



Più **me**

M A G A Z I N E

NUMERO 12 - DICEMBRE 2024
COPIA OMAGGIO

MARIAH CAREY

**LA REGINA
DEL NATALE!**

**"ALL I WANT FOR CHRISTMAS IS YOU",
BRANO DAL SUCCESSO PLANETARIO
QUEST'ANNO SPEGNE TRENTA CANDELINE.**

TRA MERCATINI PRESEPI E TRADIZIONI:

LA MAGIA DEL NATALE
TORNA PER GRANDI E PICCINI

STANLEY KUBRICK

IL GRANDE REGISTA SI È CIMENTATO
IN OGNI GENERE CINEMATOGRAFICO
RIVOLUZIONANDOLO SEMPRE!

GLI STEREOTIPI DI GENERE

SONO ANCORA TROPPO DIFFUSI
TRA GLI ADOLESCENTI MA A SCUOLA
SI POSSONO SMONTARE

JONATHAN MILAN

HA CONQUISTATO LA MEDAGLIA D'ORO E
STABILITO IL NUOVO RECORD MONDIALE
NELL'INSEGUIMENTO INDIVIDUALE
DI CICLISMO SU PISTA

PUPA

M I L A N O



KIT MAKE UP

MAKE UP MUST HAVE IN ACCESSORI MODA



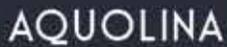
BUTTERFLY

IL MAKE UP IN UN'OPERA D'ARTE





*Sponsor ufficiale
delle tue emozioni*



AQUOLINA

COLLECTION
XMAS 2024



@AQUOLINAOFFICIALPAGE



@AQUOLINA_REAL



@AQUOLINA_REAL

AQUOLINA.IT

BUONE FESTE!

Si avvicina il tempo del Natale e dell'anno che verrà. E quello che sta finendo ci ha fatto spesso respirare un'aria "pesante". Un anno zeppo di avvenimenti con tanto di drammatiche guerre guerreggiate. Ma il periodo delle feste impone (magari senza retorica a buon mercato) un di più di "cuore" e pure di ragione perché si sa che in tempi "incerti" il rischio di spaventarsi e scagliarsi "arrabbiati" contro il caprio espiatorio di turno è una scorciatoia facile facile che assomiglia ad una soluzione ma che soluzione non è. Ed allora ci vuole empatia e occorre mettersi nei panni altrui provando a capirne le ragioni e prendendosi cura di chi ha più bisogno. Spesso il bisogno di una attenzione, di un gesto o di una parola in più. E proviamo a parlare col linguaggio dell'anima. Quello che dal "di dentro" di ognuno getta ponti all'infuori in cerca degli altri e di tutta la bellezza di cui c'è bisogno. Quello della poesia che, come ha detto Charlie Chaplin: "...è una lettera d'amore indirizzata al mondo.". Facciamolo. E intanto... tanti cari auguri a tutte e tutti!

CHE SIA L'AMORE

Che sia l'amore tutto ciò che esiste
È ciò che sappiamo dell'amore;
E può bastare che il suo peso sia
Uguale al solco che lascia nel cuore.

-Emily Dickinson-

DICHIARAZIONE

Ti voglio dire,
che ti voglio dire,
che ti voglio dire,
che voglio dirti,
che ti voglio dire,
che ti voglio dire,
che ti voglio.

-Tibur Kibirov-

A TE

Straniero, se passando m'incontri
e desideri parlarmi,
perché non dovresti parlarmi?
E perché io non dovrei parlare a te?

-Walt Whitman-

L'INNO ALLA FELICITÀ

Questa volta lasciate che sia felice,
non è successo nulla a nessuno,
non sono da nessuna parte,
succede solo che sono felice
fino all'ultimo profondo angolino
del cuore.

Camminando, dormendo o scrivendo,
che posso farci, sono felice.

Sono più sterminato dell'erba nelle
praterie,
sento la pelle come un albero
raggrinzito,
e l'acqua sotto, gli uccelli in cima,
il mare come un anello intorno alla mia
vita,
fatta di pane e pietra la terra
l'aria canta come una chitarra.

-Pablo Neruda-

BAMBINO

Bambino, se trovi l'aquilone
della tua fantasia
legalo con l'intelligenza del cuore.
Vedrai sorgere giardini incantati

e tua madre diventerà una pianta
che ti coprirà con le sue foglie.
Fa delle tue mani due bianche colombe
che portino la pace ovunque
e l'ordine delle cose.

Ma prima di imparare a scrivere
guardati nell'acqua del sentimento.

-Alda Merini-

SPERANZA

Se io avessi una botteguccia
fatta di una sola stanza
vorrei mettermi a vendere
sai cosa? La speranza.

"Speranza a buon mercato!"
Per un soldo ne darei
ad un solo cliente
quanto basta per sei.

E alla povera gente
che non ha da campare
darei tutta la mia speranza
senza fargliela pagare.

-Gianni Rodari-

novità



Dove



Prova la rivoluzione dei docciaschiuma Dove

Pelle morbida effetto crema per

24 ore

Docciaschiuma Dove

24 hr RENEWING MICROMOISTURE



senza solfati
SLES



Maggiori informazioni
al sito www.dove.com



*bottiglia escluso il tappo
ed etichette



Riscriviamo la **Bellezza**

BUY NOW PAY LATER



Sentito parlare di Klarna o Scalapay? Gli abitué dello shopping online li conoscono bene: sono metodi degli acquisti a rate, attraverso una procedura semplice e veloce. Si tratta del Buy Now Pay Later (in italiano: acquista ora, paga dopo) conosciuto anche con l'acronimo BNPL che consente ai consumatori di fare acquisti rateizzando l'importo anzichè saldarlo subito interamente: in genere, arrivati alla selezione del pagamento si può scegliere l'opzione secondo cui si paga solo una parte del prezzo totale e, contemporaneamente, si accetta che le rate successive siano addebitate direttamente sul conto o sulla carta indicati al



momento dell'acquisto. Nella maggior parte dei casi le rate sono di numero e importo prefissato (in genere tre o quattro rate mensili) ma in alcuni casi è anche possibile selezionare un piano di rateizzazione tra quelli offerti. Il BNPL è nato in Europa intorno al 2012 e introdotto l'anno successivo negli Stati Uniti. Il primo fornitore di



questo servizio è stato Klarna, fondato nel 2005 in Svezia con l'intento di offrire ai consumatori la possibilità di rateizzare i propri acquisti online. Attorno a questo business sono poi nate diverse imprese come l'americana Affirm, l'australiana Afterpay, e l'italiana Scalapay.

Il servizio è pensato soprattutto per alcune categorie merceologiche quali abbigliamento, elettronica e viaggi e, in alcuni casi, dal web è sbarcato in punti vendita fisici come negozi di abbigliamento più dinamici e innovativi. Il fenomeno del BNPL conviene certamente alle imprese che fidelizzano la propria clientela e ai consumatori che acquistano generalmente senza interessi. Ma attenzione: il metodo semplice e veloce rischia di farci fare acquisti con leggerezza o prendere in prestito più di quanto si possa ripagare.



NIVEA

INNOVAZIONE

CLINICAMENTE PROVATO

POTENZA L'EFFICACIA ANTI-RUGHE

RISULTATI VISIBILI DOPO
2 SETTIMANE*

**GLYCOSTOP™
& Q10 PURO.**
Previene & riduce
le rughe profonde

**4X PIÙ
EFFICACE****



*Misura strumentale del volume delle rughe, 24 donne, 2023.

**L'utilizzo combinato con NIVEA Q10 Crema Giorno SPF15 porta a 4 tipologie di miglioramenti della pelle misurati scientificamente: rimovo delle cellule della pelle, idratazione, idratazione profonda, disponibilità di Q10 negli strati più superficiali della pelle.

2X BOOSTER DI COLLAGENE***
RUGHE RIDOTTE **DOPO 7 GIORNI**

**Q10 & CREATINA
+ACIDO IALURONICO**



***Il prodotto contiene gli ingredienti Q10 e Creatina, che stimolano la produzione di collagene, test in vitro



BOBINA MILLEUSI

QUALITÀ E
VANTAGGIO
PER LA
TUA CASA

Piùme

metodoadv.com



centralcarta.it



prodotto da



centralcarta
Tissue loving Group

Centralcarta s.r.l.
Via XXV Aprile, 9 -13 , Badia Pozzeveri | 55011 Altopascio, Lucca - Italia
Tel. +39 0583 278 045 | Fax. +39 0583 278 602 | info@centralcarta.it

SI RIDUCE IL NUMERO DI ANIMALI SELVATICI



Secondo un rapporto del WWF, tra il 1970 e il 2020, le popolazioni di animali selvatici, soprattutto a causa delle attività umane, si sono ridotte, in media, del 73 per cento. Il dato è misurato dal Living Planet Index (LPI), un indicatore che permette di capire la salute degli ecosistemi basandosi su quasi 35.000 trend di popolazione e 5.495 specie di anfibi, uccelli, pesci, mammiferi e rettili. In particolare, la riduzione maggiore si è registrata per le specie d'acqua dolce (85 per cento), seguite dai vertebrati terrestri (69 per cento) e dai

vertebrati marini (56 per cento).

Dal punto di vista geografico, la riduzione maggiore è avvenuta per il 95 per cento nella regione dell'America Latina e Caraibi, seguita dall'Africa (76 per cento) e dall'Asia Pacifico (60 per cento). Il calo è stato invece più contenuto in Nordamerica (39 per cento) e soprattutto in Europa (35 per cento) dove il problema era già evidente prima del 1970 e alcune popolazioni si sono stabilizzate o sono aumentate grazie alle opere di conservazione e alla



reintroduzione delle specie.

La riduzione delle popolazioni di animali è strettamente connesso alla distruzione di ecosistemi che sono essenziali per la vita umana: non a caso il report segnala come le minacce segnalate in ogni regione siano il degrado e la perdita di habitat, causati principalmente dal nostro sistema alimentare. Tuttavia, le conclusioni del report, ci dicono che la situazione è molto grave ma non irreversibile: basterebbe che gli accordi siglati a livello mondiale per la conservazione della natura e il suo recupero entro il 2030 avessero una decisa accelerata.



SOMMARIO

DICEMBRE 2024

RUBRICHE

- 14 Mondo Donna
- 16 Strane News dall'Italia
- 18 Strane News dal Mondo
- 20 Salute & Benessere
- 22 Good Mind
- 24 Correva l'anno
- 30 Self-made stories

REPORTAGE

- 26 **TRA MERCATINI PRESEPI**
- 32 **GLI STEREOTIPI DI GENERE**
- 37 **NICHOLAS ORI**

PERSONAGGIO DEL MESE

- 38 **STANLEY KUBRICK**

RUBRICHE

- 44 Zona Beauty
- 46 Tutto intorno all'arte
- 48 Speciale Moda
- 50 Zona Fitness
- 52 Red carpet
- 54 Consigli per la casa
- 56 Io viaggio da sola
- 58 Le ricette di PiùMe
- 62 Garden Place

82

MARIAH CAREY

LA REGINA DEL NATALE!

"ALL I WANT FOR CHRISTMAS IS YOU", BRANO DAL SUCCESSO PLANETARIO QUEST'ANNO SPEGNE TRENTA CANDELINE.



26

TRA MERCATINI PRESEPI
E TRADIZIONI:
LA MAGIA DEL NATALE
TORNA PER GRANDI E PICCINI



66

JONATHAN MILAN
HA CONQUISTATO LA
MEDAGLIA D'ORO E
STABILITO IL NUOVO
RECORD MONDIALE
NELL'INSEGUIMENTO
INDIVIDUALE
DI CICLISMO SU PISTA



PIÙME MAGAZINE

è una rivista di GENERAL PROVIDER Srl registrata presso il Tribunale Ordinario di Lucca. Num. R.G.1009/2015
Numero Reg. Stampa: 9in data 01/09/2015

EDITORE: **Pietro Paolo Tognetti**
DIRETTORE RESPONSABILE: **Luigi Grasso**
DIRETTORE EDITORIALE: **Maurizio Bonugli**
ART DIRECTOR: **Luca Baldi**

HANNO COLLABORATO:

Irene Castelli - Massimo Forli - Tiziano Baldi Galleni - Luca Alberti - Lara Venè - Chiara Zaccarelli - Virginia Torriani - Giulia Biagioni - Fabrizio Diolaiuti - Stefano Guidoni - Katia Brondi - Silvio Ghidini - Redazione "I Consigli di Barbanera" - Federica Ciliberti - Sofia Pieraccini - Giulia Patroncino - Leonardo Pinzuti - Beatrice Sacchi

Direzione, redazione e amministrazione:

Via delle Ciocche, 1157/A
55047 Querceta - Seravezza (LU)
Tel. 0584/752891 - 0584/752892 Fax 0584/752893
maurizio.bonugli@generalgruppo.com

Fotolito e stampa:

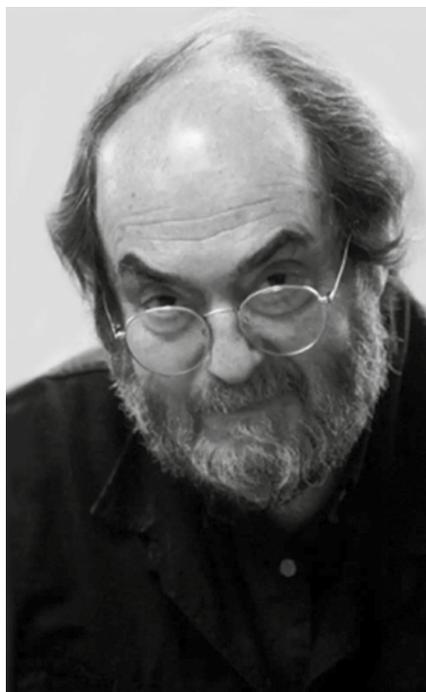
Rotolito S.p.A. Via Sondrio 3 (angolo Via Achille Grandi)
20096 Seggiano di Pioletto (MI) Italy n° ROC 25471
Copyright 2022 GENERAL PROVIDER Srl



32

GLI STEREOTIPI DI GENERE
SONO ANCORA TROPPO DIFFUSI
TRA GLI ADOLESCENTI MA A
SCUOLA SI POSSONO SMONTARE

- 64 Matrix
- 66 The Winner: **JONATHAN MILAN**
- 72 Le avventure di PriMo
- 74 Sulla strada
- 76 La 25ª ora
- 78 My book
- 80 Teatro & Musica
- 82 On stage: **MARIAH CAREY**
- 86 I consigli di Barbanera
- 88 L'altro sport
- 90 Home sweet home
- 92 I giochi di PiùMe
- 94 I Care
- 96 Qua la zampa!
- 98 L'Oroscopo di PiùMe



38

STANLEY KUBRICK
IL GRANDE REGISTA SI
È CIMENTATO
IN OGNI GENERE
CINEMATOGRAFICO
RIVOLUZIONANDOLO
SEMPRE!

48

STILE A TUTTO TWEED
UN TESSUTO CHE
NON PASSA MAI DI
MODA, STAGIONE DOPO
STAGIONE.



Tutti i diritti riservati. Testi, fotografie e disegni contenuti in questo numero non possono essere riprodotti, neppure parzialmente, senza l'Autorizzazione dell'Editore.

Pubblicazione mensile in attesa di registrazione presso il tribunale di Lucca.

Le immagini utilizzate, dove non diversamente indicato, sono di proprietà dell'archivio fotografico ADOBE STOCK.



