



Cologno Monzese, 18 aprile 2019

## **SAFE HEDONISM È IL SECONDO TOPIC DI TREND MOVERS, IL NUOVO OSSERVATORIO DI VERTI ASSICURAZIONI E DOXA**

**Prosegue il viaggio della compagnia diretta di Cologno Monzese alla scoperta dei trend di domani che anticipano i consumi che verranno. La seconda indagine 2019 racconta dei nuovi edonismi, alla ricerca di un piacere senza eccessi.**

Un imperdibile strumento per conoscere il futuro che ci aspetta, attraverso l'osservazione dei più interessanti e curiosi trend di consumi e lifestyle dal mondo. Questo è **Trend Movers**, il nuovo Osservatorio pensato da **Verti Assicurazioni**, la compagnia diretta del Gruppo MAPFRE, in collaborazione con **Doxa**, da sempre sinonimo di ricerche di mercato in Italia.

Dopo Post-Green, primo topic dedicato ai nuovi modelli di sostenibilità in Italia e nel mondo, il secondo trend dell'Osservatorio prende il nome di **Safe Hedonism** che in italiano si può tradurre con Sano Edonismo e racconta i nuovi equilibri del genere umano tra edonismo, trasgressione e piacere senza dimenticare la salute. Una sorta di pervasivo, crescente interesse per il proprio benessere psico-fisico-spirituale che tuttavia fa dosare, rivalutare e cambiare le varie tipologie dei piaceri della vita. L'edonismo è da sempre la ricerca del piacere, l'autogrificazione polisensoriale, la soddisfazione dei propri desideri come obiettivo della vita. Dal punto di vista evolutivo, il piacere è considerato non come un optional, una dimensione accessoria del vivere, ma come un dispositivo biologico frutto della selezione naturale e necessario per la sopravvivenza e l'adattamento all'ambiente. Ecco perché non è possibile non sperimentare cose inedite ed essere attratti da nuove esperienze. Al tempo stesso il desiderio di gratificazione e piacere guida molti comportamenti.

### **SAFE HEDONISM = I NUOVI EDONISMI**

Quali sono i nuovi edonismi che stanno soppiantando il vecchio luogo comune che il piacere debba essere associato a qualcosa di trasgressivo, stile 'sesso, droga e rock'n'roll'? Il nuovo edonista non è colui che si spinge al limite, ma chi cerca di massimizzare il piacere nella propria vita, senza eccessi. Ed ecco la nuova formula contemporanea dell'edonismo: safe, nel senso di sano, razionale, misurato, bilanciato, consapevole, senza rischi, una vera filosofia e approccio epicureo al quotidiano all'insegna del piacere moderato. Questo nuovo approccio al piacere diventa una presenza costante e guida le scelte e i comportamenti anche di consumo.

Questo trend della società contemporanea ci parla del bisogno, di tutti, di uno stato mentale più rilassato, di ridurre lo stress, di bilanciare corpo e mente, armonizzare e tenere insieme tutti i pezzi delle nostre giornate, da non raggiungere però con uno stacco totale, con l'eccesso o esperienze estreme, ma con una trasgressione dosata, non rischiosa, a volte associata addirittura a consumi e pratiche non solo non rischiosi, ma benefici. Niente estremismi, dunque, si può godere senza farsi del male.



## **EDONISMO E ALIMENTAZIONE**

### **La goduria del buon bere e mangiare senza rinunce e sensi di colpa, ma con qualche trucco.**

Ci si può divertire e si può godere molto mangiando senza dimenticare i rischi sulla salute: non c'è bisogno di prendersi troppo sul serio per mantenersi sani e in salute, anzi si possono vivere esperienze di lussuosa gratificazione senza eccessi e magari integrando alimenti e ingredienti, come il *superfood*, buoni e funzionali per la nostra salute.

Con *superfood* si fa riferimento ai cibi cosiddetti 'nutraceutici', che agiscono come 'farmaci', i cibi 'giusti' per i nostri corpi – per questo si usa il termine 'funzionale' – che favoriscono gli equilibri metabolici, e più in generale il funzionamento ottimale dell'organismo, prevenendo infiammazioni e favorendo la longevità grazie all'apporto nutritivo di sostanze di cui il cibo industriale processato è ormai povero se non totalmente privo come, per esempio, omega 3, magnesio e antiossidanti.

