

Hotelijersko-turistička škola Opatija
Drage Gervaisa 2, 51410 Opatija

hts@ss-hotelijersko-turisticka-opatija.skole.hr

hts.opatija@gmail.com

22. mednarodni festival Več znanja za več turizma na temo T&T: Tradicija v trendu

Tradicija i wellness

Učenice:

Lucija Damjanović, Leona Marjanović, Marina Slavnić, Iva Marija Štrbić

Mentorice:

Ksandra Sinožić, prof., Marina Ivančić Komadina, prof.

Contents

POVIJEST WELLNESSA U OPATIJI.....	3
POZNATE POVIJESNE LIČNOSTI U OPATIJI	3
<i>CARICA SISSY</i>	3
<i>ISADORA DUNCAN</i>	4
OPIS NAŠIH PROIZVODA.....	5
IzzyPizzy (Isadora+peeling)	5
Sissy's Lips	6
PROMOCIJA.....	7
ZAKLJUČAK	8
LITERATURA	9
PRILOZI	10

POVIJEST WELLNESSA U OPATIJI

Wellness u Opatiji ima dugu i zanimljivu povijest koja je povezana s razvojem turizma u tom gradu. Opatija je, naime, bila popularno odredište za aristokraciju i visoko društvo već u 19. stoljeću, kad je postala poznata po svojim lječilištima i luksuznim hotelima. Grad se tada zvao "Austro-Ugarska rivijera" i bio je popularan među bogatima koji su dolazili zbog blage klime, čistog zraka i prirodnih ljepota.

Iako wellness kao takav, u današnjem smislu, nije postojao prije 100 ili više godina, mnoge stvari koje danas povezujemo s wellnessom, poput masaža, termalnih kupki i relaksacije, bile su popularne već tada. Naime, Opatija je bila poznata po svojim lječilištima koja su koristila blagodati mora, zdravog zraka i prirodnih izvora.

Početak 20. stoljeća, s razvojem turizma, Opatija je postala sve važnije europsko odredište za opuštanje i obnovu zdravlja. Ljudi su dolazili kako bi se oporavili od bolesti ili se jednostavno opustili i uživali u prirodi.

U novije vrijeme, wellness industrija u Opatiji je još više razvijena, a grad je postao poznat po luksuznim wellness centrima u hotelima, sa širokom ponudom usluga poput masaža, termalnih tretmana, sauni, i zdravih prehrambenih opcija. Mnogi hoteli i spa centri koriste blagodati Opatijskog kraja, kao što su blaga mediteranska klima i prirodni resursi, da bi stvorili savršeno okruženje za opuštanje i regeneraciju.

Od lokalnih resursa u wellness tretmanima se često koriste i autohtoni proizvodi poput maslinovog ulja, lavande i mediteranskih biljaka.

Danas Opatija nije samo povijesno i kulturno bogat grad, već i mjesto gdje ljudi dolaze radi zdravlja i opuštanja, a wellness je postao važan dio turističke ponude.

POZNATE POVIJESNE LIČNOSTI U OPATIJI

CARICA SISSY

Carica Sissy je bila bezvremenska trendsetterica i sve što je radila bilo je interesantno javnosti. Možemo se pohvaliti da je u veljači 1886. posjetila Opatiju i tu provela Valentinovo potajice, ne želeći se eksponirati. Doplovila je jahtom i oduševila se sorbetom od opatijskih ljubičica koji su joj ponudili hotelijeri.

Njezin lik je idealan za promociju turističke destinacije i marketinga. Moglo bi se reći da je taj posjet važniji od dolaska poznatih celebritija danas. Ljudi su bili očarani ikonom svog vremena. Poznato je da je carica voljela tretmane ljepote. Posebnu pažnju posvećivala je njezi prekrasne duge kose i to je trajalo 3 sata dnevno. Carica je bila jedna od najljepših žena svog doba. Osim ljepote važno je bilo i obrazovanje i čitala je Shakespearea, pisala je poeziju i učila strane jezike.