**LAVORA
CON NOI**



JOB.IPERSOAP.COM



LE AZIENDE GUIDATE DALLA DONNE HANNO RENDIMENTI MAGGIORI MA LA STRADA È LUNGHISSIMA

“LE AZIENDE CON UNA RAPPRESENTANZA DI DONNE SUPERIORE AL 30% NEL TOP MANAGEMENT HANNO MOLTE PIÙ PROBABILITÀ DI REGISTRARE RENDIMENTI FINANZIARI MAGGIORI SE CONFRONTATE CON QUELLE CON UNA PRESENZA FEMMINILE PARI O INFERIORE AL 30%.”

Le conclusioni del report di McKinsey Diversity **Matters Even More**, dedicato alla relazione tra diversità di leadership e performance aziendale, sono nette. Secondo la società di consulenza strategica americana, in un momento in cui le aziende sono sotto pressione per mantenere la performance finanziaria, il vantaggio delle politiche sulla diversità, equità e inclusione non solo regge, ma diventa ancora più forte. Stando all'Italia, quell'obiettivo del 30% richiesto dagli standard Esg è lontano se si considera che sebbene le quote rosa abbiano fatto breccia in oltre il 40% delle società quotate, secondo uno studio di Mercer, colosso della

consulenza sul capitale umano e di servizi previdenziali e attuariali che analizza i vertici delle 40 maggiori aziende di Piazza Affari, solo un manager su cinque è donna. Il problema è complesso e chiama in gioco diversi fattori, in primis certo il welfare di sostegno all'equilibrio famiglia-lavoro. Ed è indicativo a questo proposito come nei paesi del Nord Europa come Svezia e Danimarca, dove il sistema welfare a sostegno delle famiglie è molto forte, le differenze sono meno accentuate. Molto compete anche al sistema imprese, alla capacità di intervenire sulla differenza media di retribuzioni tra i due generi (il cosiddetto

gender pay gap) e agli investimenti per incentivare la leadership femminile. Anche su questo la società americana è chiara: le aziende che riusciranno ad attuare cambiamenti culturali profondi e misure concrete per migliorare l'equilibrio vita-lavoro per le donne, non solo beneficeranno di performance finanziarie più solide, ma potranno raggiungere migliori livelli di produttività, con ricadute sull'intero sistema economico.



POSH+ *pop*

*Vivi la festa con
le nuove fragranze*



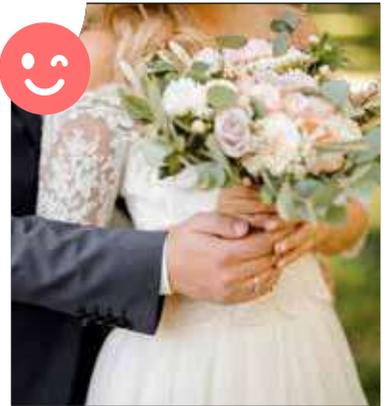
Il papà artista

Lasciate perdere i classici fiocchi azzurri e rosa, ormai demodé, perché la nuova moda del 2025 sarà... dipingere l'intera casa con il colore del nascituro! È successo a Treviso, dove un imminente papà, decisamente creativo, ha deciso di celebrare in grande stile la nascita del suo bambino colorando l'intera facciata di casa sua di azzurro e scrivendo il nome del piccolo in caratteri cubitali. Federico Lucchetta, di professione artista, era già ampiamente conosciuto nel quartiere per le sue idee eccentriche. Nel 2020 aveva lasciato tutto il vicinato a bocca aperta con l'installazione di una cicogna mastodontica (alta oltre 7 metri!) per accogliere la sua primogenita, e anche in occasione del secondo figlio non è stato da meno. Mentre la compagna era in ospedale in travaglio, Federico ha messo in piedi la sua coloratissima sorpresa, trasformando in breve tempo la casa nel punto di ritrovo del quartiere, con vicini e passanti che si fermavano meravigliati per congratularsi con la coppia. "Volevo che tutto il mondo sapesse quanto siamo felici di accogliere il nostro piccolo," ha dichiarato Federico in un'intervista al Corriere di Udine. "Tra qualche settimana, riporterò tutto alla normalità. Ma nel frattempo, un po' di colore e ottimismo non guastano." Tutto il quartiere (e anche noi) si domanda quale altra trovata riuscirà ad inventare per la nascita del terzo figlio!



Nozze all'Ipercoop

Un episodio davvero esilarante ha colpito clienti e personale di un supermercato a Castelfiorentino, Firenze, dove due novelli sposi hanno deciso di fare la spesa subito dopo aver pronunciato il fatidico sì. Appena usciti dalla cerimonia, ancora in abiti nuziali e con un sorriso a 32 denti, Daniele Pitruzzella e Lisa D'Urso si sono fatti strada tra gli scaffali, scortati da una folla di amici e parenti e attirando ovviamente l'attenzione di tutti. L'idea è stata partorita dai loro amici, che ben sapevano della passione della coppia per la spesa e della loro abilità come cacciatori di offerte. Così, i due sono stati al gioco e si sono recati al supermercato assieme a tutta la comitiva degli invitati per fare incetta di banane, pan di Spagna e panna montata, utilizzati poi dagli amici per fare altri scherzi alla coppia. Dopo questa parentesi decisamente non convenzionale, la giornata si è conclusa in bellezza con il classico banchetto nuziale e con la partenza per la luna di miele che no, nonostante i gusti della coppia non sarà in qualche centro commerciale super fornito, ma in Grecia.



Incidenti di percorso

Convinte di essere arrivate a Padova, scoprono di essere arrivate a... Milano! La storia, uscita direttamente da una commedia degli errori, ha fatto il giro del web grazie alla registrazione fatta a bordo di un taxi. Tutto inizia alla stazione di Milano Rogoredo, dove due amiche salgono in taxi per dirigersi verso "Corso Stati Uniti". A quel punto, lo scambio con il tassista è surreale: lui che osserva perplesso il navigatore chiedendo se Corso Stati Uniti si trovi a Torino, loro, ancora più perplesse, che gli assicurano che la destinazione si trova a soli cinque minuti dalla stazione di Padova e infine, lo scioglimento: "Signora, ma qui siamo a Milano!". Attimi di sgomento e incredulità fra i tre, mentre ognuno cerca di capire se si tratti solo di una candid camera. Le donne, sconvolte, insistono: "Abbiamo preso il treno per Padova, non è possibile!" e il siparietto si conclude con il tassista che cerca di trattenere a stento le risate.



Cassonetti in libertà

A Torino, una scena surreale ha lasciato tutti a bocca aperta. Un automobilista ha scoperto che il suo veicolo era diventato il sopralco di un cassonetto dei rifiuti, spostato dalla sua sede abituale e collocato con precisione ingegneristica esattamente sopra il tettuccio dell'auto. I passanti, tra esclamazioni di stupore e risate, non hanno potuto fare a meno di immortalare il momento, trasformando una situazione di emergenza in una gag indimenticabile. Chissà se l'automobilista, costretto a pagare i danni causati alla carrozzeria da questa originale trovata, riuscirà un giorno a ricordare con un sorriso l'incredibile mattina in cui la spazzatura ha preso possesso della sua auto! E, soprattutto, rimane un mistero il movente di questo bizzarro evento: una bravata, una vendetta o il desiderio del cassonetto di esplorare nuovi orizzonti?





SCOPRI LA PROTEZIONE
più adatta a te



DEMAK *up*

2X PIÙ EFFICACE*



*Rispetto alla rimozione del fondotinta liquido usando solo il latte detergente

Non tutti i supereroi indossano una maschera

Un piccolo eroe a quattro zampe ha messo a rischio la propria vita per salvare il suo amato padrone. È accaduto a Washington, nella contea di Stevens, dove Gita, un cagnolino coraggioso, ha dimostrato che il vero amore non conosce ostacoli. Il suo padrone, un uomo di oltre ottant'anni, si era fatto male dopo una brutta caduta e non riusciva più a rialzarsi. Nonostante il pericolo, l'animale si è precipitato verso la strada più vicina, lanciandosi nel traffico nel disperato tentativo di fermare qualche automobilista. La fortuna ha voluto che il vicesceriffo Wright, passando di lì, notasse il cane solo e irrequieto. Insospettito, ha seguito Gita fino a una baita vicina, dove ha scoperto l'anziano in grave difficoltà e bisognoso di urgenti cure mediche. Grazie al coraggio di Gita, il suo proprietario ha ricevuto l'assistenza necessaria, e il cagnolino ci ha fatto capire che, a volte, si può essere super eroi anche con quattro zampe e una coda scodinzolante.



Romeo e Giulietta, un amore criminale

Non Bonnie e Clyde bensì Giulietta e Romeo, così è stata soprannominata una coppia di fidanzati la cui idea di "serata romantica" consisteva nel rapinare negozi di cannabis armati di fucili e pistole. Gabriella Tovar e Jesus Mendoza, rispettivamente 29 e 24 anni, ora si trovano di fronte a un possibile ergastolo per gli oltre 14 capi d'accusa pendenti su di loro. Piuttosto che passeggiare al tramonto oppure andare al cinema, la coppia ha optato per un hobby un po' più illegale e molto specifico, scegliendo di rapinare esclusivamente cannabis store. La loro carriera criminale si è bruscamente interrotta quando Jesus Mendoza, intercettato dalle telecamere di sicurezza durante una delle loro avventure, è stato inseguito dalla polizia di Los Angeles e si è schiantato con la sua auto. E, come se non bastasse, davanti ai giudici questi moderni Romeo e Giulietta hanno avuto addirittura il coraggio di proclamarsi innocenti.



Parto a tutta velocità

È successo a Bruxelles, e la storia è così incredibile che sembra il copione di un film: una giovane donna ha partorito in una stazione della metropolitana. La donna si trovava comodamente seduta su un vagone del treno quando... è entrata in travaglio. Il personale di bordo ha immediatamente attivato la procedura di emergenza, facendo scendere la donna alla stazione più vicina perché potesse ricevere assistenza dai paramedici lì presenti. Ma, sorpresa: i paramedici non hanno potuto che dichiarare impossibile il trasporto della donna in ospedale, e così la giovane ha dato alla luce la sua bambina proprio lì, alla stazione di Beekant, in mezzo al via vai dei pendolari. La Stib, l'azienda dei trasporti della capitale europea, ha poi fatto sapere sui propri social che la piccola, già soprannominata metro baby, in considerazione dell'eccezionalità dell'evento, riceverà un abbonamento ai mezzi gratis per tutta la vita!



Reazione a catena

A Mantova pare sia andato in scena uno sketch degno di Zelig. Durante un normale pattugliamento, i Carabinieri di Castel Goffredo notano un'Opel Corsa procedere a zig-zag sulla strada che porta al centro abitato di Casaloldo. Giustamente preoccupati, decidono di fermare il veicolo per un controllo scoprendo che il conducente, un 52enne residente nella zona, è decisamente più allegro del dovuto, essendo in effetti ubriaco fradicio. Poi, mentre gli agenti stanno redigendo il verbale, ecco che arriva un'altra auto, una Ford Focus guidata da un 19enne di Castel Goffredo. E, colpo di scena! Il giovane tampona l'auto dei carabinieri ferma sul ciglio della strada. I carabinieri, increduli, si rendono conto che anche il teenager ha alzato un po' troppo il gomito. Morale della favola, entrambi i conducenti si sono ritrovati senza patente. Insomma, una doppia bravata che ha reso la serata dei carabinieri tutt'altro che noiosa.





SCOPRI I NUOVI ADDITIVI E LA NUOVA FORMULA DI OMINO BIANCO DETERSIVO LAVATRICE



**PROFUMA FINO A 72 ORE
GRAZIE ALLE NUOVE PERLE DI PROFUMO**

Semi di chia, il segreto per tutti

Originari dell'America Latina, punto di vista nutrizionale, questi semi sono un vero tesoro. Ricchi di fibre, contribuiscono alla buona salute dell'apparato digerente. Contengono anche un'elevata quantità di acidi grassi omega-3, benefici per la salute del cuore. Fonte di proteine e aminoacidi essenziali, e quindi ottimi per le persone che seguono una dieta vegetariana, sono ricchi di antiossidanti che aiutano a combattere i radicali liberi, molecole responsabili dell'invecchiamento cellulare.



Un sogno dell'aromaterapia

Il Ravintsara è un albero della canfora tipico in Madagascar. Va usato con cautela: ma l'olio essenziale di Ravintsara aiuta il nostro corpo a combattere tante infezioni. Antivirale e antibatterico è ottimo contro le infezioni dell'apparato respiratorio (influenza, raffreddore, sinusite, mal di gola). È espettorante e mucolitico, stimola il sistema immunitario. Leggermente antifungino, combatte le infezioni come le micosi. Migliorando inoltre il dinamismo e rafforzando l'equilibrio nervoso.



Ritorno al Tè Verde

Sapevate che il tè è la 2° bevanda più consumata al mondo dopo l'acqua? Tra tutte le varietà, il tè verde è di sicuro il più benefico. Mentre il tè nero subisce una trasformazione complessa (fino a 14 fasi), compresa l'ossidazione, il tè verde viene appassito, riscaldato rapidamente prima che si ossidi, arrotolato ed essiccato. Meno dotato di caffeina, riduce i livelli di colesterolo, soprattutto del colesterolo "cattivo", l'LDL. Fra le funzioni cognitive, diversi studi hanno dimostrato l'efficacia sulla protezione della memoria e delle connessioni neuronali.



Rafforzati nella stagione fredda

Grazie al sistema immunitario il corpo si difende dagli attacchi dei microbi, inclusi batteri e virus. Qualche consiglio? Moderare zucchero, bevande zuccherate e cibi che rallentano l'azione dei globuli bianchi, cellule del sistema immunitario che combattono le infezioni. Una passeggiata di 30 minuti permette ai globuli bianchi di circolare meglio nell'organismo, ed essere più efficaci. Dormi bene: la mancanza di sonno aumenta i livelli degli ormoni dello stress, cortisolo e adrenalina, che impediscono il funzionamento del sistema immunitario se prodotti per lunghi periodi.



Nuove candele fai da te

Un efficace recupero delle candele usate? Taglia la cera in pezzettini (anche mettendola in freezer, congelata è facile da rompere). Compra degli stoppini in negozi di bricolage, immergili nella cera sciolta e lasciali asciugare tesi per indurirli. Sciogli la cera in un pentolino di metallo a bagnomaria (eventualmente fra tonalità simili o alternando strati di colori diversi, aspettando che ognuno si solidifichi un po' prima di versare il liquido caldo di un altro colore). Intanto prepara il contenitore: vecchie tazzine o vasetti, barattoli di yogurt da staccare per ottenere una candela liscia, formine per il ghiaccio... versa la cera e fai raffreddare.



ANTICA ERBORISTERIA SORRISI NATURALI.

NOVITÀ



IL POTERE DELLE ERBE

Selezioniamo con cura i nostri ingredienti dalla natura per combinare il meglio delle erbe e della tecnologia.