Ecco qualche esempio di *superfood*: i semi – chia, amaranto, quinoa –, la frutta secca – mandorle, noci, nocciole – le bacche e i piccoli frutti – goji, mirtilli, lamponi, ribes – l'avocado, il succo di aloe, di clorofilla e di barbabietola rossa, le spezie – curcuma, zenzero – ma anche il plancton o le farine proteiche derivate dagli insetti o dalla canapa.

Non è un caso che il mondo dello sport professionistico sia sempre più attento alla tavola, stabilita ormai l'equazione tra alimentazione e massimizzazione della performance fisica.

L'edonismo, inteso anche come atto del cucinare, oltre che consumo di cibo, è definibile come 'alternativo' anche in termini di auto-rappresentazione sociale (sia maschile che femminile): conoscere e scegliere gli ingredienti, saperli abbinare e cucinare, preparare piatti e pasti di standard elevato, disporre di una cucina con strumenti e attrezzature professionali, sono oggi competenze socialmente ostentabili, un saper fare aspirazionale e riconosciuto positivamente dalla cerchia delle persone frequentate – famiglie, amici, conoscenti, colleghi.

*Esempio: Roberta Schira, I nuovi onnivori, La gioia di mangiare tutto, Vallardi, 2019 (pubb. 13 marzo)*  
<https://www.robortaschira.it/i-nuovi-onnivori/>

In un mondo diviso tra un'umanità carnivora e sempre più stigmatizzata e un'umanità fondamentalista di attivisti vegani, un libro manifesto di un nuovo approccio gioioso, vitale e armonico al cibo, che esalta il piacere della trasgressione e dei cibi proibiti, q.b., quanto basta. Un invito ad abbandonare gli estremismi alimentari privativi, che negano il piacere, per abbracciare nuovi rapporti equilibrati con il cibo, tutto, nelle sue infinite varietà e nelle giuste dosi.

Il nuovo onnivoro è un perfetto edonista responsabile, consapevole e misurato, che ha capito il vero senso della vita, da cui si prende di tutto un po', senza confini, libero e gioioso di mangiare che si gode appieno l'esperienza culinaria, con l'ironia e il sano fatalismo che la ricerca del piacere e la passione prevedono

## **EDONISMO E CONVIVIALITÀ**

### **Il bello dello stare insieme con più relax, emozioni, socialità autentica e contatto umano.**

Più la tecnologia pervade le nostre vite, più vogliamo sentire con il corpo e con tutti i sensi. Tra i nuovi edonismi, trovano posto anche le forme di piaceri autentici, semplici, ma densi di vissuti emozionali, recuperati e sottratti alla virtualità dell'esperienza a cui siamo abituati e anche un po' dipendenti. L'attitudine edonista si traduce in un set di approcci, comportamenti e reazioni ai contesti sociali, all'insegna della convivialità spinta, in casa e fuori casa, durante la settimana e nel weekend, nei periodi di lavoro e di vacanza: essere coinvolti, eccitati dal nuovo, emotivamente connessi con gli altri, aver voglia di vivere esperienze diverse dalla routine in piena libertà senza taboo e vincoli, ma con apertura mentale, guidati dalla gioia di sentirsi attivi, vitali, autenticamente vivi.

*Esempio: tavolo e sedia Riva 1920, by Piero Lissoni per Davide Oldani.*

Per il noto ristorante dell'altrettanto noto chef stellato, Davide Oldani, Il D'O di Cornaredo, il designer Piero Lissoni ha creato una seduta e un tavolo con un concept speciale: uno 'scomparto' per lo



smartphone. Uno spazio pensato e concepito per riporre la nostra protesi tecnologica che sempre più è diventata ingombrante, se non addirittura un oggetto fuori posto a tavola.

Il design, anello di congiunzione tra tecnologia e umano, in questo caso ci viene in aiuto per neutralizzare temporaneamente i rubatempo e rubapiacere, i vampiri relazionali che ci sottraggono il vissuto emozionale del qui e ora, favorendo la convivialità indisturbata e il gusto dello stare a tavola con chi è, fisicamente, seduto vicino a noi.

