

PROGETTO WELLNESS

Guida alla realizzazione
dell'area benessere



PROGETTO WELLNESS

GUIDA ALLA REALIZZAZIONE DELL'AREA BENESSERE

1^a edizione - € 5,00



spedizione in abbonamento postale €5 - supplemento al n° 95/2011/4 Phocine Digi



9 770390 323317

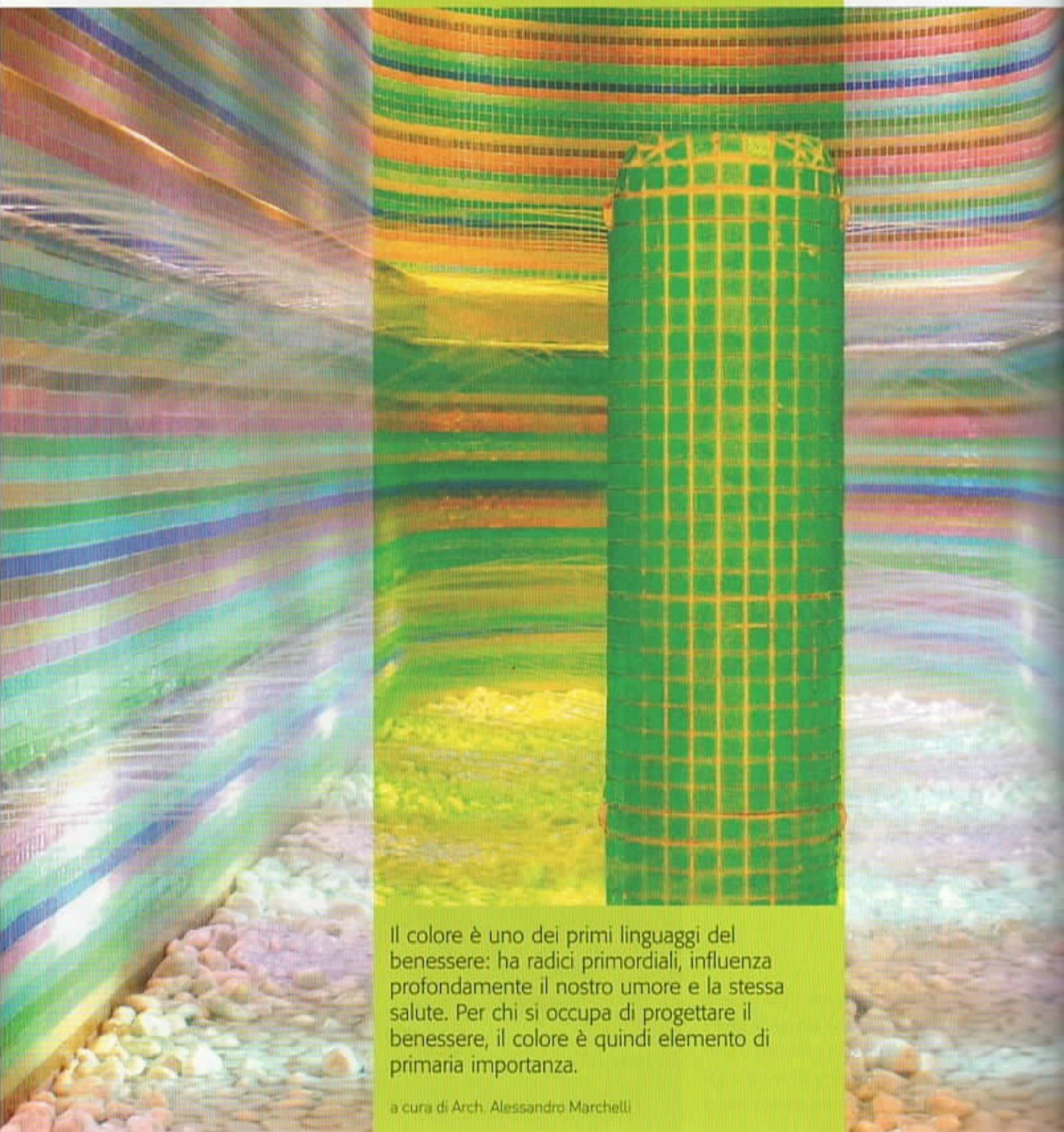


**Progettare
il benessere**
Le più belle
realizzazioni e
schede prodotte



Vapori e dintorni
Sauna, bagno
turco e
idromassaggio
protagonisti
del benessere

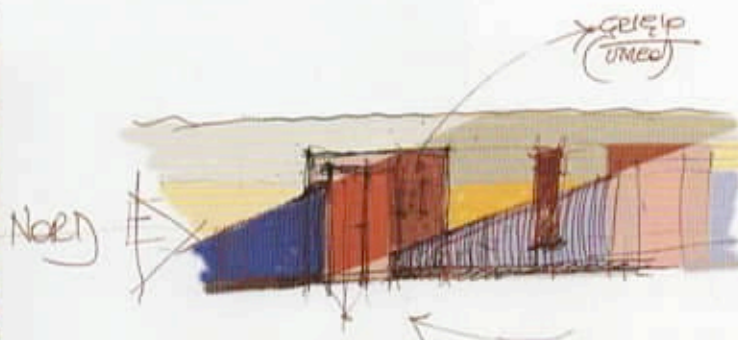
Colore, linguaggio di benessere