BRINDARE CON IL BICCHIERE MEZZO PIENO

Quello che ci succede nella nostra vita è sempre filtrato dalla nostra interpretazione. Siamo noi che attraverso i nostri pensieri, diamo un senso alle cose che accadono e cerchiamo spiegazioni a quello che ci succede. A volte tendiamo a concentrarci troppo sui lati negativi della vita, e questo atteggiamento mentale ha profonde conseguenze sulla nostra salute sia psicologica che fisica. Numerosi studi dimostrano che un atteggiamento positivo può ridurre lo stress e migliorare la salute in generale. La tendenza a vedere il bicchiere mezzo vuoto alla lunga favorisce l'insorgenza di un umore depresso e di conseguenza l'isolamento, predisponendoci a varie patologie. Alcune persone tendono ad avere una generale visione pessimistica che le porta ad essere convinte che prima o poi qualcosa di negativo accadrà. Il nostro cervello

PER LA RICERCA LE PERSONE OTTIMISTE HANNO PIÙ SUCCESSO NEGLI STUDI, SUL LAVORO E NELLE RELAZIONI, E ANCHE UNA VITA PIÙ LUNGA!

non è fatto per renderci felice, ma per farci sopravvivere e per tale scopo, l'ansia è un elemento imprescindibile. Secondo alcuni studi, le aspettative positive e negative riguardo al futuro sarebbero importanti per comprendere la vulnerabilità sia ai disturbi dell'umore che ai disturbi d'ansia. Alcuni autori hanno proposto di attribuire maggiore importanza nel promuovere una visione ottimistica in soggetti pessimisti in psicoterapia, come strategia efficace per combattere la depressione. Se riuscissimo a monitorare i nostri pensieri negativi e disfunzionali, si aprirebbe la possibilità di riformularli e contrastarli con un pensiero non catastrofico: ad esempio, "non ce la farò mai" potrebbe trasformarsi in "questo è un

compito difficile, ma con impegno posso farcela!". Alcuni passi per imparare a diventare più positivi riguardano sicuramente le nostre abilità di problem solving in quanto spesso per affrontare un problema cerchiamo di identificare la miglior soluzione in assoluto, rimuginando sulle possibili soluzioni senza mai sentirci soddisfatti. È più funzionale cercare la soluzione più accessibile ma anche soddisfacente: limitando il tempo di riflessione e il numero delle opzioni per giungere alla scelta conclusiva per la soluzione del problema. Diventare più ottimisti richiede costanza e impegno, è un processo faticoso ma può apportare grandi benefici in termini di benessere emotivo.



Giulia Biagioni

Psicologa abilitata, laureata in Psicologia Clinica e della Salute. Esperta in Psicologia dell'età evolutiva, in particolare disturbi del comportamento e ADHD Specializzanda in Psicoterapia Cognitivo Comportamentale.

Instagram: [giuliabiagioni_psicologa](https://www.instagram.com/giuliabiagioni_psicologa)
Email: giuliabiagioni_psicologa@gmail.com
Studio: Via Cairoli 36, Massa 54100



100%clean

FONDOTINTA PERFEZIONATORE

UNIFORMANTE E LEVIGANTE
98,5% DI INGREDIENTI
DI ORIGINE NATURALE
CON ESTRATTO DI GELSOMINO
DALLE PROPRIETÀ LENITIVE
FORMULA VEGAN*



*priva di ingredienti di origine animale



8 DICEMBRE 1980: VIENE UCCISO JOHN LENNON

L'8 dicembre di quest'anno cade il quarantatreesimo anniversario della tragica scomparsa di John Lennon, tra i più famosi cantautori di sempre. L'artista è noto innanzitutto per essere uno dei membri fondatori dei Beatles, la leggendaria band di Liverpool. Anche dopo lo scioglimento del gruppo è riuscito in una brillante carriera solista, spesso in tandem con la moglie Yoko Ono, incidendo brani immortali come "Imagine". Tra i temi che Lennon ha messo al centro della sua opera ci sono la pace e l'amore universale, bandiere dello spirito attivista che lo contraddistingueva. Nel 1980, di fronte all'edificio di New York dentro al quale viveva, Lennon viene sorpreso da un folle fan che gli spara, privando il mondo di uno dei suoi volti più noti e amati.



MANTIENI LA TUA CASA PULITA E PROFUMATA *per le feste*





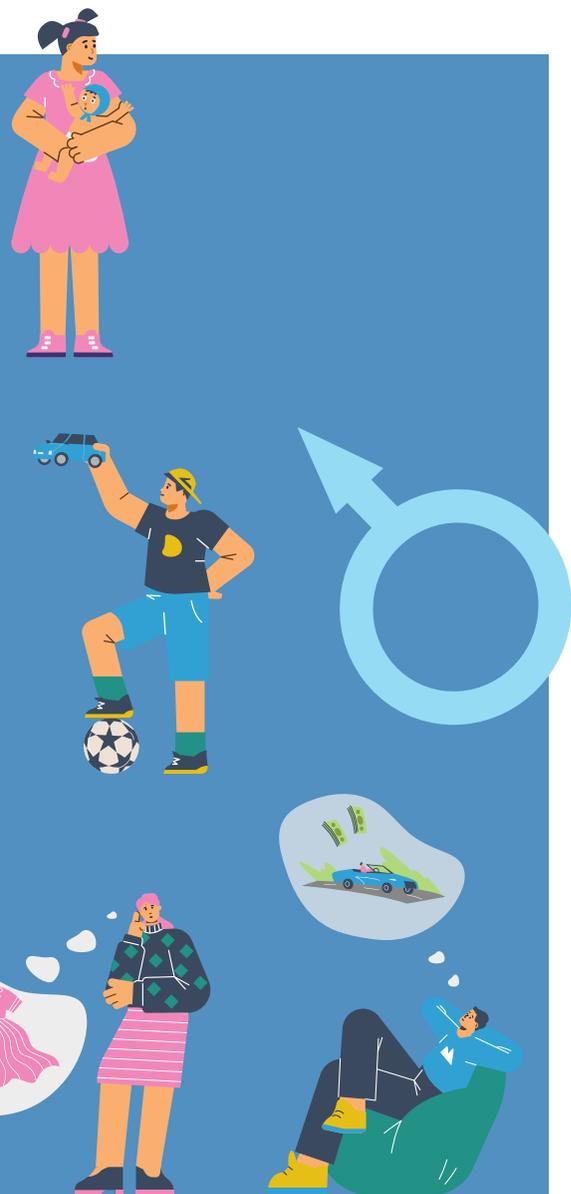
GLI STEREOTIPI DI GENERE SONO ANCORA TROPPO DIFFUSI TRA GLI ADOLESCENTI MA A SCUOLA SI POSSONO SMONTARE



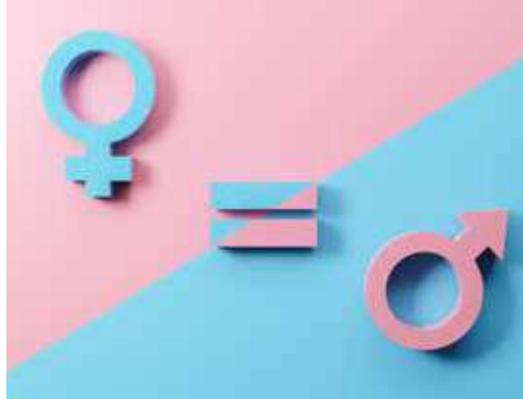
In cucina ci sta la mamma, a capo dell'azienda, papà. Dei nonni si occupano le donne, delle operazioni finanziarie, gli uomini. Le bambine si vestono di rosa, i maschietti di azzurro. Le femmine frignano, i maschi no e via così: questi sono i cosiddetti stereotipi di genere secondo cui è normale che alcune mansioni siano di

competenza delle donne e certe altre degli uomini. Frasi frutto di convinzioni radicate, dure a morire. E, sorpresa, anche tra i giovani che dovrebbero essere distanti da certi modelli che si crederrebbe appartenere al passato. Erroneamente perchè, alla soglia del 2025, tocca scoprire che tra gli adolescenti italiani è

ancora oggi presente una forte stereotipia di genere, e con essa "la resistente convinzione dell'esistenza di ruoli di genere che prevedono il primato dell'uomo nelle posizioni apicali e quello della donna negli oneri di cura e assistenza familiare". Lo ha messo nero su bianco un'indagine campionaria nazionale sullo Stato



Livelli medio-alti di stereotipia di genere si rintracciano negli istituti professionali, tra i rispondenti stranieri e tra chi ha uno status culturale familiare basso. Diversamente, meno affetti da tale stereotipia sono i liceali e chi ha uno status culturale familiare alto



dell'adolescenza 2023, realizzata dall'Osservatorio sulle Tendenze Giovanili, cogestito dal gruppo di ricerca Mutamenti sociali, valutazione e metodi (MUSA) del Consiglio nazionale delle ricerche, Istituto di ricerche sulla popolazione e le politiche sociali (Cnr-Irpps), e dal Dipartimento per le politiche della famiglia della Presidenza del Consiglio dei Ministri. La ricerca che ha coinvolto 4288 studentesse e studenti di scuole pubbliche secondarie di secondo grado, aveva lo scopo di identificare i fattori di tipo sociale e individuale ostativi alla diffusione del benessere, delle pari opportunità e dell'inclusione sociale.

L'uomo può fare il poliziotto, la donna cucina, si occupa dei figli o insegna.

Sono le affermazioni spia degli studenti interpellati. Il livello di stereotipia di genere di cui sono portatori gli adolescenti è stato

misurato con l'ausilio di affermazioni "spia" relative all'idea che all'uomo debbano essere assegnati compiti di comando, potere e produzione di reddito, e alla donna gli oneri relativi alla cura e all'assistenza in particolare domestica. Per meglio indagare la diffusione di questi condizionamenti sociali, come si legge nella relazione che spiega i risultati dell'indagine, è stata misurata l'adesione all'idea dell'esistenza di specifici ruoli sociali di genere, che è diretta conseguenza dell'interiorizzazione degli omonimi stereotipi. "In questo caso – commenta Antonio Tintori del CNR-IRPPS - viene fornito agli adolescenti un elenco di ruoli e azioni, e chiesto di indicare chi sia più portato a ricoprirli o compierle: gli uomini, le donne o se il sesso sia irrilevante. Ecco, il 36,7 % degli adolescenti attribuiscono agli uomini determinate capacità o attività come: comandare a lavoro, fare il presidente,



fare il poliziotto, guidare, giocare a calcio, giocare ai videogiochi, combattere nello sport, guadagnare tanto e fare lo scienziato. Queste convinzioni sono nettamente più diffuse tra i rispondenti di sesso maschile (49,6% maschi e 18,4% femmine). Si posizionano invece su un'adesione medio-alta ai ruoli di genere femminili, richiamati da attività quali: cucinare, danzare, insegnare, occuparsi dei figli, pulire, fare la spesa, parlare per molto tempo al telefono e leggere, il 20,4% degli adolescenti, con un'importante prevalenza ancora maschile (26,9% maschi e 11,3% femmine).

Gli stereotipi di genere sono più diffusi tra i maschi, studenti degli istituti tecnici e tra gli immigrati

L'analisi dei risultati

mostra la presenza tra gli adolescenti di un medio-alto livello di stereotipia di genere nel 29,3% dei casi (39,6% maschi e 14,5% femmine). Il 48,5% del campione è portatore di una bassa stereotipia, mentre è esente dagli stereotipi di genere solo il 22,2% degli adolescenti. "Ponendo in relazione questo indicatore con le principali variabili strutturali - mette in evidenza Tintori - i livelli medio-alti di stereotipia di genere si rintracciano negli istituti professionali, tra i rispondenti stranieri e tra chi ha uno status culturale familiare basso. Diversamente, meno affetti da tale stereotipia sono i liceali e chi ha uno status culturale familiare alto".

Combattere gli stereotipi fin dai primi anni di scuola

Gli adolescenti che

rispondono che nei posti di potere ci vedono gli uomini e ai fornelli le donne sono quegli stessi bambini che alle elementari immaginano la maestra e l'infermiera al femminile e lo scienziato e il dottore al maschile. Un pregiudizio che le istituzioni, a partire da quelle europee, tentano di combattere. Spesso le migliori idee per farlo arrivano da professionisti del settore, come l'agenzia DNART che ha dato vita alla piattaforma web (<https://stereotipidigenere.eu/>), ideata per fornire ai docenti e alle docenti della scuola primaria e secondaria di primo grado una serie di strumenti gratuiti per formarsi e lavorare in classe con attività utili a coinvolgere e stimolare la partecipazione e il pensiero critico di studenti e studentesse, uomini e donne di domani. Il sito web offre gratuitamente 50 schede, video-pillole di approfondimento, strumenti operativi e una serie di tools per una didattica attiva sui temi di stereotipi e parità di genere. Tra gli strumenti didattici disponibili, si trovano bibliografie, glossari e test di autovalutazione con schede divise per temi ed età, oltre a diverse proposte su attività pratiche da svolgere come il role playing, esercizi per riconoscere gli stereotipi che si celano nella routine quotidiana. Tutto contenuto in un kit gratuito scaricabile sia dai docenti sia dagli studenti; un semplice kit per smontare gli stereotipi e favorire la cultura della parità.

Pink Sugar

MADE OF DESIRE



Il desiderio che diventa realtà per corpo e capelli.
Stessa profumazione, ancora più pink.



BABBO NATALE!

CHIUDI GLI OCCHI: STA ARRIVANDO BABBO NATALE

La figura di Babbo Natale copre un ampio raggio di culture precristiane secondo le quali alcune divinità portavano doni agli uomini. Babbo Natale, inizialmente conosciuto come San Nicola e vescovo di Myra, (nell'attuale Turchia) nasce intorno al 270 a.c. Miti e leggende lo vogliono dispensatore di doni e protettore di bambini. Uno di questi miti narra che San Nicola donò del denaro a giovani fanciulle per sfuggire alla prostituzione voluta dal padre; mentre tre bambini fatti a pezzi da un oste spietato resuscitarono grazie alla figura del Santo.

Fu nel corso del Medioevo che la figura di San Nicola si espanse in Europa e nella ricorrenza della sua presunta morte - 6 dicembre - le persone più abbienti fondarono l'usanza di scambiarsi doni, usanza che divenne popolare soprattutto nell'Europa dell'Est.

Ma è proprio nei Paesi Bassi che Sinterklaas (traduzione olandese di San Nicola) nella notte del 6 dicembre si presenta in abiti vescovili rossi e con barba bianca carico di regali per i bambini.

Dobbiamo però attendere il XVI secolo per vedere apparire Babbo Natale, noto come Father Christmas, con vesti verdi o rosse bordate di pelliccia nella rappresentazione dello spirito natalizio del folklore inglese. Inevitabilmente questo girovagare di Sinterklaas - o Father Christmas che dir si voglia - portò ad una unione



tra i due in America del Nord. La città di Nuova Amsterdam fondata dai colonizzatori olandesi nel 1625 fu ribattezzata New York dagli inglesi quarant'anni dopo ed è qui che Sinterklaas, portato dagli olandesi, assunse definitivamente le caratteristiche dell'odierno Babbo Natale con il nome di Santa Claus (la variante Nikolaus dal nome Nicola). Nei primi decenni dell'Ottocento alcuni autori americani lo ritrassero come un corpulento signore alla guida di una slitta trainata da renne, impegnato a consegnare doni ai più piccoli. Al disegnatore Thomas Nast va il merito di aver raffigurato Babbo Natale come un signore panciuto vestito di rosso che vive al polo Nord. Con lo sviluppo del sistema postale negli Stati Uniti divenne possibile scrivere a Babbo Natale e l'invio di lettere fu popolare dopo che nel 1871 lo stesso Thomas Nast ritrasse Babbo Natale intento a leggere le lettere ricevute.

Ai disegnatori seguirono gli scrittori che resero nota la figura del benefattore e all'inizio del Novecento Frank Baum pubblicò il libro per bambini *The Life and Adventure of Santa Claus*. Negli anni '30 Babbo Natale diventa testimonial della Coca Cola e grazie alle abili doti artistiche del disegnatore Haddon Sundblom abbiamo la prima versione attuale di Babbo Natale ispirato alla poesia *La visita di San Nicola* di Clement Clark Moore. Oggi tutto il mondo conosce Babbo Natale e con lui recuperiamo il tempo passato e il suo significato, ricomponiamo ricordi fatti di sensi: annusiamo l'arrivo di un dolce a tavola, vediamo luci colorate, udiamo le gaie risate per i doni ricevuti e siamo tutti più buoni e solidali.

La sua attesa va oltre l'età, estrazione sociale e formazione culturale, tutti lo attendiamo con il piacere della nostra immaginazione.

E tu hai già scritto la lettera a Babbo Natale?