Il commensale preferito oggi è il perfetto edonista responsabile, consapevole e misurato, che ha capito che stare a tavola insieme è molto più che mangiare seduti con qualcuno vicino mentre ci si assenta continuamente attraverso uno schermo. Ecco dunque che l'interior design, una sedia e un tavolo, diventa elemento indispensabile per ristabilire una nuova socialità, per godersi la prossimità fisica, l'energia della convivialità autentica, delle emozioni, della polisensorialità, gustandosi il sottile piacere trasgressivo di un comportamento fuori-schema, diremmo quasi "fuori schermo", per ribaltare il paradigma a cui siamo abituati esserci, essere presente e totalmente connesso a un solo spazio-tempo.

## **NUOVI LUSSI PER NUOVI EDONISMI**

**Spazio, silenzio, tempo, viaggi, benessere sono le frontiere del nuovo lusso, da sempre territorio privilegiato dell'edonismo.**

Il benessere totale è sempre più aspirazionale: non solo quello fisico, ma anche quello mentale, emotivo e spirituale. Il benessere è la nuova ricchezza, da godere, vivere e ostentare. Ed ecco che "stare bene", anzi, puntare a stare sempre meglio, diventa un obiettivo di evoluzione individuale, uno status sociale, uno specchio dello spirito, del mondo interno rivelatore del nostro grado di autostima e di capacità di goderci la vita, sapendone prendere il meglio.

*Esempio 1: App CALM, per meditare, rilassarsi, dormire.*

<https://www.inc.com/jeff-bercovici/calm-billion-mindfulness.html>

C'è un'app per tutto, certo. Quindi non ci sorprende Calm, se non per il fatto che è una applicazione da un bilione di dollari, nel business della mindfulness. E questo ci dà la misura del fenomeno e del bisogno a cui dà risposta. La apri, la usi e, sì, ti placa, ti genera calma. Tra il clk di lancio e l'apertura c'è un momento di sosta sullo schermo totalmente blu che dice «fai un bel respiro». La prima volta si potrebbe avanzare il dubbio che il telefono abbia qualcosa, che la app sia troppo lenta o abbia problemi, ma proseguendo si scopre che le funzioni sono programmate per transizioni lente, per dare spazio alla mente di riconoscere che quello che davvero si sta cercando è il piacere della calma. Non lo si può fare in fretta, scalpitando come nel resto del tempo. C'è una sezione con musica esclusiva e una library di storie della buonanotte

La quiete interiore richiede tempo, dedizione e cura nel passaggio da uno stato ipercinetico e di iperstimolazioni a uno di rilassamento, di svuotamento, di focus sul respiro, di meditazione.

*Esempio 2: hotellerie di lusso che offre servizi esclusivi dedicati al sonno*

<https://137pillarshotels.com/en/>

Il sonno è il nuovo lusso. Sincronizzare il nostro orologio biologico, ricalibrando i cicli circadiani che continuamente violati dalla frenesia della vita contemporanea, diventa un nuovo bisogno edonistico a cui si cerca di dare risposte con servizi esclusivi.

Tra questi il guru del sonno, il maggiordomo del buon riposo, coperte e lampade hi-tech che aiutano gli ospiti a dormire meglio. Gli hotel della catena 137 Pillars propongono, sia a Chiang Mai che a Bangkok, due trattamenti specifici di rilassamento – lo sleep by design e la terapia dello sleepdown service. Sleep by design è un rituale composto da quattro momenti: una sessione reiki da 90 minuti, un massaggio, coperte o asciugamani caldi e aromaterapia. Lo sleepdown service è condotto da un guru del sonno e dal maggiordomo del sonno e include un tè, un bagno preparato ad arte, con l'opzione della favola della buonanotte e musica dedicata.

*Esempio 3: area del CES (Consumer Electronic Show) 2019 dedicata al sonno*



<https://sleepjunkies.com/ces-2019-sleep-tech-roundup/>

Il sonno è un bisogno/desiderio talmente al centro della ricerca del benessere che, il CES, notissima fiera internazionale di elettronica di consumo, ha aperto un'area dedicata ai device che aiutano e supportano chi ha dei disturbi del sonno.

Non sappiamo più dormire. E così, la tecnologia e il design diventano decisivi per riconquistare, attraverso il rilassamento profondo, il piacere ristoratore insostituibile di una buona nottata di sonno che per molti è diventata un'esperienza agognata e non sempre realizzabile.