Il colore è uno dei primi linguaggi del benessere: ha radici primordiali, influenza profondamente il nostro umore e la stessa salute. Per chi si occupa di progettare il benessere, il colore è quindi elemento di primaria importanza.

a cura di Arch. Alessandro Marchelli

Oltre a scegliere il giusto colore è importante anche saperlo abbinare con altri. (progetto Terme di Chianciano, Arch. Paolo Bodega)



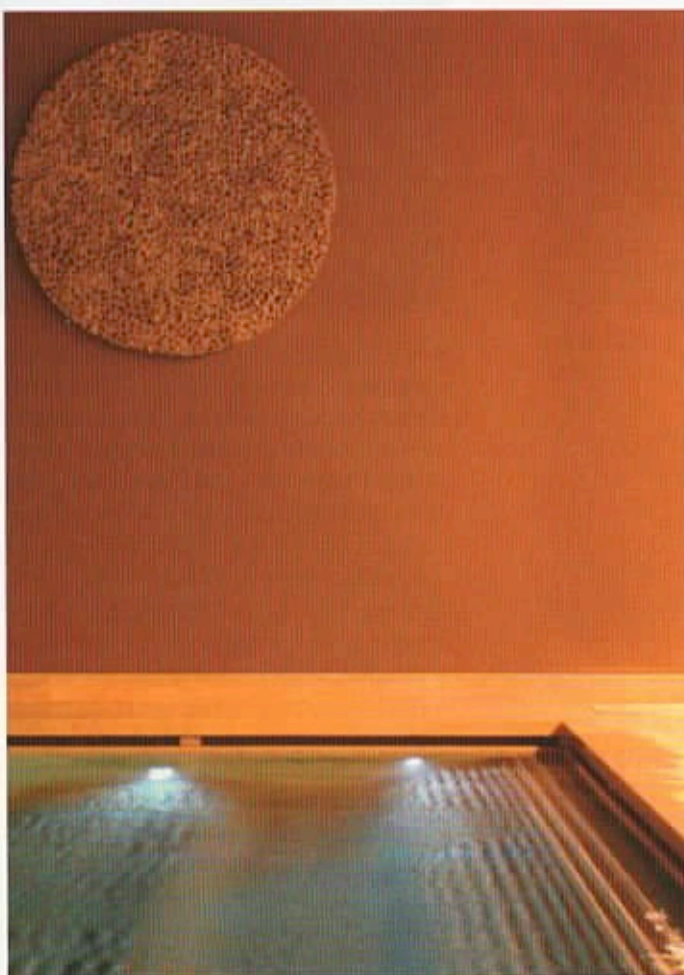
È buona norma tenere sotto controllo l'intera evoluzione del progetto: dai campioni di colore alle fasi di cantiere. (doc. Osservatorio del Colore)