Liverpool Santa Claus Dash è uno dei più famosi raduni di persone vestite da Babbo Natale che si sfidano in una corsa di cinque chilometri.

Attraverso il North American Aerospace Defense Command è possibile tracciare il percorso compiuto dalla slitta di Babbo Natale.

Dove spedire la tua lettera a Babbo Natale: Santa Claus, Santa Claus's Main Post Office, 96930 Napapiiri, Finlandia

**Libri consigliati: Canto di Natale di Charles Dickens
Film consigliato: Miracolo nella 34ª strada (1947) di George Seaton.**



CARO **BABBO NATALE**

Mi chiamo Annalisa
e ho 8 anni

Ti scrivo per dirti che quest'anno ho stata/o:

- Bravissima/o
- Abbastanza brava/o
- Monella/o

Mi piacerebbe tantissimo ricevere come dono di Natale:

patatine e la casa delle Barbie

Grazie e...ti aspetto!

Annalisa



Per **BABBO NATALE**
CIRCOLO POL
96930 ROV
DIA

TRA MERCATINI PRESEPI E TRADIZI

LA MAGIA DEL NATALE
TORNA PER GRANDI E PICCOLI



ZIONI:

INI

Torna dicembre, il mese delle feste più belle dell'anno, delle reunion di famiglia, le grandi abbuffate, la corsa al regalo più azzeccato e le cene di auguri.



Sant'Ambrogio, patrono della città e che, dal 1951, apre la stagione della Scala. La Prima è un evento unico, avvenimento musicale e culturale e, insieme, mondano, a cui prendono parte da sempre le più alte cariche della città, dello Stato e della vita sociale economica e culturale italiana. Quest'anno verrà rappresentata La Forza del Destino di Giuseppe Verdi, diretta dal Maestro Riccardo Chailly con la regia di Leo Muscato, Anna Netrebko nel ruolo di Leonora, Ludovic Tézier come Don Carlo e Jonas Kaufmann nel ruolo di Don Alvaro.

L'evento animerà tutta la città con la possibilità di seguire gratuitamente in diretta la Prima in più di 30 luoghi diversi. Il giorno dopo si accende l'albero in Piazza Duomo, mentre al Castello Sforzesco è in programma la famosa fiera degli Oh Bej! Oh Bej!, che da secoli ormai apre le festività natalizie dei milanesi alla ricerca di oggetti antichi, prodotti artigianali, dolci, e curiosità di ogni tipo.

Napoli eterna

Almeno una volta nella vita si deve visitare Napoli durante le feste di Natale. Qui c'è una strada intera, Via San Gregorio Armeno, che nel periodo natalizio è interamente dedicata ai presepi. Una dopo l'altra si trovano botteghe artigiane storiche dove vengono

Si accendono le luci, nelle piazze spuntano mercatini tradizionali del fatto a mano e case di babbo Natale per la gioia dei bambini. Da nord a sud le città diventano più belle, offrono attrazioni, onorano tradizioni antiche e ne creano di nuove: ovunque è la magia del Natale. Dappertutto la giornata che dà il via ufficiale alle festività natalizie è l'8 dicembre, la celebrazione dell'Immacolata. Per molti è il giorno dedicato all'addobbo dell'albero in casa, per altri è l'occasione di gite fuori porta verso città e borghi dove il fascino della festa è ancora più forte.

Milano

La prima città a cui si pensa per entrare al meglio nello spirito del Natale è certamente Milano. Qui la Festa dell'Immacolata è anticipata da quella del 7 dicembre in cui si celebra



realizzate le ambientazioni e le statuine del presepe Napoletano, una tradizione antica che risale al 1025. Si trovano esposte statuine di pastori, personaggi classici, le ambientazioni dell'epoca che convivono, come la tradizione napoletana vuole, con personaggi meno convenzionali, come personalità televisive, sportive o politiche o al centro delle cronache del momento. Immancabili le icone di Totò, Pino Daniele, Eduardo De Filippo, Massimo Troisi, Maradona.

In ogni angolo una luce e tante golose specialità culinarie, dagli struffoli alla pastiera, il cuoppo fritto, il cuzzatiello e la classica sfogliatella.

E poi ci sono i borghi

I borghi seminati in tutta Italia sono di per sé uno spettacolo di storia, arte e architettura, da ammirare e proprio per questo, illuminati e valorizzati ad arte, hanno la capacità di trasmettere una magia unica che a Natale riesce perfino a superarsi. In **Alto Adige**, complici le montagne innevate e i paesaggi alpini, le strutture in legno e una tradizione di anni, sono diversi i paesi che regalano l'atmosfera natalizia: a **Merano** le strade si riempiono dei tradizionali mercatini in circa 60 casette in legno che vendono prodotti d'artigianato e ottimi prodotti locali; famosi e caratteristici anche quelli nella piazza davanti al Duomo di **Bressanone** dove abbondano oggetti e gustose specialità culinarie. Si possono gustare biscotti di panpepato, i Kirchtagskrapfen e lo Zelten, il tradizionale pane dolce alla frutta), tutto accompagnato da vin brulé.

A **Manarola**, borgo a strapiombo sul mare nel Parco Nazionale delle Cinque Terre, in Liguria, l'8 dicembre si inaugura invece un presepe da Guinness dei Primati: tutta la collina si illumina in un gioco unico di luci

grandi e piccole che disegnano le forme dei vari personaggi della rappresentazione religiosa. Uno spettacolo unico, con 17.000 lampadine e più di 300 figure alte da uno a tre metri. Per rimanere in Liguria, a **Tellaro**, piccolo borgo di pescatori arroccato sopra il Golfo dei Poeti, è bello andare la sera della vigilia di Natale, quando si celebra il Natale Subacqueo. Le case e i muri che costeggiano il porticciolo sono illuminati da migliaia di candele, mentre in mare un gruppo di subacquei riportano in superficie la statua di Gesù bambino adagiata su una conchiglia.

In Umbria, a **Gubbio**, è possibile ammirare l'Albero di Natale più grande al mondo entrato da anni nel libro del Guinness dei Primati: 260 lucine colorate distribuite lungo il versante del Monte Ingino per oltre 650 metri. Sopra la grande stella cometa che occupa oltre 1000 metri quadri. Si accende il 7 dicembre dopo il tramonto e vederlo prendere vita ha un fascino raro capace di regalare al borgo un'atmosfera unica di pace e di festa. L'intera città viene poi addobbata per tutto il mese di dicembre e viene allestito il Christmas Land mentre a bordo del Gubbio Express Christmas si può fare il giro del centro storico.

Ad **Assisi**, accanto ai tradizionali mercatini e le iniziative storiche, il Natale 2024 sarà all'insegna del il "Cantico delle Creature" di San Francesco, che prenderà vita sulle facciate di chiese, palazzi storici e monumenti, attraverso suggestive illuminazioni scenografiche per lanciare al mondo un messaggio di pace e di speranza.



ASTRA

MAKE-UP

LIP BONDAGE

VINYL LIP LACQUER

Non solo un rossetto ma una dichiarazione: Lip Bondage, il nuovo liquid lipstick dal finish vinilico di Astra Make-Up, nasce per celebrare l'audacia, la seduzione e la tensione a un ideale di bellezza estrema e senza compromessi.



DISPONIBILE IN 10 COLORAZIONI



ASTRAMAKEUP.COM



NICHOLAS ORI

LO ABBIAMO CONOSCIUTO LA SCORSA ESTATE NEL CORSO DEL "FESTIVAL CANTA BIMBI" QUA IN VERSILIA A DUE PASSI DAL MARE PERCHÉ PER LUI, LA MUSICA E IL CANTO SONO UNA SUPER PASSIONE. SI CHIAMA NICHOLAS ORI ED È UN VERO PROPRIO "URAGANO" DI SIMPATIA CHE CONTAGIA COL SUO SORRISO E I SUOI OCCHI GRANDI GRANDI. DA UN BAMBINO DI 8 ANNI ALTO UN METRO E VENTI O GIÙ DI LÌ, TI ASPETTERESTI QUEL PIZZICO DI TIMIDEZZA AL COSPETTO DEGLI ADULTI TIPICO DEI PIÙ PICCINI. MA QUESTO NON È IL CASO DI NICO PERCHÉ LUI SI TROVA PERFETTAMENTE A SUO AGIO GRAZIE ALLA SUA PARLANTINA TRAVOLGENTE E ALLA SUA INNATA ED ELOQUENTE ESPANSIVITÀ. È DAVVERO UN PIACERE STARLO AD ASCOLTARE E NOI ABBIAMO VOLUTO CONOSCERLO DI PIÙ E MEGLIO.

"Sono nato a Massa il 12 luglio, ma abito a Carrara e quest'anno, a scuola, vado in terza...". Ma quando gli chiedi cos'è che gli piace di più, eccolo trasformarsi in un fiume in piena. Un vulcano di idee, di progetti e di sogni da realizzare. **"Bella domanda – ci risponde- la mia passione per tutto quello che è spettacolo e per la musica c'è sempre stata ma da quest'anno è nata anche quella per l'Opera lirica..."**.

Infatti dopo essere entrato a far parte del Coro delle Voci Bianche del Festival Puccini, non solo ha cantato nel maggio scorso per Papa Francesco nella Cappella Maggiore a Roma in occasione della Giornata dei Bambini, ma ha debuttato nel ruolo di "Dolore" figlio di Cio Cio San nella speciale edizione della Madama Butterfly a 120 anni dalla prima dell'opera, sul palco del Gran Teatro all'aperto di Torre del Lago. Ma a Nico non piace soltanto cantare, a lui piace anche scrivere i testi delle sue canzoni. Attualmente **"...anche se non so ancora bene come farò, mi**



sto concentrando e ho iniziato a scrivere un'Opera...".

Nicholas è un cantautore e pure un musicista in erba, infatti suona l'ukulele, la chitarra, il pianoforte e a scuola sta studiando il violino. "Il grande pidocchio



blu" è il titolo della sua prima canzone che ha scritto in un momento particolare. Com'è nato questo testo? **"...a scuola mi erano successe delle cose un pochino brutte e stavo male. E volevo raccontarlo alle persone chiedendomi come riuscire a farlo senza annoiarle con le mie lamentele. Allora ho pensato a una canzone per dirlo piacevolmente e pure internazionalmente.**

STANLEY KUBRICK

DAL NOIR AL GENERE DI GUERRA,
DAL PEPLUM ALLA FANTASCIENZA,
DAL DRAMMATICO ALLA SATIRA
POLITICA, DALL'HORROR PSICOLOGICO
AL THRILLER A SFONDO EROTICO:
STANLEY KUBRICK SI È CIMENTATO
IN OGNUNO DI QUESTI GENERI
CINEMATOGRAFICI TANTO DIVERSI.



E lo ha fatto a modo suo, cioè magistralmente. In una carriera lunga 46 anni (dal 1953 al 1999) ha firmato 13 film: non tantissimi, ma tutti, tranne in rarissime eccezioni, da ricordare per la genialità, la maniacale cura dei dettagli, le inquadrature sapienti, i silenzi strategici e le musiche sempre azzeccate. Qualità che hanno permesso a Kubrick di generare autentici capolavori, in alcuni casi unici nel loro genere, capaci di segnare la storia del cinema mondiale.

Nato a New York nel 1928, quello che diventerà uno dei migliori registi di sempre e anche sceneggiatore e produttore, fin da adolescente matura la passione per la fotografia e poi per il cinema. Studia all'Accademia di arte cinematografica e nel frattempo fa il fotoreporter. Ventenne, comincia a girare i primi cortometraggi. Nel 1954 realizza il primo lungometraggio, **Paura e Desiderio**, che lui stesso definisce "un maldestro esercizio cinematografico amatoriale". Una pellicola d'esordio, di un Kubrick alle prime armi e con un budget limitatissimo. **Paura e Desiderio** è il suo primo approccio a quel genere bellico che ritroviamo più avanti con due capolavori quali sono **Orizzonti di gloria** e **Full Metal Jacket**.

L'anno dopo affronta il noir e firma **Il Bacio dell'assassino**, che ottiene una buona accoglienza da parte della critica e si aggiudica il premio per la miglior regia al Locarno Festival.

Il 1956 ancora un noir, ma questa volta un capolavoro: **Rapina a mano armata**. Scritto dallo stesso Kubrick (con Jim Thompson) sulla base dell'omonimo romanzo di Lionel White, il film è considerato dalla critica uno dei più grandi noir della storia del cinema. Racconta una laboriosa rapina a un ippodromo durante una corsa di cavalli che Johnny Clay (Sterling Hayden), criminale esperto pianifica coinvolgendo una squadra formata da un cassiere ed un barista dell'ippodromo, un poliziotto corrotto, un wrestler e un tiratore scelto. L'idea è geniale, la narrazione coinvolgente e il ritmo del racconto, tra suspense e colpi di scena, è travolgente. La pellicola ha ottime recensioni e fa scuola, e consacra la nascita del genio. L'anno dopo è la volta di **Orizzonti di Gloria** film cult sulla Grande Guerra. Tratto dall'omonimo romanzo di Humphrey Cobb, la pellicola finanziata da Kirk Douglas (qui nelle vesti anche di attore protagonista oltretutto di produttore) è uno dei più forti manifesti antimilitaristi.

Ancora Douglas produttore, nel 1959, gli propone la regia di **Spartacus**



chiedendo di subentrare ad Anthony Mann. Kubrick si cimenta così con il genere peplum. Kirk Douglas interpreta il personaggio romano Spartaco, a capo di una rivolta di sessantamila schiavi contro una Roma sprofondata nella corruzione politica, che sfocia poi nella terza guerra civile. Nel cast anche Laurence Olivier nel ruolo del generale e politico romano Marco Licinio Crasso, Peter Ustinov (Oscar al miglior attore non protagonista) nei panni del commerciante di schiavi Lentulo Batiato e John Gavin in quelli di Giulio Cesare e Charles Laughton nel ruolo di Gracco. Il film si aggiudica quattro premi Oscar ed è considerato uno dei migliori kolossal epici della storia. Con **Lolita** (1962) adattamento dell'omonimo libro dello scrittore russo Vladimir Nabokov (anche sceneggiatore del film) si cambia ancora genere,

siamo al dramma. Che è quello di una storia d'amore e di sesso tormentata tra il professor Humbert (James Mason), un uomo di mezza età, divorziato, che si innamora della giovanissima (dodicenne nel libro e sedicenne nel film) Dolores, detta Lolita (Sue Lyon). Il film, come il libro, è impattante e controverso e soggetto a critiche dure da parte della censura dell'epoca in un'America puritana.

L'anno dopo è la volta de **Il Dottor Stranamore – Ovvero: come ho imparato a non preoccuparmi e ad amare la bomba** una fortuna ed esilarante black comedy sulla Guerra Fredda, e sui suoi personaggi così potenti e così messi in ridicolo.





Fai brillare il tuo argento





I PROVENZALI
BIO

NATURALE.
BIOLOGICO.
SOSTENIBILE.

La natura ci insegna l'amore per la vita. Un principio che ci guida tutti i giorni nella realizzazione dei nostri cosmetici. **La Linea Biologica alla Rosa Mosqueta**, rispetta te e la tua famiglia, senza compromessi, grazie a selezionati ingredienti vegetali e di origine vegetale, provenienti da agricoltura biologica. Da oggi con un impegno in più, essere **Cosmetico Sostenibile™** che significa materie prime di qualità, filiera d'origine tracciata, dignità del lavoro, rispetto dell'ambiente e tutela degli animali. Perché tu meriti un mondo migliore.