Urigo Night – tra i finalisti dell'Innovation Award 2019 - è la cuffia che usa sensori encefalografici per migliorare il sonno, da usare 3 volte alla settimana per 20 minuti, è un device che punta sul brain training, cioè sull'educazione del cervello nel favorire lo stato di addormentamento.

<https://www.youtube.com/watch?v=8Pp9ei-qNh8>

All'edonista piace ostentare il proprio stile di vita, i consumi e le esperienze esclusive riservate a pochi o che pochi conoscono, socialmente invidiabili. Esploratore dei confini e dei limiti del piacere, lo scopre e lo ritrova anche nei bisogni fondamentali della vita: dal silenzio meditativo, al sonno, al benessere psico-fisico, alle tecniche di concentrazione, al riposo totale, cerca e scova luoghi, pratiche, prodotti, servizi ed esperienze che lo facciano stare sempre meglio. Per una sostenibilità edonistica dei nostri corpi.

## **EDONISMO E VAPING**

**Svapare, inalare vapore, come frontiera di nuove routine polisensoriali.**

La sigaretta elettronica e la pratica dello "svapare" (linguisticamente ancora non si è trovata una traduzione più felice dell'inglese *vaping*), sono interessanti esempi di consumi che si stanno affermando tra i nuovi edonisti secondo l'equazione «più piacere, più libertà, meno rischi».

*Esempio: Vapitaly, la fiera internazionale del Vaping di Verona, 18-20 maggio, 5° edizione*

<https://www.vapitaly.com/it>

Una fiera dai numeri crescenti, luogo di incontro tra aziende produttrici, retail e consumatori del mondo del Vaping: un mercato che ha più di 10.000 addetti di settore, 2.500 rivendite specializzate, un giro d'affari di circa 800 milioni di euro, il 4% di ciò che gli italiani spendono per il fumo tradizionale.

Tra le nuove pratiche quotidiane soddisfacenti e gratificanti dell'edonista consapevole e misurato le dipendenze dannose, per esempio dalle sigarette, sono state sostituite da nuovi bisogni e piacere, grazie anche a un mercato che comincia ad offrire prodotti legali e sicuri per alternative sane e creative, all'insegna di un piacere psico-fisico senza eccessi e rischi per la salute.

## **EDONISMO, CIBO E SENSORIALITÀ**

**Pasti disintermediati. Via le posate e i piatti per gustare il cibo con le mani e potenziarne il piacere tattile.**

*Esempio: Dfood, District Food, il Distretto di Food Design al Fuorisalone 2019*

<http://recreobarsartoria.it>

<http://contattoexperience.com>

Tra i molti eventi sensoriali ed esperienziali che confermano il trend dei nuovi edonismi, segnaliamo *eating experience* "con le mani" (By Hand) ideata e guidata dalla designer Giulia Soldati, in occasione del Salone del Mobile di Milano 2019 presso Recreo Bar Sartoria, ovvero un concept bar – come si dice quando un posto è più di una cosa sola, tra moda e cibo – cioè un Tapas Bar che è anche sartoria, Giulia Soldati usa il cibo come strumento per esplorare la relazione con il nostro corpo e tutti i sensi. Durante l'esperienza "con le mani" i diversi ingredienti vengono riposti e disposti direttamente sulle mani delle persone che, muovendole li mescolano per trasformarli in "piatto", per esempio, un "pugno" di spaghetti al pomodoro.



L'edonista è affamato di sensazioni forti e punta alla massimizzazione del piacere a tutto tondo con una diretta interazione fisica con l'oggetto del desiderio: amplifica così la percezione del corpo attraverso la ricerca di modalità sperimentali divertenti e stimolanti, ed estende l'esperienza alimentare associandola alla sensualità e al mondo dell'eros grazie al contatto con la pelle.