Naša ideja je da se za vrijeme wellness tretmana klijentima ponudi nešto što bi mogli proučiti npr. o povijesti Opatije, očaravajućim biljkama iz opatijskog parka, gastronomiji, običajima i sl.

Carica je spavala bez jastuka, kupala se u maslinovom ulju i na lice je nanosila masku od jagoda. Prekrasnu dugu kosu prala je mješavinom jaja i konjaka, nakon čega je trebao cijeli dan kako bi se kosa osušila. Koristila je creme celeste koja se sastojala od voska, bademovog ulja, ružine vodice...

Sve ove sastojke u različitim kombinacijama možemo danas ponuditi u beauty tretmanima.

Povezivanje poznate osobe i onoga što nudimo je korisno za naš brend. Ako je nešto koristila najljepša žena u carstvu sigurni smo da će privući pažnju klijenata. Ovu temu smo odabrale i proučavale jer je uvijek aktualna. Ljudi su od davnina koristili tretmane za pomlađivanje i poboljšavanje zdravlja.

ISADORA DUNCAN

Isadora Duncan, američka plesačica i začetnica modernog plesa, ostavila je neizbrisiv trag u umjetničkom svijetu. Njezina posjeta Opatiji bila je važan kulturni događaj koji je ostao zapamćen po jedinstvenoj energiji i inspiraciji koju je donijela.

Početkom 20. stoljeća, Opatija je bila poznata kao mondano odmaralište europske aristokracije i umjetnika. Isadorin dolazak izazvao je veliko zanimanje lokalne zajednice. Njezina osobnost i slobodan duh savršeno su se uklopili u duh Opatije, koja je već tada bila sinonim za eleganciju i umjetničku sofisticiranost.

Tijekom svog boravka, Isadora je izvela nekoliko plesnih točaka u prirodnom okruženju, koristeći plaže i parkove Opatije kao svoju pozornicu. U svojim nastupima kombinirala je jednostavne pokrete s dubokom emocionalnom izražajnošću, odražavajući vlastiti pristup umjetnosti koji je odbacivao stroga pravila baleta u korist spontanosti i individualnosti. Priča se da su gledatelji bili očarani njezinim nastupima, koji su slavili prirodu i slobodu.

Osim svojih izvedbi, Isadora je uživala u šetnjama uz Lungomare, diveći se ljepoti Jadranskog mora i mediteranskog krajolika. Inspiraciju koju je pronašla u Opatiji kasnije je ugradila u svoj rad, smatrajući ovo mjesto jednim od onih koje su dodatno oblikovale njezin umjetnički izričaj.

Isadora Duncan u Opatiji nije bila samo umjetnica, već simbol promjene i hrabrosti u vremenu koje je tek počinjalo prepoznavati značaj slobodne kreativnosti. Njezin posjet ostao je zapisan u povijesti ovog grada kao trenutak kada je svjetska umjetnost pronašla svoj odraz u ljepoti hrvatskog priobalja.

Za naš novi proizvod, peeling koji će se koristiti u wellnessu, inspiraciju smo pronašli u Isadori Duncan, ikoni slobode, prirodnosti i povezanosti s tijelom i duhom. Isadora je odbacila kruta pravila klasičnog baleta i zagovarala povratak prirodnim pokretima, harmoniji i jednostavnosti. Slično tome, naš peeling temelji se na prirodnim sastojcima i filozofiji njege koja neguje tijelo, ali i dušu.

Baš kao što je Isadora pronalazila inspiraciju u prirodi, naš proizvod obogaćen je ekstraktima mediteranskog bilja i minerala koji su simbol Opatijskog kraja. Njegova svrha nije samo uklanjanje mrtvih stanica kože, već poticanje osjećaja slobode, obnove i revitalizacije – emocija koje su bile središte Isadorine umjetnosti. Naš peeling omogućuje korisnicima da kroz ritual njege osjete povezanost s prirodom i vlastitim tijelom, baš kao što je Isadora kroz svoj ples.