Bianco, nero, rosso, giallo. E poi tutte le totalità derivate, anche quelle più curiose: ametista, cremisi, polvere, glicine, tortora, ardesia, giada, pervinca. Il mondo è pieno di colori. L'occhio umano è solo uno degli organi coinvolti nel processo attraverso il quale oggetti, persone e ambiente prendono forma nella mente umana. Ogni stimolo visivo fornisce un corredo di informazioni che attengono anche agli altri sensi e che presentano una

matrice culturale, più che elettrochimica. La percezione del colore è quindi il risultato di un processo che inizia si negli occhi, ma che prosegue nel cervello, portando con sé vari effetti a cascata che investono la psicologia, la sociologia, le relazioni artistiche e culturali, la salute. E certamente il benessere.

Colori e significati

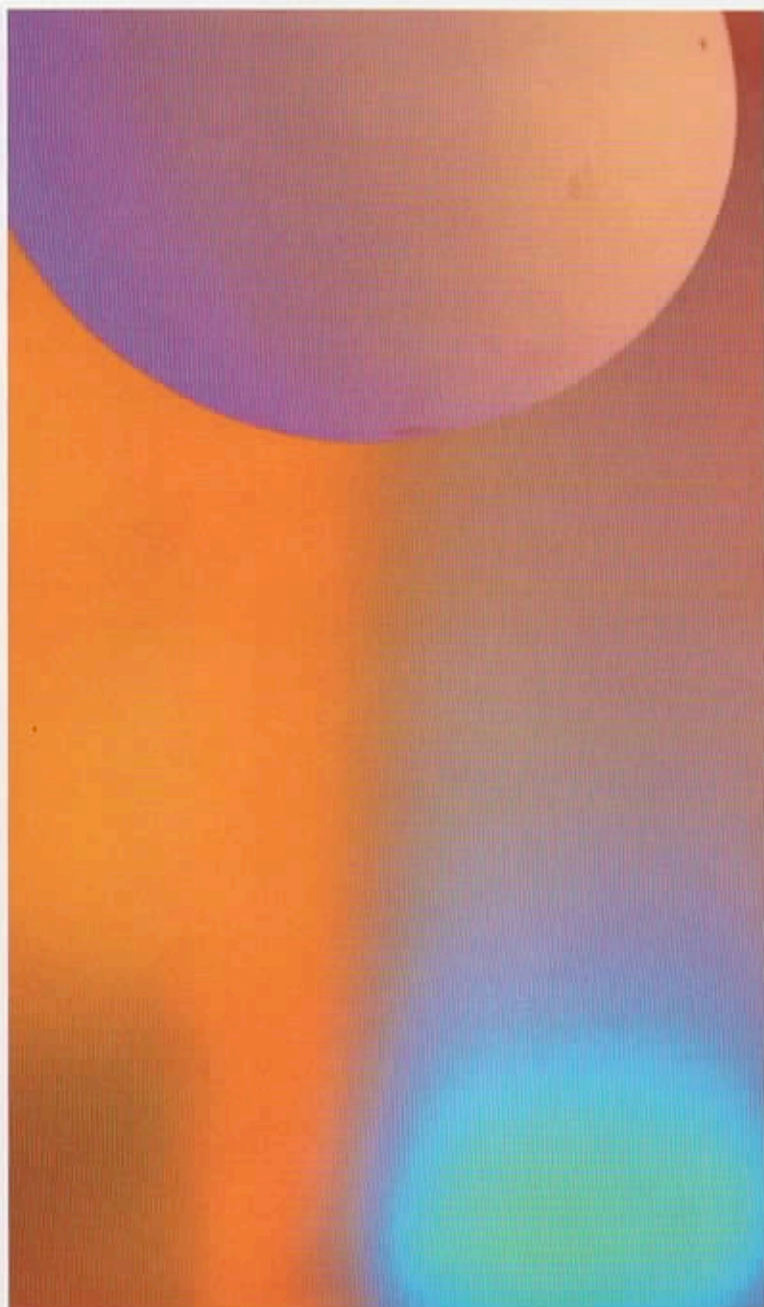
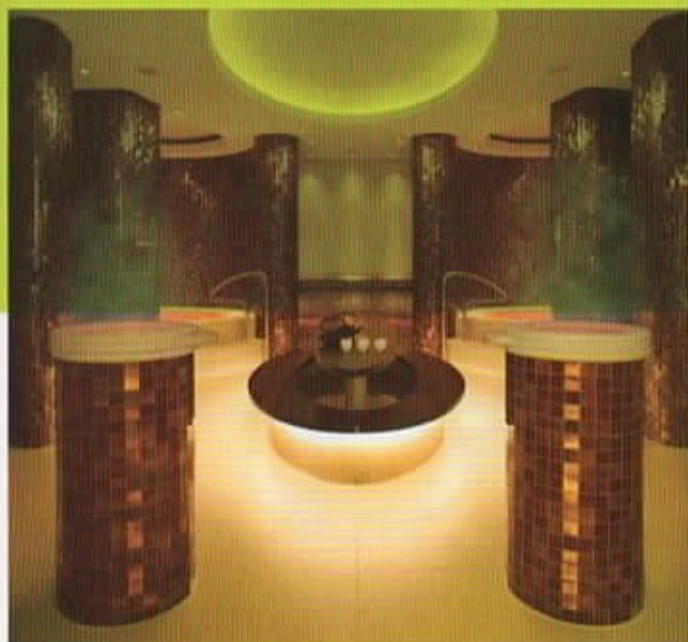
Il colore, scienza e materia complessa, rende