COSMETICO
SOSTENIBILE™





Vogliamo parlare di **2001: Odissea nello Spazio**? Definirlo film di fantascienza è troppo riduttivo, è un capolavoro assoluto in grado di generare domande ancestrali sull'uomo, sul suo futuro, sul tempo. Mai prima di quel momento (siamo nel 1968) temi così profondi connessi al pensiero dell'uomo erano stati portati sul grande schermo. E con tale maestria. Basterebbe solo questo film per rendere il genio di questo regista. E invece lui non si ferma e continua a stupire per la capacità di leggere e raccontare una realtà che potrebbe arrivare nelle sue vesti più esasperate e provocatorie. Come avviene con **Arancia Meccanica** (1971), film violento, controverso ricco di immagini potenti. Poi si cambia ancora genere, si passa a quello storico e arriva **Barry Lyndon** (1975), tratto dal romanzo *Le memorie di Barry Lyndon* di William Makepeace Thackeray, che racconta l'epopea dell'ascesa e della caduta di Redmond Barry (interpretato da Ryan O Neal), un giovane ragazzo irlandese di origini modeste alla ricerca di ricchezza e privilegi sociali. Sebbene il film sia un insuccesso dal punto di vista commerciale è considerato uno dei film migliori del regista americano, tecnicamente perfetto con immagini e una fotografia impeccabili.

L'horror psicologico **Shining** (1980) è qualcosa di unico, uno dei pochi casi in cui il film supera il libro che in questo caso è di Stephen King. Con un Jack Nicholson in stato di grazia nei panni di Jack Torrance

aspirante scrittore che accetta l'incarico di guardiano invernale in un hotel isolato sulle montagne del Colorado, la pellicola regala scene iconiche entrate nella storia dell'horror (una su tutte la visione del piccolo Danny delle gemelline, lungo uno dei corridoi dell'hotel).

"Io sono il sergente maggiore Hartman vostro capo istruttore, da questo momento potete parlare soltanto quando vi sarà richiesto, e la prima e l'ultima parola che dovrà uscire dalle vostre fogne sarà signore, tutto chiaro luridissimi Vermi?": chi può dimenticarsi il severissimo sergente maggiore Hartman quando parla ai marines nel primo giorno di addestramento per la guerra in Vietnam in **Full Metal Jacket**? Il film, uscito nel 1987, è un altro cult movie che denuncia la follia e le brutalità della guerra, questa volta quella degli americani contro i Viet Cong.

Passano 12 anni e nel 1999 Stanley Kubrick firma il suo ultimo film, **Eyes Wide Shut** (morirà pochi giorni dopo aver completato il montaggio) con la coppia dalla recitazione superba formata da Tom Cruise e Nicole Kidman. Liberamente tratto dal romanzo *Doppio Sogno* di Artur Schnitzler, **Eyes Wide Shut** thriller erotico, criptico, complesso e misterioso, denuncia e smaschera i vizi di una famiglia benestante come tante, tra segreti e ipocrisie nascosti da... occhi 'spalancatamente' chiusi.



(S)TRUCCATI PER LE FESTE!

QUELLO DELLA RIMOZIONE DEL MAKE-UP È UNO STEP FONDAMENTALE PER MANTENERE LA PELLE SANA E LUMINOSA, MA È ESSENZIALE FARLO BENE E CON I PRODOTTI GIUSTI

Vi aspettavate un articolo su come truccarvi per le feste? Troppo banale, noi invece quest'anno vogliamo parlarvi di come struccarvi per le feste, un passaggio importantissimo che molti ancora tralasciano o eseguono nel modo sbagliato. In particolare, nella stagione invernale, quando generalmente la nostra pelle è più secca, sottile e "soffocata" da strati di make-up, la routine di pulizia serale diventa veramente imprescindibile. Ma come farla nel modo corretto? E quali prodotti scegliere per un risultato efficace, senza stressare la pelle? Ormai sono disponibili moltissimi struccanti che differiscono tra loro soprattutto nella texture, ma l'importante è capire cosa sia più adatto al proprio tipo di pelle, alle proprie esigenze, a quanto e come ci si trucca. Per esempio, se l'acqua micellare è veloce e ideale per rimuovere un make up leggero e indicata per pelli sensibili, poiché non contiene alcol, il latte detergente è un'opzione delicata ma più nutriente, perfetta per chi ha la pelle secca o mista, utile per eliminare efficacemente trucco e impurità. Negli ultimi anni



c'è stato un boom di oli e burri struccanti, soprattutto perché grazie alla loro texture morbida e sontuosa e al fatto che spesso sono piacevolmente profumati, regalano un'esperienza sensoriale. Poiché dissolvono efficacemente i prodotti oleosi, sono particolarmente indicati per rimuovere un trucco resistente, come un fondotinta a lunga tenuta o un mascara waterproof e, contrariamente a quel che potrebbe sembrare, sono adatti anche per pelli grasse, poiché non lasciano residui pesanti, a patto che vengano successivamente risciacquati con un prodotto schiumogeno. Per assicurarsi che la pelle sia completamente

pulita, si consiglia infatti la cosiddetta "doppia detersione": questo metodo, tipico della skincare coreana, prevede l'uso di uno struccante oleoso seguito da un detergente, per eliminare qualsiasi residuo di trucco e impurità. Le salviette struccanti, invece, sono pratiche per le emergenze o i viaggi, ma non dovrebbero essere utilizzate quotidianamente, perché oltre a non essere sufficienti a struccare perfettamente il viso, potrebbero essere troppo aggressive e irritare la pelle. Anche voi non riuscite mai a struccare alla perfezione gli occhi? Tranquilli, è un problema comune, soprattutto sotto le feste quando magari avete esagerato con smoky eyes, glitter e strati di mascara waterproof. Per evitare di strofinare troppo e causare irritazioni o rottura delle ciglia, è consigliabile, prima di passare al vostro metodo di démaquillage preferito, tenere sugli occhi un dischetto di cotone impregnato di struccante specifico bifasico, per poi tamponare delicatamente, fino a che tutto il trucco non sarà rimosso.

HQ

QUALITÉ SUISSE 

ANTIAGE & FIRMING

MASCHERE E TRATTAMENTI

PER CONTRASTARE
I SEGNI DEL TEMPO

MASCHERA ANTI RUGHE RISTRUTTURANTE



GEL EFFETTO LIFTING



TRATTAMENTO GLOBALE CONTORNO OCCHI



PRATICO FORMATO
MINIDOSE TRAVEL SIZE

LE UNICHE SUL MERCATO
MADE IN SUISSE 

Swiss Alps Water



SEGUICI



HQCOSMETIQUE



FIORI COUTURE, A PARIGI

LE COROLLE DI YVES SAINT LAURENT, IN UNA MOSTRA

Il celebre couturier Yves Saint Laurent e il suo compagno Pierre Bergé vissero la loro vita quotidiana circondati da fiori e giardini nei loro appartamenti, nelle loro dimore di vacanza come nella loro casa di moda. Appassionato di fiori, lo stilista li trovava una fonte infinita di ispirazione: da scoprire fino al 4 maggio 2025 al Musée Yves Saint Laurent Paris con "The Flowers of Yves Saint Laurent", una mostra per la prima volta unita a una esposizione congiunta al Musée Yves Saint Laurent Marrakech (aperta fino al 5 gennaio 2025). A Parigi, oltre trenta abiti e disegni esposti mettono in risalto questa simbiosi tra natura, letteratura e opera di Yves Saint Laurent. Esponendo citazioni del suo amato Marcel Proust (scrittore che sempre lo ispirò) accanto a silhouette fiorite, mentre accessori e disegni del couturier sono da ammirare su piedistalli. Attraverso i capi iconici presentati in mostra, il visitatore scopre la competenza a cui Saint Laurent attinse per dare vita alle sue creazioni floreali: un dialogo spontaneo tra arti ed epoche.



Robe du soir portée par Pattie Boyd
Collection haute couture automne-hiver 1969
Photographie de David Bailey, parue dans
Vogue (Grande-Bretagne)
© Yves Saint Laurent © David Bailey



Robe portée par Carole Naville
Collection haute couture printemps-été 1999
Photographie de Guy Marineau
© Yves Saint Laurent
© Guy Marineau



Robe Watteau, dite « hommage à Marcel
Proust », portée par Ann-Fiona Scollay
Collection haute couture printemps-été 1990
Photographie de Guy Marineau
© Yves Saint Laurent © Guy Marineau



et suave d'héliotrope s'exhalait d'un petit carré de
[...]. Dans ce parfum changé d'aurore, de culture et
il y avait toutes les mélancolies des regrets, de l'absence et

the scent of heliotrope was exhaled by a little patch
of flower [...]. In this perfume of a changed sky and
there was all the diverse melancholy of regret and
loss."

LE TEMPS RETROUVÉ,
À LA RECHERCHE DU TEMPS PERDU

1927

TIKLE BEGANNEN,
IN SEARCH OF LOST TIME



STILE A TUTTO TWEED

Un tessuto che non passa mai di moda, stagione dopo stagione. La sua origine rimanda al fascino scozzese, probabilmente al fiume Tweed, confine storico tra Scozia e Inghilterra: lungo il suo corso, nell'Ottocento, sorsero centri tessili specializzati nella realizzazione di questa particolare stoffa in lana con rigatura diagonale. Il tweed. Durevole, pratica, morbida, partendo dai classici filati grigi e neri per il guardaroba maschile, oggi ne ha fatta di strada. Merito - già negli anni Venti - di Coco Chanel, che decise di usarlo per le sue collezioni femminili declinato con rigorosa malizia. Prendiamo esempio applicandolo a ogni outfit: non solo giacche e trench, ma anche caldi stivali variopinti, babbucce perfette per un cocktail o davanti al camino e tracolle di charme invernale.



Completo con orli soft,
Etro.



Blazer con inserti in lurex,
Marina Rinaldi.



Tracolla con paillettes,
Guess.



Cappa scollata con tasche,
Forte Forte.



Mocassino in tessuto, Piombo
in OVS.



Borsa con fibbia gioiello,
Atelier du Sac.



Stivale in filato multicolor,
Mou.



Soprabito con bottoni,
Malpardi.



Borsa a mano sfrangiata,
La Milanese.

Bijoux di preziosa varietà

Con il design audace e colorato che contraddistingue le collezioni di Mya Boccadamo, i nuovi bracciali "Jolie" sono perfetti per donne pronte a esprimere la loro personalità attraverso accessori unici, caratterizzati da una sofisticata vivacità. Questi bracciali rigidi si arricchiscono di cristalli colorati incastonati al centro del gioiello, creando un effetto luminoso e intenso grazie a una superficie liscia che accentua la brillantezza delle pietre, mentre la chiusura a scatto garantisce praticità e comfort. Disponibili in due versioni (rodiata oppure placcata oro giallo) i nuovi bracciali Jolie si aprono a un arcobaleno di possibilità cromatiche.



Lucente morbidezza

Sarà come sentirsi su una nuvola. Nei nuovi capi Intimissimi Divine Silk è protagonista la seta di qualità superiore, nota per la sua inconfondibile luminosità ed eleganza. I must-have della collezione si tingono di nuovi colori stagionali, con modelli iconici che ritornano in tonalità vivaci come viola acceso e blu lago, ma anche un rosa dal sapore romantico, il classico e profondo blu lapislazzulo, verde bosco e rosso ruggine. Capi ideali per un abbigliamento da notte ricercato con top e shorts, ma anche impeccabile per il giorno, con camicie in seta, pantaloni e sottovesti in pizzo. Attenzione: puntando sull'innovazione, Intimissimi ha inoltre reso alcuni capi (come camicie e shorts) ancora più resistenti ed elastici.



Al passo con l'eleganza

Allagiulia nasce nel 2010 per l'esigenza di Giulia di mettersi in gioco con la sua fantasia. Sangue veneto e cuore romano, avanza nella sua carriera calzando ai piedi scarpette friulane che acquistava alle bancarelle di Venezia. Pantofole semplici, da sempre realizzate seguendo la praticità di una tradizione antica...che tutti iniziano ad ammirare. Per questo sceglie di rivisitarle, sfruttandone la forma tradizionale. Iniziando prima a giocare con tessuti, cambiando e combinando colori e qualità, abbinandole a diverse passamanerie. L'ultimo step? Il modello Lolita: una ballerina di morbida nappa foderata in vitello naturale, con tomaia e sottopiede orlati di gros grain di cotone e l'iconica frangia del brand usata come cinturino.





ANIMAL FLOW

I FREQUENTATORI DELLE PALESTRE GIÀ SE NE SONO ACCORTI: DA QUALCHE MESE A QUESTA PARTE, TRA I CORSI PROPOSTI NE È SPUNTATO UNO NUOVO, DAL NOME UN PO' BIZZARRO, L'ANIMAL FLOW.

Che, tradotto, significa allenamento bestiale. Di cosa si tratta? È un tipo di allenamento che si richiama ai movimenti degli animali, li imita, talvolta li esaspera e li adatta ad esercizi di potenziamento o di stretching. A dire il vero alcuni movimenti già erano comparsi in altre discipline: la posizione del gatto o del cobra per allungare la schiena e i muscoli dorsali, ad esempio, sono una costante del metodo pilates. Altre posizioni si trovano nello yoga e altre ancora nelle arti marziali. L'animal flow è un unico allenamento che le racchiude tutte e la sua particolarità risiede proprio nel combinare elementi di varie discipline con l'obiettivo di migliorare la forza, l'equilibrio e la coordinazione. Il risultato è un allenamento divertente e completo che coinvolge tutto il corpo e dona benefici alla mente. Per l'animal flow non servono attrezzi, basta un semplice tappetino e la lezione può cominciare. Si parte dalla posizione di base beast (in appoggio su quattro punti: mani e ginocchia), per poi passare alla loaded beast (con le mani in appoggio



e le ginocchia sollevate) e al beast reach (in cui si muovono le gambe in sollevamento). Da qui si può passare alle altre posizioni: the crab, the scorpion, the ape. Ogni sessione comincia con un riscaldamento iniziale, soprattutto dei polsi che sono sollecitati e uno stretching finale per rilassare e distendere. L'animal flow è adatto a donne e uomini, che vogliono potenziare i muscoli, aumentare flessibilità e coordinazione. In ogni caso è bene affidarsi a insegnanti professionisti che ci guidino nei movimenti affinché siano precisi e corretti. All fine..avremo un fisico bestiale!





**PRO
100**

PROTEINE DALLA FRUTTA SECCA

Fonte di
proteine

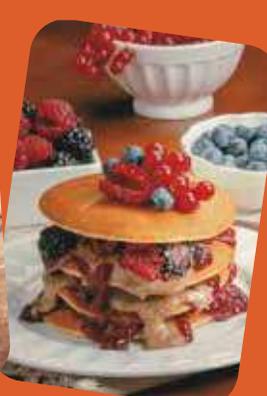
Senza oli,
emulsionanti
o altri additivi
aggiunti

Senza
zuccheri
aggiunti*



100%
frutta secca

*contiene naturalmente zuccheri



PRO 100
è la nuova linea
di creme proteiche
ottenute dalla
macinazione della
sola frutta secca.

**Euro
Company**
Food for Change



GIGI HADID FURIOSA CON SUKI WATERHOUSE

La top model Gigi Hadid è al centro di una intensa faida con Suki Waterhouse, ex fidanzata del suo attuale compagno Bradley Cooper. La tensione è aumentata dopo che Suki, cantante britannica, ha rilasciato una lunga intervista dove descrive la separazione dall'attore Bradley Cooper come "oscura e molto difficile". Queste parole non sono di certo passate inosservate per Gigi che, secondo alcune fonti vicine alla modella, sarebbe "furiosa" per i commenti rilasciati da Suki, soprattutto considerando che un tempo erano buone amiche ed ora sembrano essere ai ferri corti. La storia tra Suki Waterhouse e Bradley Cooper è iniziata nel 2013 ma i due si sono separati dopo soli due anni. Entrambi sono andati avanti con le loro vite, iniziando nuove relazioni: infatti, nel 2015, Suki ha conosciuto il suo attuale marito Robert Pattinson, conosciuto al grande pubblico per il ruolo da protagonista in Twilight e The Batman, da cui pochi mesi fa ha anche avuto una figlia.