OPIS NAŠIH PROIZVODA

U današnjem svijetu sve veća pažnja posvećuje se prirodnoj njezi i ekološkim proizvodima koji ne samo da njeguju tijelo, već i čuvaju okoliš. Peeling od lovora i cimeta, te balzam za usne od pitospore i maslinovog ulja, savršeni su primjeri takvih proizvoda koji kombiniraju snagu prirode u svrhu očuvanja zdravlja kože i usana.

Ovi proizvodi nisu samo učinkoviti, već i odražavaju sve veću potrebu za svjesnim izborima u svakodnevnoj njezi, usmjerenima na prirodnost, ekološku odgovornost i održivost.

IzzyPizzy (Isadora+peeling)

Peeling od lovora i cimeta je spoj dva izuzetna prirodna sastojka koja već stoljećima koriste za svoje ljekovite i kozmetičke osobine. Lovor je bogat vitaminima, mineralima i antioksidansima, što ga čini savršenim saveznikom u čišćenju kože, smanjenju iritacija te borbi protiv upalnih procesa. Cimet, s druge strane, poznat je po svojim antibakterijskim svojstvima, ali i kao prirodni ekfolijator koji pomaže uklanjanju mrtvih stanica s kože, čineći je glatkom i svježom.

Potrebni sastojci:

2 žlice mljevenog cimeta

1 žlica mljevenog lovorovog lista

2 žlice smeđeg šećera ili krupne morske soli

2-3 žlice kokosovog ulja (ili maslinovog ulja za hidrataciju)

Postupak:

1. Priprema lovorovog praha: Ako nemate mljeveni lovor, osušene listove možete samljeti u mlincu za kavu ili ih usitniti u mužaru dok ne dobijete fini prah.

2. Miješanje: U posudu dodajte cimet, mljeveni lovor i smeđi šećer ili morsku sol. Dobro promiješajte.

3. Dodavanje ulja: Dodajte kokosovo ulje (ako je u krutom stanju, lagano ga otopite). Smjesa treba biti dovoljno gusta za nanošenje, ali ne previše suha. Prilagodite količinu ulja po potrebi.

4. Čuvanje: Piling možete spremati u staklenku s poklopcem i koristiti nekoliko tjedana, ako ga držite na hladnom i suhom mjestu.

Upotreba:

Nanesite piling na vlažnu kožu kružnim pokretima, fokusirajući se na grublje dijelove kože poput laktova, koljena i stopala.

Nježno masirajte 2-3 minute.

Isperite toplom vodom i nanesite hidratantnu kremu.

Zajedno, ovi sastojci ne samo da čiste, već i poboljšavaju cirkulaciju, revitalizirajući kožu i pružajući joj zdrav i mladenački izgled. S obzirom na svoje prirodne sastojke, ovaj peeling također ima aromaterapijski učinak. Ugodna, toplina cimeta donosi osjećaj opuštanja, dok lovor svojim mirisom smiruje i umiruje kožu. Peeling od lovora i cimeta idealan je za one koji žele dubinski očistiti kožu, ali i pružiti si trenutke opuštanja i njege.

Sissy's Lips

Balzam od pitospore (Pittosporum) nije uobičajen recept jer se biljka rijetko koristi u kozmetici. Pittosporum biljke imaju mirisne cvjetove i listove, a neka ulja iz njih mogu biti aromatična. Međutim, prije nego što ga koristite za balzam, potrebno je provjeriti sigurnost za kožu jer nisu svi dijelovi biljke sigurni za primjenu.

Potrebni sastojci:

1 šalica sušenih cvjetova ili listova Pittosporuma (dobro provjerenih i čistih)

1/2 šalice baznog ulja (maslinovo, bademovo ili kokosovo ulje)

2 žlice pčelinjeg voska (za teksturu balzama)

Opcionalno: nekoliko kapi esencijalnog ulja lavande ili naranče (za miris i dodatna svojstva)

Postupak:

1. Priprema: Stavite suhe cvjetove ili listove Pittosporuma u staklenku i prelijte baznim uljem. Ulje treba prekriti biljnu materiju. Zatvorite staklenku i ostavite je na toplom, sunčanom mjestu 1-2 tjedna kako bi se miris i svojstva biljke upili u ulje. Povremeno protresite staklenku.