L'arancione è il colore che appartiene al sorgere del sole e al suo tramonto, caricandosi di significati dalle valenze opposte. In esso ritroviamo le virtù dell'oro e del sole: calore, vigore ed energia. Allegro e brillante evoca vitalità e fantasia. (doc. Terme Sensoriali di Chianciano)

Il viola, a metà strada tra il rosso e il blu: nasce dalla mescolanza di due colori dai significati opposti, il maschile e il femminile, la lotta e la calma, che si fondono in una trasformazione che evoca magia ed incanto. Il viola stimola le qualità intellettuali ma è anche il colore evocativo della spiritualità. (doc. Terme Berzieri, ph. Marco Buzzoni)

L'oro si relaziona con la mente, l'intelligenza e l'apprendimento, colore che propizia la rottura di blocchi mentali o traumi e stimola il potere della mente. Accompagna l'estro artistico, è il colore del sole ed è sinonimo di splendore, regalità, trionfo e potenza. (doc. The Dolder Grand, ©by Peter Hebeisen)



te. La terapia del colore può essere somministrata in diversi modi: si può "vestire il colore" con abiti che rafforzano i nostri punti deboli, si può avvolgere la casa con tessuti, quadri, rivestimenti colorati, si possono arredare gli ambienti osservando un piano terapeutico del colore che tenga conto delle diverse destinazioni d'uso. Per chi si occupa di abitare il benessere, il colore è quindi un elemento di primaria importanza. Lo dimostrano le teorie sul Feng Shui, dove i colori sono manifestazione dell'energia vitale, e in quanto tali vengono associati a particolari attività e indicati per un determinato ambiente piuttosto che un altro. Lo insegna anche la bio-edilizia, dove si studiano scelte di colore adeguate alla destinazione d'uso e capaci di evitare le radiazioni elettriche emesse dalle tinte delle pareti, dei mobili e dei soprammobili. Tutto ciò che appare e "prende forma" at-

