



Fiorire dentro per rifiorire fuori

04/07/25

Celebrare la rinascita interiore con rituali ayurvedici su misura, per un benessere che risveglia l’energia vitale di ciascuno di noi. Nel cuore pulsante di Roma, tra i vicoli del centro storico, esiste un rifugio silenzioso dove il tempo sembra sospeso . È la Daham Health & Beauty Spa, nei sotterranei dell’esclusivo Palazzo Dama, boutique hotel 5 stelle e residenza nobiliare trasformata in un indirizzo di lifestyle contemporaneo. Qui, il concetto di self-care si fa profondo, quasi sacro, grazie ai rituali millenari dell’Ayurveda, antica scienza indiana che considera l’essere umano come un tutt’uno inscindibile di corpo, mente e spirito.

La SPA è un vero e proprio ashram urbano di lusso per un’esperienza sensoriale a 360°, dove i materiali pregiati – mosaici Bisazza, travertino e legno naturale – dialogano con linee essenziali di un design intimo e armonico. Un percorso d’acqua con vasca idromassaggio, sauna finlandese, bagno turco e docce emozionali prepara il corpo al viaggio più profondo: quello dell’anima.

Ogni trattamento nasce da una consulenza ayurvedica personalizzata, volta a individuare i dosha – Vata, Pitta e Kapha – che regolano l’equilibrio energetico di ciascuno. Da qui prende forma un percorso su misura, che può spaziare da un massaggio Pindasweda rigenerante a un rituale viso riequilibrante a base di oli essenziali, scelti in base alla natura della pelle e allo stato emotivo. Non è solo relax, ma un invito a rientrare in contatto con sé stessi, lasciando fuori dalla porta maschere e tensioni.

Perfino chi ha poco tempo può concedersi una coccola rigenerante grazie ai rituali express, pensati per una pausa pranzo consapevole. E per completare il benessere con gusto, Daham introduce una nuova esperienza gastronomica che fonde tradizioni peruviane e giapponesi con piatti leggeri e creativi come gyoza, tacos di langostino e ceviche, accompagnati da un calice di Franciacorta.

Alla Daham Spa non ci si rilassa solo ma si ritrova la propria centratura, si rinasce più consapevoli con un vibrante mantra da seguire: “Fiorire dentro per rifiorire fuori.”



« indietro



NUMERI ONLINE



SUMMER 2025

AGIRE PER COMPLEMENTARIETÀ
by Enrico Cogno

VIEW



SPRING 2025

UN QUARTO DI SECOLO by Enrico
Cogno

VIEW



WINTER 2024/25

IL RACCONTO DELLA BELLEZZA
by Enrico Cogno

VIEW



AUTUMN 2024

IL GIRO DI BOA by Enrico Cogno

VIEW



ESTATE 2024

DALLA LUNA A NOI by Enrico
Cogno

VIEW



PRIMAVERA 2024

UNA NUOVA PRIMAVERA by
Enrico Cogno

VIEW



INVERNO 2023/24

CAOS E POSITIVE INNOVAZIONI by
Enrico Cogno

VIEW



AUTUNNO 2023

Smettiamo di uccidere il mondo
by Enrico Cogno

VIEW



ESTATE 2023

DOVE FINISCE L'ARCOBALENO? by
Enrico Cogno

VIEW



PRIMAVERA 2023

UN NOSTRO AMICO by Enrico
Cogno

VIEW



INVERNO 2022/23

ANZICHE' MALEDIRE IL BUIO,
ACCENDI LA LUCE by Enrico
Cogno

VIEW