2. Cijedenje ulja: Nakon 1-2 tjedna, procijedite ulje kroz gazu ili fino sito kako biste uklonili biljne dijelove.

3. Priprema balzama: U lončiću ili na laganoj vatri) otopite pčelinji vosak. Dodajte procijeđeno ulje Pittosporuma i miješajte dok se sve ne sjedini. Ako želite, dodajte nekoliko kapi esencijalnog ulja za dodatni miris.

4. Hlađenje i čuvanje: Dobivenu smjesu izlijte u čiste staklenke ili limenke. Ostavite da se balzam potpuno ohladi i stvrdne. Čuvajte na hladnom i suhom mjestu.

Upotreba:

Balzam možete koristiti za njegu suhe kože, ispucalih usana ili kao mirisni balzam za tijelo.

Važna napomena:

Prije izrade i upotrebe, provjerite alergijske reakcije testiranjem ulja ili balzama na malom dijelu kože. Također, osigurajte da biljka Pittosporum koju koristite nije toksična ili iritantna u dodiru s kožom. Ako niste sigurni, konzultirajte stručnjaka za biljke ili aromaterapiju

Balzam za usne od pitospore i maslinovog ulja pruža duboku hidrataciju i zaštitu usana. Maslinovo ulje, koje je poznato po svojoj hranjivoj moći, obnavlja i štiti usne, čineći ih mekim i glatkim. Pitospora, biljka koja se koristi u tradicionalnoj medicini, ima umirujuće djelovanje na kožu, što ga čini idealnim za popucale i suhe usne. Ovaj balzam ne samo da pruža svakodnevnu njegu, već usnama daje i prirodnu zaštitu od vanjskih utjecaja poput vjetra i hladnoće. Balzam je lagan za nanošenje i brzo se upija, čineći usne mekim, hidratiziranim i nahranjenim. Zbog svojih prirodnih sastojaka, balzam je odličan za sve tipove kože, a posebice za osjetljive i suhe usne, kojima pruža dugotrajnu hidrataciju.

PROMOCIJA

Promocija prirodnih kozmetičkih proizvoda: peelinga od lovora i cimeta te balzama za usne od pitospore i maslinovog ulja.

Promocija ovih proizvoda temelji se na edukaciji potrošača o prednostima prirodnih sastojaka. Kroz priču o svakom od njih, možemo naglasiti njihov dugovječni učinak u tradicijama ljepote i zdravlja.

Peeling od lovora i cimeta i balzam za usne od pitospore i maslinovog ulja savršeni su primjeri kako prirodni sastojci mogu biti učinkoviti, sigurni i ekološki prihvatljivi.

Za uspješnu promociju ovih proizvoda važno je koristiti različite marketinške kanale. Na društvenim mrežama poput Instagrama i Facebooka, vizualni sadržaji poput fotografija i videozapisa koji prikazuju proizvode u upotrebi mogu privući pažnju potrošača.

Također, suradnja s influencerima i ambasadorima brenda može pomoći u širenju svijesti o proizvodima, jer oni svojim iskustvom mogu pokazati prednosti ovih prirodnih kozmetičkih proizvoda. Uz to, edukativni blogovi i članci o koristima lovora, cimeta, maslinovog ulja i pitospore, mogu pomoći u informiranju kupaca o specifičnostima svakog od sastojaka, potičući ih da se odluče za prirodnu njegu koja je prijateljski nastrojena prema njihovoj koži i

okolišu. Korištenje pozitivnih recenzija zadovoljnih korisnika također može značajno povećati povjerenje u proizvode.

Posebne ponude, poput besplatnih uzoraka ili popusta za prve kupce, mogu potaknuti interes, dok suradnje s lokalnim trgovinama i sajmovima jačaju prisutnost na tržištu. Osim toga, atraktivno i ekološki prihvatljivo pakiranje naglašava predanost prirodnim vrijednostima.