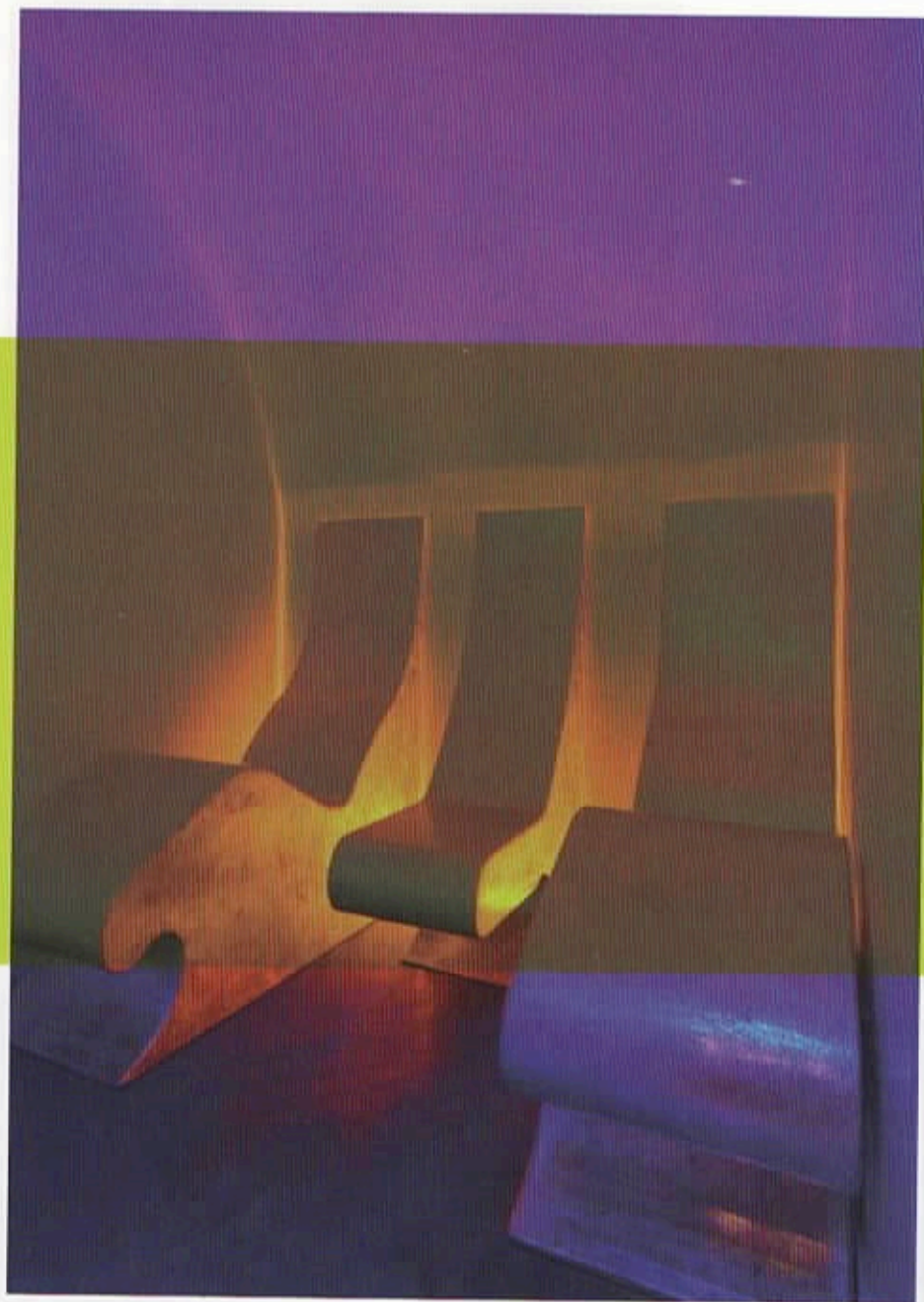
traverso la vista non riguarda soltanto gli occhi. Quando lo sguardo si appoggia su una superficie ne ricava sempre anche informazioni tattili, di consistenza e calore, creando i presupposti per generare molteplici risposte psicologiche e comportamentali. È utile avere ben chiaro che il colore è solo una parte del processo percettivo, oltre a scegliere il giusto colore è importante anche saperlo abbinare con altri. Al processo creativo segue la fase di realizzazione del progetto cromatico: è necessario attribuire i "giusti nomi" ai colori ricavando dai sistemi cromatici condivisi una precisa notazione che permetta il trasferimento del dato cromatico tra progettisti ed esecutori e la sua facile ripetizione nelle fasi applicative e di successiva manutenzione. Infine è buona cosa essere in grado di tenere sotto controllo l'intera evoluzione del progetto: dalla valutazione iniziale tramite una

corretta comparazione ottenuta mettendo a pari condizioni i campioni colore, alla successiva elaborazione tramite la gestione degli colori a monitor e nella restituzione su carta; fino alla verifica finale di cantiere utilizzando il colorimetro comparatore.

