιαματικές πηγές (μια συμφωνία που συνεχίζεται σήμερα), ο Σιμόν σχεδίασε πρώτα την πισίνα Helena, και στη συνέχεια έχτισε το ξενοδοχείο γύρω από αυτήν. Η πισίνα αμέσως αποτέλεσε πόλο έλξης για την ελίτ της εποχής, τα μέλη της οποίας έσπευδαν να επωφεληθούν από τα φυσικά θερμά νερά, τα οποία εκτός από τις σωματικές, θεωρούνταν ότι θέραιναν και τις ψυχικές παθήσεις (ειδικά οι ρώσοι γαλαζοαίματοι ήταν από τους πιο γνωστούς θαμώνες του θερέτρου).

Η καρδιά και του σύγχρονου resort εξακολουθεί να χτυπά



στις ιαματικές πηγές. Οι Tamina Therme, ένα σύγχρονο συγκρότημα spa έκτασης 8.600 τετραγωνικών μέτρων, βρίσκονται στο επίκεντρο του ενδιαφέροντος, καθώς συνδυάζουν υπηρεσίες με παραδοσιακές πρακτικές ευεξίας και σύγχρονη τεχνολογία και πολυτέλεια. Στις υπέροχες εγκαταστάσεις λειτουργούν μια σειρά από ειδικές πισίνες, σάουνες, ατμόλουτρα, χαμάμ, ακόμη και το αυθεντικό Helena Bath, ειδικά διαμορφωμένο για να ανταποκρίνεται στις απαιτήσεις της σημερινής εποχής, χωρίς να χάνει την μπαρόκ αισθητική του. Στις Tamina Therme λειτουργούν και ειδικές σουίτες spa, στις οποίες το ιαματικό νερό κυλά από τις βρύσες και τα ντους. Οι επισκέπτες μπορούν να απολαύσουν μια σειρά από θεραπείες, η καθεμία σε διαφορετικές θερμοκρασίες και ρυθμίσεις.

Το resort διαθέτει και μια επιλογή από σάουνες (μεταξύ άλλων φινλανδική, αρωματική και bio-sauna), με διαφορετικά επίπεδα θερμότητας και υγρασίας, ενώ τα ατμόλουτρα, εμπλουτισμένα με αιθέρια έλαια, παρέχουν μια υπέροχη ατμόσφαιρα που είναι ιδιαίτερα ευεργετική για την υγεία του αναπνευστικού συστήματος και την αναζωογόνηση του δέρματος. Η υδροθεραπεία στο Bad Ragaz περιλαμβάνει θεραπευτικά λουτρά, υποβρύχια μασάζ και watsu (υδάτινο σιάτσου). Αυτές οι θεραπείες χρησιμοποιούν τα ιαματι-

● **Επάνω:** Η αρχική πισίνα, Helena's Bath, που είχε κατασκευάσει ο αρχιτέκτονας του πρώτου Ξενοδοχείου, Μπέρνχαρντ Σιμόν.
Κάτω: Μία από τις σάουνες των Tamina Therme.