MILEY CYRUS SI SPOSA?

Dopo tre anni di fidanzamento, Miley Cyrus sarebbe pronta a sposare Maxx Morando, secondo quanto riferito da amici della coppia. La sua dolorosa separazione dall'attore Liam Hemsworth le aveva fatto perdere fiducia nel matrimonio, ma ora Miley sembra pronta a intraprendere nuovamente questo passo. Maxx rappresenta una presenza stabile nella vita di Miley e la loro relazione è caratterizzata da divertimento e sostegno reciproco. A differenza delle sue storie precedenti, il loro legame è vissuto lontano dai riflettori, con pochissime apparizioni pubbliche e rarissime foto sui social. Lo stesso non si può dire dell'ex marito Liam Hemsworth conosciuto nel 2009 sul set del film Disney "The Last Song". La loro relazione è stata segnata da alti e bassi, con i due che si sono sposati nel 2018 per poi divorziare due anni dopo a causa di "conflitti insanabili". "Quando torno a casa, voglio sentirmi bene. Non torno per il dramma o per litigare», aveva detto.



LA STORIA D'AMORE TRA DAMIANO E DOVE CAMERON

La storia d'amore tra Damiano David dei Maneskin e l'attrice americana Dove Cameron, sembra procedere a gonfie vele tanto che i due parlano già di convivenza! Ospite da Fabio Fazio nel programma "Che Tempo Che Fa", Damiano ha condiviso alcuni dettagli importanti sulla loro storia affermando che: "lei è a Los Angeles, io a Roma, ma stiamo pensando di andare a vivere insieme». La loro storia è iniziata nel 2023, quando furono visti insieme dopo un concerto di Damiano a San Paolo del Brasile. Da lì, un crescendo: il primo bacio in pubblico, ripreso da una fan e fatto circolare sui social, il debutto ufficiale di coppia lo scorso maggio al Met Gala 2024 apparsi più innamorati che mai. Tuttavia lei in un'intervista ha rivelato qualche dettaglio in più sul loro amore spiegando che il primo incontro era avvenuto nel 2022 agli MTV Video Music Awards: "E' una persona gentile e generosa. È semplicemente un'anima bella e sensibile".



#BODYPOSITIVE

Dispositivi Medici e Cosmetici Funzionali
ad un prezzo democratico.

Li trovi al supermercato vicino a casa tua!



dr-gent.it

bellezademocratica.it

Dr. Gent®
medical cosmetics

IL RITORNO DELL'ETNICO E LA CONNESSIONE CON LA NATURA

IL 2024 È STATO L'ANNO DEL RITORNO DELL'ETNICO, ANCHE IN ABBINAMENTO A STILI DIVERSI: UNA TENDENZA AVVIATA CHE TROVEREMO ANCHE NEI MESI FUTURI.

La ritrovata voglia di viaggiare, la curiosità per terre lontane ormai sempre più raggiungibili, la voglia di evasione con la fantasia hanno contribuito a riscoprire questo stile mai tramontato che, talvolta in modo più deciso, talvolta meno, troviamo nelle case degli italiani. Un pezzo portato in ricordo di un viaggio, una lanterna che ci riporta in Oriente, un vaso di terracotta, un pouf in pelle stile marocchino o uno strumento musicale africano, da soli, personalizzano l'arredo e si inseriscono perfettamente in ogni stile.

C'è un'altra ragione per cui la voglia di etnico è tornata: il desiderio di essere in connessione con la natura che da qualche anno sta contaminando anche il design. Le nuances della terra e l'interesse per i materiali naturali è cresciuto. E le tonalità del beige, sabbia, tortora, bianco panna la fanno da padrone, per la loro capacità di rilassare e per la loro grande versatilità. Così, nella moda dell'usa e getta che ha contaminato pure il design,



molto può essere conservato, riutilizzato e destinato a nuovi utilizzi. Perché anche il riciclo è diventato una tendenza. Nello stile etnico le lampade godono di un ruolo particolare: piramidali, a sfera, applique a parete, da terra o a sospensione non c'è che l'imbarazzo della scelta.

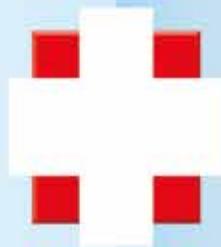
Anche i materiali sono naturali e vanno dal cuoio alla pelle, dalla carta di riso alle colorate sete di bambù. Poi ci sono quelle di sale dell'Himalaya o le più sontuose e ricercate lampade arabe. Tutte donano una luce calda e regalano un'atmosfera calda e raccolta.





PROTEZIONE QUANDO SERVE

**DISINFETTANTE
PER LE MANI
FUORI CASA**



**DISINFETTANTE
PER OGGETTI
A CASA**



ELIMINANO FINO AL 99,9% VIRUS E BATTERI
RIPETERE L'APPLICAZIONE QUANDO SERVE.

Amuchina Gel Xgerm Disinfettante Mani è un presidio medico chirurgico. Reg. n. 19679. Amuchina Spray Disinfettante Ambienti, Oggetti Tessuti è un presidio medico chirurgico. Reg. n. 20946. Leggere attentamente le istruzioni d'uso. Autorizzazione del 20/05/2024.

 **Angelini
Pharma**



VIENNA

UNA CAPITALE ARMONICAMENTE IN EQUILIBRIO TRA PASSATO E FUTURO, META IDEALE PER TRASCORRERE UN FINE SETTIMANA (O ANCHE QUALCHE GIORNO IN PIÙ) NELL'ULTIMO E PIÙ FRIZZANTE MESE DELL'ANNO. VIENNA, DA SECOLI IMPORTANTE SALOTTO CULTURALE D'EUROPA, È UNA CITTÀ TUTTA DA SCOPRIRE, ASSAPORARE E, SOPRATTUTTO, ASCOLTARE.

La visita del centro storico non può che iniziare dalla celeberrima Ringstrasse, la strada circolare lungo il cui percorso è possibile ammirare il meglio dell'architettura locale. Così, uno dietro l'altro sfileranno sotto i vostri occhi musei, sedi istituzionali e altri prestigiosi edifici. Lungo il percorso ad anello si incontra uno tra i più amati monumenti del Paese: il Palazzo Reale Hofburg, un complesso maestoso che per sei secoli è stato dimora degli Asburgo. 15 euro, in cui è compresa anche la pratica e ben fatta audioguida, è il costo del biglietto per un affascinante viaggio nella storia: la visita agli Appartamenti Imperiali, al Museo di Sisi – Sissi in Italia – e al Tesoro di corte offre un interessante spaccato del grandioso passato austriaco e di quella che fu la vita di Elisabetta



di Baviera, l'imperatrice tormentata raccontata in vesti per lo più romantiche e romanzate tanto sul grande quanto sul piccolo schermo. Dell'Hofburg fanno inoltre parte la Biblioteca Nazionale Austriaca, gioiello

architettonico commissionato da Carlo VI nel XVIII secolo dove sono conservati oltre 200mila volumi, e la Scuola Spagnola di Equitazione, in cui ancora oggi si addestrano i cavalli secondo l'antico metodo tradizionale in voga 400 anni fa. Gli appassionati non dovrebbero assolutamente perdere lo spettacolo equestre: esperti fantini in sella a cavalli Lipizzani si muovono in complice



armonia nell'incantevole cornice barocca dell'arena della Scuola d'equitazione invernale.

Tra gli altri palazzi celebri di Vienna segnalo, a poche fermate di tram dal centro, il Castello di Schönbrunn, immensa residenza estiva degli Asburgo. La reggia conta oltre 1440 stanze, di cui solo una piccola parte visitabili. L'opulenza di stampo mitteleuropeo della corte imperiale si ravvisa non solo nei sontuosi appartamenti, ma anche nel magnifico parco e nei suoi giardini adornati di statue, fontane, serre e labirinti.

Altre soste d'obbligo in città sono poi il Kunsthistorisches Museum e il vicino Naturhistorisches Museum. Ospitati in due identici e monumentali palazzi edificati negli anni Ottanta dell'Ottocento, custodiscono il primo la ricca collezione di opere d'arte degli Asburgo – che annovera tra gli altri pezzi alcuni Rembrandt,



Rubens e Canaletto - e il secondo oltre 20 milioni di reperti che documentano l'evoluzione delle specie.

Per conoscere davvero la storia della città bisogna infine ascoltarla, essendo infatti in gran parte scritta sugli spartiti musicali. Alcuni dei più grandi compositori di tutti i tempi hanno trovato ispirazione e successo tra i teatri e le sale concertistiche della capitale austriaca: da Beethoven a Schönberg, da Strauss a Mozart. Proprio l'autore del Don Giovanni risiedette in almeno una dozzina di abitazioni in città; oggi ne resta in piedi soltanto una nel Domgasse: la Casa di Mozart raccoglie documenti e importanti testimonianze per restituire a ogni



visitatore la creatività e il genio del grande Amadeus. Ogni autentico appassionato di musica classica non potrà poi mancare di far visita alla rinomata Musikverein, una delle sale da concerto più eleganti al mondo, sede principale della Wiener Philharmoniker, che anche quest'anno incanterà milioni di telespettatori nel corso della trasmissione del famoso concerto del 1° gennaio. Altra perla in città è l'Opera di Stato, il teatro lirico che vanta un vasto repertorio con una cinquantina di esibizioni in cartellone a stagione.

Non solo stagione teatrale. La stagione natalizia a Vienna è altrettanto attrattiva: immancabile una visita ai famosi mercatini. Il più conosciuto e apprezzato è il Christkindlmarkt, nell'altrettanto nota Rathausplatz, la piazza del Municipio. Circa 150 stand sapranno deliziare i visitatori con addobbi, decorazioni e profumate specialità enogastronomiche.



NON TI SCORDAR DI ME



ANIMELLE, CERVELLA, CRESTE, CUORE, FEGATO, GUANCE... SUGARELLI, AGUGLIE, MUSTELLE, SCIABOLE, BOGHE, TORPEDINI...

Non ti scordar di me
Animelle, cervella, creste, cuore, fegato, guance... sugarelli, aguglie, mustelle, sciabole, boghe, torpedini...

Per gli onnivori bongustai, dimenticarsi o non conoscere queste prelibatezze è una grave mancanza. Animelle, bottarga, cervella, creste, cuore, fegato, guance, lingua, milza, orecchie, piedini, polmone, rognone, testa, testicoli, trippa, zampe fanno parte del cosiddetto quinto quarto della bestia. Sugarelli, aguglie, mustelle, sciabole, boghe, torpedini... sono solo alcuni dei cosiddetti pesci poveri o dimenticati che vogliamo ribattezzare con il nome di **Pesci Nobili**. Su settecento varietà di pesce commestibile soltanto un **10% viene commercializzato**, il resto è ributtato in mare perché non è un pesce di bell'aspetto e

non è facile da pulire. Uno spreco incredibile, dettato dall'ignoranza alimentare, dalla mancanza di una cultura gastronomica responsabile e da un mercato folle che propone al consumatore solo una minima parte di quello che si potrebbe mangiare. Avete mai assaggiato un sugarello o una torpedine? Chiedete, cercateli, trovateli perché sono un'autentica bontà. Il Pesce Nobile è gustoso e molto ricco di virtù nutrizionali, ma viene ributtato in mare, purtroppo sono poche le persone che conoscono questi pesci e li mangiano.

Lo stesso avviene per il cosiddetto quinto quarto della bestia. Mangiamo solo filetti, roastbeef, bistecche e bistecchine, petti e cosce di pollo... e il resto dell'animale, gustoso ed economico, viene ignorato. Eppure, mia madre diceva: *non si butta via niente di quello che è buono da mangiare*. Con il fegato del pollo nascevano i crostini toscani. Il collo della gallina diventava un collo ripieno, una specialità. Ma sono tutti piatti che richiedono una media o lunga preparazione. Quindi non vanno bene in questa società che va di fretta, che non vuole perdere tempo a cucinare, che è sempre più povera perché dal punto di vista culinario non sa apprezzare e valorizzare le cose povere. Le animelle, il picchiante ed il rognone costano veramente poco. Sono saporiti e ci regalano

tante proteine. Se avete voglia di gustarli, al termine dell'articolo vi proponiamo tre ricette dello chef **Nicola Cortopassi** della premiata **Osteria Quinto Quarto** di Camaiore in provincia di Lucca (chiocciola show food e quindi presente nella prestigiosa guida Osterie d'Italia edita dal sodalizio inventato da Carlo Petrini)



Recentemente qualcosa sull'argomento si sta muovendo. È uscito un ottimo libro di **Roberta Schira** e **Franco Cazzamali** (uno dei macellai più famosi d'Italia). *Il Libro delle Frattaglie*, un repertorio completo del quinto quarto con oltre 350 ricette per scoprire e riscoprire il gusto straordinario di questi alimenti (Vallardi editore). È l'opera più completa sulle prelibatezze dimenticate della tradizione: storia, scienza e ricette per godere tutto, ma davvero tutto, quello che la natura ci offre. Insomma, ci si lamenta dei continui rincari del prosciutto, delle bistecche, delle soglioline, del branzino... e allora puntiamo sulle cose alternative. È giunto il momento di rivalutare i cosiddetti «ingredienti di scarto» e il pesce povero, pardon nobile.



Provate due ali da razza lesse o fritte. Una bella Palamita o tonnetto o palamitu, come lo chiamano in Sicilia, un pesce azzurro ricchissimo di Omega 3 che si presta a svariate preparazioni: al cartoccio, al forno, lessato, in umido, sott'olio. Provate una bella trippa alla fiorentina. O un fegato alla veneziana o la coda alla vaccinara o un risotto con i fegatini di pollo. Ne guadagnerà il gusto e il portafoglio. E se il macellaio o il pescivendolo non hanno questi alimenti. Chiedete, fateveli portare perché è la domanda che genera l'offerta. Insistete, ne vale la pena.

Animelle al Calvados

Le animelle sono frattaglie che provengono dalle ghiandole di animali giovani come vitelli, agnelli e capretti. Il termine animelle si riferisce al timo (collo o zona del torace) e pancreas. Le animelle hanno una consistenza morbida e cremosa con un sapore delicato leggermente dolce. Grazie alla loro struttura e sapore non troppo invadente, sono molto apprezzate dai bongustai.

Ingredienti

250g Animelle di vitello
500ml latte
1 noce di burro
1 rametto di salvia
1/2 bicchiere di Calvados

Preparazione

Far spurgare le animelle nel latte x almeno 2 ore dopo, di che sciacquare in acqua fredda. Mettere a bollire una pentola con acqua calda ed immergervi le animelle x 5 minuti dopo, di che fred-



darle in acqua fredda.

Asciugare le animelle con un po' di carta e con il coltello togliere il grasso in eccesso ed eventuali impurità. In una padella far rosolare il burro con la salvia dopodiché toglierla e fare rosolare l'animella da entrambe le parti e bagnare con il Calvados per far ritirare un po' la salsa, togliere l'animella, scalopparla, adagiarla sul piatto di portata e coprirlo con la salsa.

Rognone di vitello al burro

Il rognone è il termine culinario per indicare i reni degli animali, in particolare di bovini, suini, ovini e caprini. Il rognone ha un gusto deciso e caratteristico.

Ingredienti

1 rognone di vitello
500 ml di latte
2 rametti di timo
1/2 bicchieri di brandy
1 noce di burro

Preparazione

Con un coltello ben affilato rimuovere tutto il grasso dal rognone dopo di che metterlo a spurgare x almeno due ore nel latte. Asciugare il rognone con un panno e assicurarsi che non vi sia più grasso attaccato. Dividere il rognone in lombi e tagliarli a fette di mezzo centimetro. Far rosolare il timo nel burro, toglierlo una volta imbiandito ed aggiungere il rognone salato e pepato.