## **EDONISMO, COOLNESS E CANNABIS**

**The next big thing in molti settori è la cannabis senza THC, per uso ricreativo (non medicale).**

Secondo Cheryl Shuman, esperto di marijuana branding e founder del Beverly Hills Cannabis Club, che vende *top-quality* cannabis legale a circa \$700 all'oncia, «sta diventando sempre più chic parlare di cannabis, essere parte di una nuova tribù che la consuma come il buon vino, lo champagne e i sigari rari». Insomma, se aggiungiamo che l'immaginario di questo prodotto di culto è sdoganato e valorizzato anche dalla moda con stilisti come Alexander Wang, Baja East, Jeremy Scott e altri che usano la foglia di canapa come motivo sui tessuti degli abiti delle loro creazioni, stiamo assistendo alla nascita di un nuovo fenomeno sociale e culturale oltre che di mercato. Gli analisti prevedono che la cannabis impatterà fortemente sul mercato degli spirits, del beverage (latte, birra, bevande), del cibo (farine, caffè, the, miele, mangime per animali, forneria, olio da cucina, integratori), del tabacco e del beauty (creme, olii, detergenti) ma anche in ambito edile (pitture, isolanti, truciolati) e tessile, fino all'*interior design* (candele, tessuti)

I cannabinoidi, cioè il CBD non psicoattivo, sono un estratto di cannabis. Secondo una parte della comunità scientifica questa sostanza può, a uso alimentare, ridurre l'ansia e alleviare l'infiammazione, solo per citare alcuni tra i molti effetti benefici riscontrati. Il CBD non psicoattivo è già presente nei prodotti di alcuni paesi: in caffè, nei cocktail e nell'olio d'oliva ed è pronto a entrare anche in yogurt, zuppe e condimenti per insalate. I semi di canapa, inoltre, sono annoverati tra i cosiddetti alimenti proteici. Secondo i dati registrati da Deliveroo, a livello globale, gli ordini relativi a piatti contenenti semi di canapa sono cresciuti del 57% negli ultimi 12 mesi e sono già oltre 800 piatti in piattaforma realizzati con questo ingrediente.

*Esempio: gomma da masticare & cannabis*

<https://cannabis.roelliroelli.ch/>

La cannabis sta diventando onnipresente, anche nelle gomme da masticare. Queste contengono 120 grammi di cannabinoidi (CBD) estratti dalla canapa. Arricchite di antiossidanti e olii essenziali selezionatissimi e di alta qualità di menta, preservano la flora batterica naturale delle mucose della bocca oltre ad aumentare la concentrazione. Per uso quotidiano, nessuna controindicazione, sono predate, per un uso da 2 a 6 al giorno. Payoff: *Won't get you high, we'll set you free*

*Esempio: Kannaswiss, Zurigo, cioccolato & cannabis*

<https://www.kannaswiss.com/home>

Cosa può nascere dal matrimonio tra cioccolato e cannabis? Il cioccolato da sempre comfort food consolatorio per antonomasia, unito ai cannabinoidi, esprime il meglio del suo potere di donare piacere, godimento palatale e benessere a 360°. Una tavoletta con 83% di cioccolato fondente bio, con 360 grammi di estratto di canapa bio. What else per i languorini pomeridiani in ufficio?

La trasgressione cool del nuovo edonista consapevole e misurato non è più evasione, sballo, fuga dalla realtà e da sé stessi ma il contrario: centratura, radicamento, coscienza serena dei propri bisogni e desideri primari, da assecondare in grande libertà. Con un mercato che comincia ad offrire prodotti legali e sicuri, da consumare ogni giorno, per un'autogrificazione sana e un piacere psico-fisico senza eccessi e rischi per la salute, ma anzi con apporti benefici insospettabili e per questo attraenti.



MAPFRE è anche la multinazionale assicurativa principale in America Latina e tra i primi cinque gruppi assicurativi Europei ramo non-Vita per raccolta premi. MAPFRE dispone di oltre 36.000 professionisti e si prende cura di più di 37 milioni di clienti in tutto il mondo.

**Per maggiori informazioni:**

Emanuela Fostera - [ufficiostampa@verti.it](mailto:ufficiostampa@verti.it)

Elisa Cantarini - [ufficiostampa@verti.it](mailto:ufficiostampa@verti.it)

Filippo Di Lella - [filippo.dilella@connexia.com](mailto:filippo.dilella@connexia.com) - tel. 02.8135541 - cel. 339.2619703

Elisa Conti - [elisa.conti@connexia.com](mailto:elisa.conti@connexia.com) - cel. 345 0723394