Važno je graditi odnos s kupcima, poticati ih da dijele svoja iskustva i povratne informacije, čime se jača povjerenje u brend. S ovakvim pristupom, ovi jedinstveni proizvodi mogu osvojiti srca kupaca i postati omiljeni dio njihove njege.

Zaključno, peeling od lovora i cimeta, te balzam za usne od pitospore i maslinovog ulja, nisu samo kozmetički proizvodi – oni su simbol zdravlja, prirodnosti i pažnje prema okolišu. Njihova promocija mora biti usmjerena na stvaranje svijesti o tome koliko su važni naši svakodnevni izbori i kako prirodni proizvodi mogu postati ključ za očuvanje ljepote i zdravlja kože.

ZAKLJUČAK

Istraživanja predviđaju da će zdravlje i dugovječnost i dalje biti dominantan trend u wellnessu u 2025. godini. U lječilištima je sve popularnija analiza DNK i programi liječenja koji se na njoj temelje. Personalizirani programi bave se zdravstvenim rizicima pojedinaca odgovarajućom prehranom, planom vježbanja i sl. Sve to koristi se i u industriji ljepote.

Na ljude loše djeluju žurba, puno posla kojeg treba obaviti u isto vrijeme i stalna dostupnost. Sve brži svakodnevni tempo života znači i sve veću izloženost stresu, što zahtijeva učinkovitu borbu protiv njegovih negativnih učinaka. To podrazumijeva obnavljanje energije pomoću kombinacije ugodnih, korisnih i posebnih sadržajna.

Mediterranska prehrana uključuje sve ove namirnice i najbolja je za zdravlje mozga jer osigurava uravnotežen unos potreban unos nutrijenata. Rigorozne dijetе sa malo kalorija nisu preporučljive i umjesto njih potrebno je jesti na načini da slušamo svoje tijelo i biramo namirnice koje nam odgovaraju.

Wellness je filozofija i životni stil: briga za vlastito zdravlje i lijep izgled, aktivan način iskorištavanja slobodnoga vremena. Wellness nudi različite programe u suvremenim wellness centrima: stručnog oblikovane programe opuštanja, aktivnog odmora, bogatstvo kupanja u termalnoj vodi te stručnu medicinsku podršku.

Na tržištu postoji ponuda wellness sadržaja na osnovu života carice Sissy tako da se obećavanju luksuzni tretmani koji su dostojni carice. Ti tretmani se sastoje od različitih elemenata koji doprinose psihofizičkoj ravnoteži. Danas, većina ljudi nema 40 članova posluge poput carice, ne žele biti opsjednuti tretmanima ljepote,

bojati se starenja i sl. Zapravo žele biti zdravi i uživati u hrani, lijepoj i udobnoj odjeći, slobodnome vremenu, ...

Briga o zdravlju je sastavni dio života, a ne smije postati dodatni izvor stresa. Opterećivanje sa pravilima, treninzima i strogim dijetama vjerojatno će izazvati umor i nezadovoljstvo a to nije cilj.

LITERATURA

1. Kos M., Lozzi Barković J.; Kvarnerska kupališna baština; nestala kupališta s kraja 19. i početka 20. stoljeća, Opatija – Rijeka 2009. godina
2. J. Živadin, J. Dobrica, I. Vanja; Osnove turizma; integralno-fenomenološki pristup, Beograd 2005.godina
3. Isidora Duncan; Pjesnikinja plesa; naklada MD/gesta/Čvorak, Zagreb 1996.godina
4. K. Hauenstein-Schnurrer; Opatijska rivijera, Opatija 2008. godina
5. V. Boris; Povijest hrvatskog turizma, Zagreb 2005. godina

PRILOZI

1. IzzyPizzy (Isadora+peeling)



2. Sissy's Lips (balzam za usne)



*ambalažu osmislila i izradila Lucija Damjanović