Cuocere a fiamma viva x alcuni minuti bagnare con il brandy far evaporare la parte alcolica e servire ben caldo.

Picchiante con Cuore?

Il picchiante è una frattaglia costituita principalmente dal polmone del bovino. È un alimento tradizionale della cucina italiana, in particolare della cucina toscana. Ha un sapore piuttosto intenso, simile a quello di altre frattaglie come il fegato, ma con una nota leggermente più dolce e ferrosa

Ingredienti

500 gr di polmone di vitello
1 cipolla rossa
3 coste di sedano
1 spicchio d'aglio
1 carota
50 gr di concentrato di pomodoro
Mezzo bicchiere di vino bianco
Sale e peperoncino q.b.

Procedimento

Pulire il polmone. Fare un battuto di verdure e farle soffriggere. Aggiungere il polmone a pezzettini e farlo rosolare bene. Sciogliere il concentrato di pomodoro nel vino, aggiungerlo al polmone e farlo sfumare. Infine, aggiungere il peperoncino e il sale. Far cuocere a fuoco basso per 40 minuti.

Infine, ma potete anche non farlo, aggiungere il cuore, uno intero, così con due consistenze diverse il morso non si annoia.





Prolunga la vita dei denti

con minerali bio compatibili



Gabrio Dei. Dopo la scuola alberghiera a Montecatini Terme collabora con ristoranti in Toscana, Piemonte e Liguria. Semifinalista italiano nel concorso SanPellegrino Young Chef per Professionisti under 30. Amante dei viaggi e delle culture gastronomiche internazionali. Dal 2016 è ambasciatore italiano a Okinawa durante la Settimana Internazionale della Cucina Italiana nel Mondo. Gabrio. Chef dello Chalet Fontana di Firenze.



La ricetta della Vigilia di Natale. Baccalà de' Panfortai con Cime di Rapa

Narra la leggenda che a Siena nelle FABBRICHE DI PANFORTE, nella settimana di Natale, che era l'ultima dell'anno per la lavorazione dolciaria, ci si salutava con un "Baccalà", quello della Vigilia di Natale, che veniva cotto nei teglioni che fino a qualche ora prima avevano ospitato panforte e cavallucci".

Ingredienti per 4 persone

- 1 bafra Filetto di Baccalà già ammollato, circa 800 g / 1,2 kg, senza la pelle

Per le Crocchette di Baccalà:

- 200 g del filetto di baccalà, la parte della coda
- 200 g patate sbucciate
- 50 g parmigiano
- 50 g panna fresca
- 1 spicchio d'aglio
- Qualche foglia di Prezzemolo
- Olio Evo
- 250 g pangrattato (150 per l'impasto)

Per le Cime di Rapa:

- 200 g Cime di Rapa pulite e private delle coste più coriacee
- 5-6 Acciughe sott'olio
- 1 spicchio di Aglio
- un pizzico di Peperoncino
- Olio evo

Per le Cipolle alle Spezie:

- 300 g Cipolla Rossa
- 1 cucchiaino di doppio concentrato di pomodoro
- scorza di 1 Arancia e di 1 Limone
- 1/3 di Panforte di Siena tenuto in congelatore almeno 24 ore
- 1 cucchiaino di Olio Evo
- Sale e Pepe di Mulinello qb

Preparazione

Porzionare la Bafra di Baccalà in 4 filetti lasciando circa 200 g nella parte della coda per la preparazione delle Crocchette, riporre tutto in frigo.

Per le Crocchette.

Bollire le patate ed il baccalà in acqua finché tutto sarà ben tenero, quindi scolare e schiacciare con una frusta:

soffriggere l'aglio ed il prezzemolo, finemente tritati, in un cucchiaino di olio, quindi aggiungere le patate ed il baccalà precedentemente bolliti e schiacciati ed insaporire per qualche minuto. Allontanare dal fuoco, aggiungere la panna, il parmigiano ed il pangrattato e lasciar raffreddare: formare delle palline e passarle nel pangrattato, quindi riporre il tutto in frigo.

Per le Cime di rapa.

Sbianchire le Cime di Rapa per qualche minuto in acqua bollente salata, quindi scolare e omogenizzare energicamente con un mixer ad immersione insaporendo con le Acciughe, lo spicchio di Aglio, il Peperoncino e l'olio a filo: passare ad un setaccio fine e tenere al caldo.

Per le Cipolle alle Spezie.

Imbiondire le cipolle tagliate in spicchi in un cucchiaino di Olio, insaporire con la scorza degli agrumi ed il concentrato di pomodoro, aggiungere un bicchiere di acqua e stufare per 20 minuti circa fin quando saranno morbide ma ancora compatte: spegnere la fiamma ed insaporire con il panforte congelato grattugiato, sale e pepe. Tenere al caldo.

Montaggio e Presentazione

- Olio di Semi per friggere
- Briciole di Pane fritte
- Olio extravergine d'oliva di qualità

In una pentola portare ad ebollizione dell'acqua con un filo di olio, quindi spegnere la fiamma, allontanare dal fuoco ed immergere i filetti di baccalà: coprire e lasciar stemperare per 12 minuti.

Friggere le Crocchette di Baccalà per 3 minuti in olio a 170 gradi. Sul fondo di un piatto adagiare un velo di salsa di Cime di Rapa, un mucchietto di cipolla brasata al centro, quindi il baccalà scolato dall'acqua di cottura e le crocchette ben calde: servire subito ultimando con briciole di pane fritte per qualche secondo in Olio, spolverando con pepe macinato fresco.



POTATURE DI FINE ANNO: SCOPRI COSA SI PUÒ SFOLTIRE E PERCHÉ

DICEMBRE È UN MESE DI TRANSIZIONE NEL GIARDINAGGIO: IL FREDDO È IN ARRIVO (O GIÀ ARRIVATO) E LE PIANTE ENTRANO NELLA FASE DI RIPOSO VEGETATIVO. MOTIVO PER CUI È UN PERIODO IDEALE PER ALCUNE OPERAZIONI DI SFOLTIMENTO, SOPRATTUTTO SU ALBERI, ARBUSTI E PIANTE ORNAMENTALI.

La potatura di fine anno è un'operazione essenziale per la salute e la bellezza delle vostre creature, che siano specie da ornamento con ammirevoli fiori o da produzione di gustosi frutti. Anzitutto bisogna capire quali piante siano idonee a questa manutenzione: alcune beneficiano particolarmente delle potature invernali, poiché in questo periodo sono in riposo vegetativo e il taglio non stimola una crescita immediata ma prepara la pianta alla ripresa primaverile. Fra gli alberi da frutto possiamo citare quelli a foglia caduca, come i meli, i peri e i ciliegi. In questo caso quello che c'è da fare è di assottigliare la chioma per migliorare la circolazione dell'aria



e ridurre il rischio di malattie fungine, oltre a stimolare la crescita di nuovi rami produttivi per la primavera. Per quanto riguarda le ornamentali invece vanno citate le rose, il glicine, gli aceri e le betulle. Ci sono poi le siepi sempreverdi, come il lauroceraso, il ligustro e il tasso, che possono essere potate durante l'inverno, per ridurre le dimensioni e mantenere la forma della siepe. In generale quando si procede con il diradamento è fondamentale fare

un'attenta valutazione delle condizioni ambientali, evitando di potare durante le giornate di gelo intenso o di pioggia perché il legno umido o gelato è più fragile e potrebbe danneggiarsi più facilmente. Alcune specie sono particolarmente sensibili alle potature invernali o potrebbero non essere in una fase adatta per il taglio. Alcune piante da evitare sono quelle a fioritura precoce come il rododendro, la forsizia e il viburno, che formano i boccioli dei fiori in autunno, quindi potarle a dicembre significherebbe sacrificare la fioritura primaverile. Esistono poi degli arbusti delicati o piante tropicali che potrebbero soffrire sfoltiti in inverno. Infine le conifere per le quali bisogna evitare di potare drasticamente in questo periodo escluso i rami secchi. Ci sono poi alcune accortezze tecniche: come usare forbici da potatura ben affilate e disinfettate; eseguire un taglio netto che guarisce più facilmente, riducendo il rischio di infezioni fungine o batteriche; fare tagli inclinati per evitare che l'acqua piovana si accumuli sulle superfici tagliate, riducendo così il rischio di marciume; utilizzare un mastice cicatrizzante sulle superfici di recisione più ampie per proteggere la pianta dalle infezioni.



ASSO ULTRA. EFFICACE IN UN COLPO SOLO.

Asso Ultra è l'asciugatutto con fogli più grandi e più assorbenti grazie ai suoi veli PLUS+. Inoltre, è prodotto al 100% con energia elettrica rinnovabile e la sua confezione è prodotta con il 50% di plastica riciclata. Foxy Asso Ultra, assorbe di più, consumi di meno.



Foxy. Sempre vicina a te.

“Gli manca(va) solo la parola”

Con gli animali domestici l'affinità è tale da permettere efficaci meccanismi di comunicazione anche tra specie diverse.

Per i padroni che non si accontentano di gesti e sguardi di complicità, ci ha pensato l'azienda statunitense Personifi Ai creando Shazam, uno speciale collare per cani e gatti che permette di parlare con il proprio compagno a quattro zampe. Il dispositivo è infatti dotato di microfono per ascoltare la voce del padrone e di casse per amplificare la “voce” dell'animale.

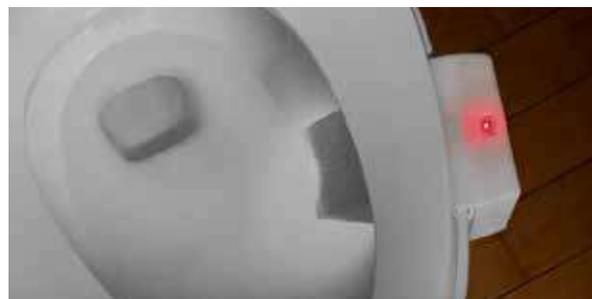
L'esempio più calzante è quello di Kevin, il cane mascotte del film d'animazione Up!, che comunica con i protagonisti parlando proprio grazie ad un apparecchio simile.

Ovviamente non siamo di fronte ad un miracolo che permette di trasformare il pensiero animale in parola, ma di una più semplice e meno magica intelligenza artificiale come quella di tanti altri chatbot a noi più noti, come Alexa o Google. John McHale, proprietario di Personifi Ai, non ha intenzione di fermarsi a collari per cani e gatti ma di includere anche altri esseri viventi nella sperimentazione dei suoi prodotti, esseri umani compresi.



Escrementi sotto sorveglianza

Viviamo nell'epoca dove dispositivi elettronici e sensori riescono a monitorare praticamente tutto, salute compresa. Battito cardiaco, pressione e tanti altri fattori possono essere controllati in pochi secondi grazie ad un click, ma nessuno aveva mai preso in considerazione di utilizzare la tecnologia per tener d'occhio gli escrementi. Ci hanno pensato gli inventori di Throne, nuovo dispositivo da agganciare alla tavoletta del water che permette di monitorare lo stato di salute delle nostre feci. Grazie ad una telecamera (rigorosamente puntata verso il basso) e ad un mix fra algoritmi e intelligenza artificiale, il sistema tiene sotto controllo la salute intestinale e lo stato di idratazione. L'app può addirittura scattare foto dei cibi che mangiamo per individuare gli eventuali ingredienti che potrebbero migliorare o meno la situazione del nostro stomaco. Il prezzo di lancio di Throne è di circa 274 euro, mentre in futuro sarà commercializzato intorno ai 460 euro. A differenza degli smartwatch e di tante applicazioni presenti nei nostri telefoni è difficile che Throne riesca a diventare uno strumento di uso comune, ma di certo è un nuovo alleato per medici e pazienti.



UNO SMALTO DANNEGGIATO
PUÒ ESSERE CAUSA DI CARIE E SENSIBILITÀ

Biorepair®

ORALCARE

**DEPOSITA NUOVO SMALTO
SU TUTTA LA SUPERFICIE DEI DENTI**

CON L'USO QUOTIDIANO*

GLI UNICI DENTIFRICI E COLLUTORI CON

microRepair®

BREVETTATO



*Con uso continuativo 2 volte al giorno. Test in vitro. Azione di riparazione riferita alla ricopertura di microRepair® delle microscalfitture superficiali dello smalto (non lesioni cariose o denti scheggiati)

JONATHAN MILAN

VELOCE IN STRADA, VELOCISSIMO IN PISTA. IL 18 OTTOBRE, POCHI GIORNI DOPO AVER FESTEGGIATO I 24 ANNI, JONATHAN MILAN HA CONQUISTATO LA MEDAGLIA D'ORO E STABILITO IL NUOVO RECORD MONDIALE NELL'INSEGUIMENTO INDIVIDUALE A BALLERUP (DANIMARCA) DOVE SI È SVOLTA LA RASSEGNA IRIDATA.

Il campione friulano ha fermato il cronometro in 3'59"153, percorrendo i 4 chilometri previsti alla folle velocità media di 60,212 km/h. Un capolavoro realizzato in finale contro l'inglese Charlton, che qualche ora prima aveva strappato il primato mondiale a un altro fuoriclasse Filippo Ganna. Solo provvisoriamente, però, perché poi se l'è preso il fulmine Milan con una prestazione ai limiti dell'irreale, che entra di diritto nella storia del ciclismo su pista. E pensare che questa specialità è stata rimossa dal programma olimpico, privandolo dunque della possibilità di mettersi al collo un'altra medaglia a 5 cerchi dopo il bronzo con il quartetto (a Tokyo

2021 aveva fatto pure meglio, conquistando l'oro). E proprio la scelta di rinunciare alla prova di squadra ai Mondiali sull'anello in pino siberiano del velodromo danese si è rivelata utile in funzione di quella individuale, dove Milan – reduce da una stagione lunghissima ed estenuante tra strada e pista – è riuscito a sprigionare la propria impressionante potenza dando fondo a tutte le energie a disposizione. Tanto che, subito dopo la magistrale impresa, si è affrettato a dire di aver assolutamente bisogno di una vacanza. Meritatissima. Eppure al record del mondo non ci aveva pensato. "Volevo vincere la sfida con il mio avversario,



nell'ultimo tratto ho cercato di mantenere un ritmo che non ero affatto sicuro di poter reggere: è stata dura", ha ammesso Milan. La strategia di concentrare l'apice dello sforzo nella prima parte per poi tentare di resistere nella seconda, concordata con il tecnico Marco Villa, si è rivelata determinante. A differenza dei principali avversari affrontati (e battuti), l'azzurro non si dedica esclusivamente alla pista: per buona parte dell'anno infatti è impegnato nelle gare su strada, anche in quel caso con eccellenti risultati. Nel 2024 Milan si è portata a casa ben 3 tappe del Giro

d'Italia, (oltre a imporsi nella classifica a punti per il secondo anno consecutivo), 3 del Giro di Germania e 2 della Tirreno-Adriatico. Al richiamo della pista però riesce difficilmente a resistere. E così, nei pochi momenti liberi a disposizione, si reca a Montichiari (Brescia, dove si trova l'unico velodromo al coperto in Italia) per lavorare sulle partenze dai blocchi e sulla potenza, oltre a simulare il ritmo di gara: gli effetti di questi cosiddetti "richiami" si ritrovano poi nelle straordinarie performance negli appuntamenti più importanti del ciclismo su pista. Nato a Tolmezzo (Udine) ma cresciuto



a Buja, Milan è figlio d'arte: suo padre Flavio ha corso tra gli anni '80 e '90. Ed è stato proprio lui a trasmettere al figlio l'amore per le due ruote: Jonathan ha cominciato da bambino, poi, dopo alcune esperienze tra karate, nuoto e judo, ha scelto di concentrarsi esclusivamente sullo sport di famiglia. Anche il fratello minore Matteo (a cui dopo ogni trasferta porta una tazza come regalo: la collezione comincia ad essere particolarmente ricca) è un ciclista. La scalata di Jonathan è stata costante, scandita da vittorie e piazzamenti nelle varie categorie giovanili fino all'approdo tra i professionisti. In parallelo però si stava già formando anche in pista, mostrando un potenziale enorme. Grazie a consapevolezza dei propri mezzi, determinazione e programmazione, Milan ha saputo conciliare brillantemente le due attività. Non è dunque affatto un caso se dal 2020 è protagonista nei velodromi, con uno strabiliante palmarès: 8 medaglie ai Mondiali (2 ori, 4 argenti e 2 bronzi) e 7 agli Europei (3 ori, 2 argenti e 2 bronzi), oltre all'oro e al bronzo olimpici già menzionati. Alto quasi 2 metri (1,94) e con il 46 come numero di scarpe,