Da sfatare, inoltre, una serie di luoghi comuni: dal pensare che i colori pastello siano sempre riposanti, alla diffusa consuetudine di definire "colore" non la materia, legno, pietre o cotto che sia, ma solo ciò che è colorato da pigmenti e che ci appare blu, verde, giallo, rosso... e "non colore" il nero, il bianco e la scala dei grigi. In realtà tutte le superfici si esprimono attraverso un colore sia generato dalla struttura che dal pigmento. Se vediamo qualcosa significa che quel qualcosa ha emesso luce e questa luce ha provocato quella sensazione cerebrale che chiamiamo "colore".

Tutte le superfici si esprimono attraverso un colore sia generato dalla struttura che dalla consistenza della materia stessa. (progetto Stilnovo, Arch. Alessandro Marchelli)

“ La percezione del colore è il risultato di un processo che inizia dagli occhi e prosegue nella mente, portando con sé effetti che investono la psicologia, la sociologia, le relazioni artistiche e culturali, la salute e il benessere ”



percettibile e tattile quell'unione di sintesi tra quello che si osserva e quello che si pensa di osservare, proponendo effetti poliedrici che suscitano percezioni visive. Ma che conseguenze ha sul benessere la scelta del colore nell'architettura? Il colore nella Spa è l'esaltazione dei sensi, ovvero trasformare luoghi circoscritti con cenni di colore come ad esempio il verde, che genera sensazioni di solidità, stabilità, forza. È il colore che indica l'autostima, rappresenta la vegetazione e la vita stessa. Oppure il viola, a metà strada tra il rosso e il blu: nasce dalla mescolanza di due colori dai significati opposti, il maschile e il femminile, la lotta e la calma, che si fondono in una trasformazione che evoca magia ed incanto. Colore dei romantici e dei sognatori, tradizionale della mistica e della spiritualità, il viola stimola le qualità intellettuali, l'unione degli opposti. Leonardo da Vinci, uno dei più grandi ricercatori nella scienza dei colori, sosteneva che il nostro potere meditativo può essere decuplicato se la meditazione avviene sotto una luce violetta che cade dolcemente. L'oro, si relaziona con la mente, l'intelligenza e l'apprendimento. Accompagna l'estro artistico, attrae le influenze più nobili, è il colore del sole ed è sinonimo di splendore, regalità, trionfo e potenza. L'argento porta il colore della luna, del magnetismo, rappresenta la

femminilità, è ricettivo ed intuitivo e stimola il pensiero. L'arancione, la via di mezzo tra il rosso e il giallo, è il colore che appartiene al sorgere del sole e al suo tramonto, ovvero l'inizio e la fine della giornata, caricandosi in tal modo di significati dalle valenze opposte. L'arancione contiene le virtù dell'oro e del sole: calore, vigore ed energia. Per natura allegro e brillante, è una scintilla di vitalità e di fantasia. Il marrone, colore dell'umiltà e della sottomissione, sfumatura dell'humus, dei frutti legnosi di nocciole e noci, del tronco degli alberi, rappresenta il colore della Madre Terra e del legno, simboleggiando la solidità e l'affidabilità. Il bianco, che enfatizza i volumi e le forme, ovunque esprime la purezza e tutto ciò che è legato al trascendente. In architettura il bianco non è solamente sinonimo di minimal-design, non svuota più le case e gli spazi all'insegna della celebre

regola "less is more" di Mies van der Rohe, ma è impiegato anche per esaltare gli spazi rendendoli più ampi, eleganti e armoniosi con effetti lucidi e vetrificati. E, come ricorda Le Corbusier nei suoi scritti: "Il bianco, per vivere bene, necessita di enorme chiasso di colore intorno", giocando sulle trasparenze di "ton sur ton" che unite agli effetti della luce cambiano visione, trasformando lo stesso spazio in illusioni sempre diverse.

Il progetto cromatico

Il colore è un linguaggio che ha radici primordiali: se davvero il colore nasce con la vita, è facile comprendere come esso possa influenzare i nodi di energia del corpo umano (Chakra), amplificandoli o contenendoli in modo da intervenire sul benessere personale. La cromoterapia è una disciplina che studia proprio gli effetti del colore sulla salu-