Milan è un concentrato di potenza, resistenza ed esplosività: doti fisiche straripanti sin dalla gioventù che andavano soltanto incanalate per permettergli di sfruttarle appieno. Non gli servono invece per andare in montagna, una delle sue principali passioni: per coltivarla, si è attrezzato di tutto il necessario, dall'abbigliamento specializzato agli zaini, fino alla tenda equipaggiata. Quando il calendario intensissimo concede qualche pausa, una camminata ad alta quota è un intermezzo ideale. A Milan piace anche lo skate, ma niente acrobazie. Da giovane lo utilizzava per spostarsi tra le strade di Buja, paese a cui è legatissimo: si racconta che in occasione dei preparativi per la festa

di Natale, ci fosse bisogno di un ragazzo alto per appendere gli addobbi sull'abete all'esterno della chiesa. E all'improvviso è sbucato proprio lui, il gigante buono Jonathan, per la gioia del parroco e della comunità, affezionatissima al proprio campione a prescindere dal suo talento. Ha conseguito il diploma da tecnico grafico al Civiform di Cividale del Friuli, dando una mano anche all'azienda di famiglia. Con il passare degli anni però il ciclismo è diventato il centro del mondo di Milan, spinto a pretendere (e ottenere) sempre di più da se stesso, grazie anche a un team di tecnici e fisiologi che lo supporta e lo assiste in ogni aspetto. Oltre al fisico, la differenza la fa la testa: occorre infatti una eccellente tenuta mentale per potersi esprimere al meglio in gare che si decidono sul filo dei centesimi, se non addirittura di millesimi. A maggior ragione nell'inseguimento individuale – ancor più logorante rispetto a quello a squadre – perché lo sforzo ricade tutto sulle gambe di un singolo atleta, per circa 4 minuti, ovvero quanto i 400 metri del nuoto, con pazzesche accelerazioni fino ai 70 chilometri orari, frutto di oltre 100 pedalate al minuto. Jonathan Milan è un corridore senza freni – nel senso astratto e concreto del termine – a cui per spiccare il volo basta girare sull'anello di un velodromo.

I COFANETTI NATALE EQUILIBRA® RISPETTANO LA TUA PELLE E LA NATURA

Equilibra® Kit Mani Aloe contiene: 1 Equilibra® Aloe Crema Mani e Unghie Idratante-Protettiva;
1 Equilibra® Aloe Sapone 100% Vegetale

Equilibra® Kit Mani Karité contiene: 1 Equilibra® Karité Crema Mani Nutriente-Protettiva;
1 Equilibra® Karité Sapone 100% Vegetale

Equilibra® Kit Mani Rosa Ialuronica contiene: 1 Equilibra® Rosa Ialuronica Crema Mani Levigante-Protettiva;
1 Equilibra® Rosa Ialuronica Sapone 100% Vegetale

**PACKAGING AMICO
DELL'AMBIENTE**

Cartoni certificati e tubi
con plastica riciclata



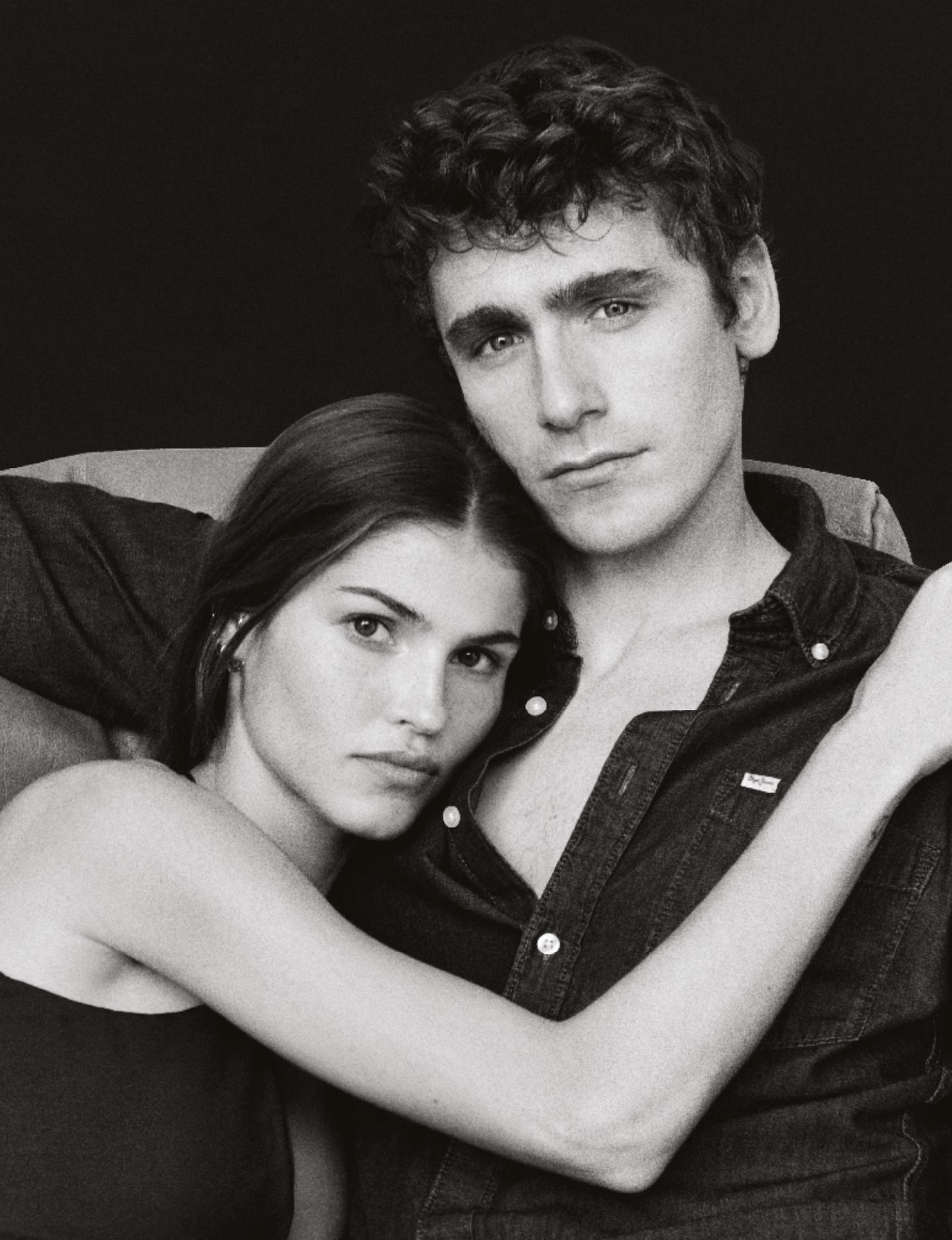
SENZA:
COLORANTI
DELICATAMENTE PROFUMATI

**DERMATOLOGICAMENTE
TESTATI**

equilibra®

RISPETTA LA TUA NATURA

Scopri di più su www.equilibra.it



Pepe Jeans

L O N D O N

INTENSE

BRIGHT & SOBOLD INTENSE, THE NEW FRAGRANCES





GLI ALBERI DI MAATHAI



KENIOTA WANGARI MAATHAI È STATA UNA BIOLOGA e ATTIVISTA. NEL 1977 HA CREATO LA GREEN BELT MOVEMENT (CINTURA VERDE) PER ARGINARE LA DESERTIFICAZIONE DI VASTE AREE DEL KENYA CAUSATA DALL'ABBATTIMENTO DI ALBERI.

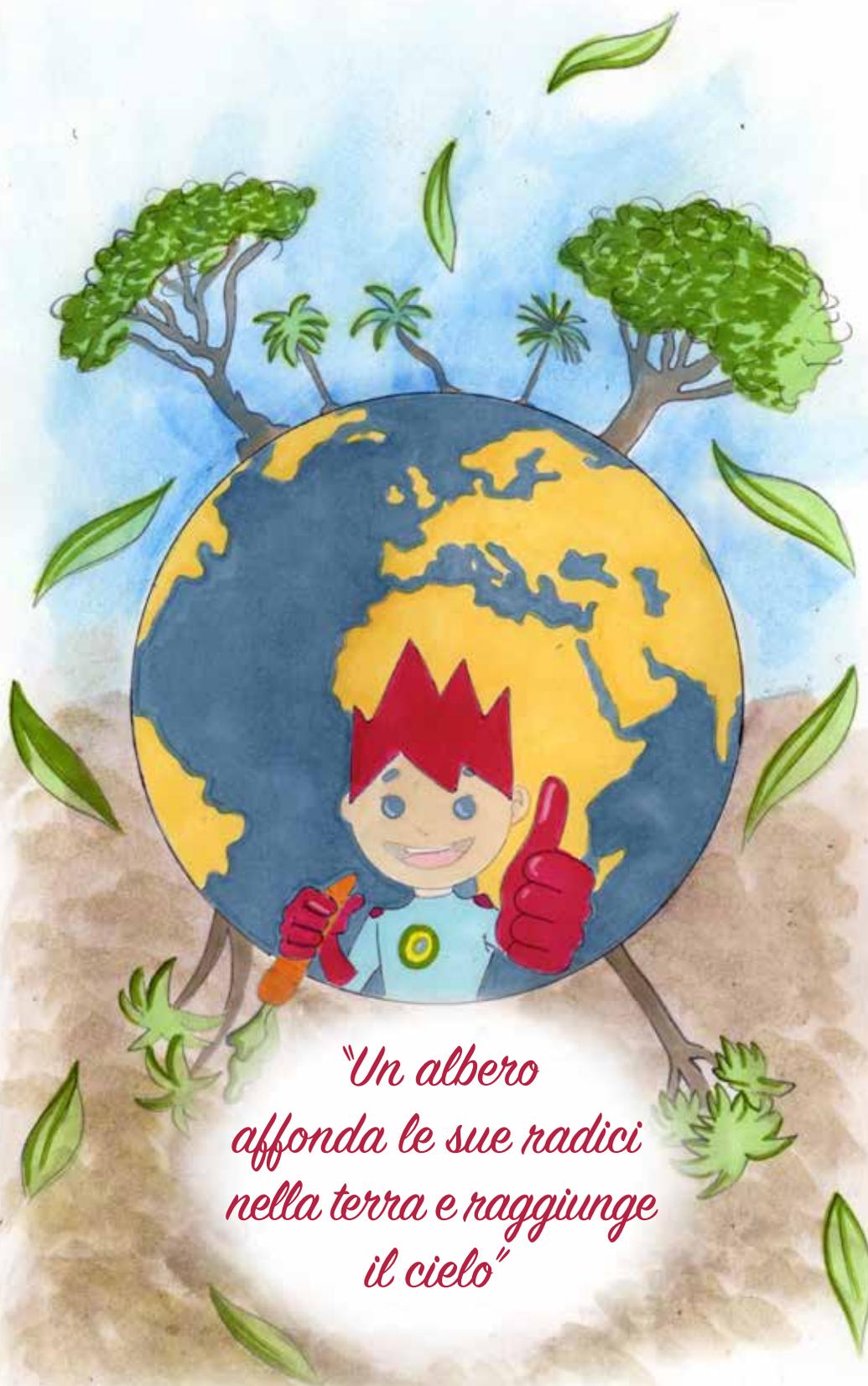
MAATHAI FECE PIANTARE IN KENYA e IN ALTRI PAESI AFRICANI PIÙ DI 30 MILIONI DI ALBERI

FU LA PRIMA DONNA CENTROAFRICANA A CONSEGUIRE UNA LAUREA IN SCIENZE BIOLOGICHE (1966)

IL SUO INTERESSE SI ALLARGÒ AI DIRITTI UMANI

È LA 1ª DONNA AFRICANA A VINCERE IL PREMIO NOBEL PER LA PACE "PER IL SUO CONTRIBUTO ALLO SVILUPPO SOSTENIBILE ALLA DEMOCRAZIA e ALLA PACE"





*"Un albero
affonda le sue radici
nella terra e raggiunge
il cielo"*



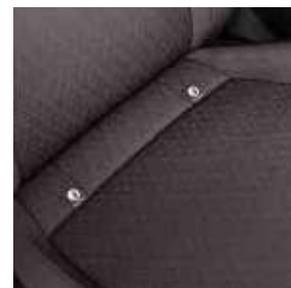
ECCO LA PIÙ VENDUTA DI SKODA: UN CITY SUV PRATICO E ATTRAENTE

L nuovo restyling di inizio 2024 di Skoda Kamiq ha portato una ventata di freschezza al Suv compatto della casa Cecoslovacca, aggiornandolo sia nel design che nella tecnologia. La Kamiq, originariamente introdotta sul mercato nel 2019, è diventata rapidamente una delle vetture maggiormente apprezzate in Italia, nel segmento dei crossover urbani, grazie a un mix vincente di praticità, comfort e rapporto qualità-prezzo (24mila 700 euro). Kamiq presenta un design esterno modernizzato e più audace, ispirato ai modelli più recenti della casa automobilistica, come la Octavia e la Enyaq. Tra le novità spiccano i gruppi ottici anteriori e posteriori, ridisegnati con un taglio più affilato e dotati di tecnologia Led di ultima generazione. La griglia anteriore si fa più ampia e prominente, con una finitura cromata o nera (a seconda della versione), conferendo alla Kamiq un aspetto più robusto e deciso. Anche il paraurti è stato rivisitato, con linee più nette e sportive che enfatizzano la larghezza del veicolo, mentre le prese d'aria sono state ingrandite per migliorare il flusso d'aria e l'efficienza

NEL 2023 LA CASA AUTOMOBILISTICA CECA (SOTTO IL GRUPPO VOLKSWAGEN) HA REGISTRATO, IN ITALIA, UN INCREMENTO VENDITE DEL 35% RISPETTO AL 2022, E LA SUA AUTO DI PUNTA È STATA LA KAMIQ. DA QUANDO SKODA L'HA INTRODOLTA, SI È CONQUISTATA IL PRIMATO SUPERANDO LA QUARTA GENERAZIONE DI FABIA E LA OCTAVIA WAGON.

aerodinamica. La gamma di motorizzazioni della Škoda Kamiq include motori benzina Tsi da 1.0 e 1.5 litri, con potenze che variano tra i 95 e i 150 cavalli, abbinati a cambi manuali o automatici DSG. Il motore da 1.5 Tsi offre un sistema di disattivazione dei cilindri, una tecnologia che permette di risparmiare carburante disattivando due dei quattro cilindri in condizioni di carico leggero, senza compromettere le prestazioni. Anche l'abitacolo di Kamiq è stato aggiornato per offrire un livello di comfort e qualità percepita ancora più elevato: il design è semplice ed elegante, con una disposizione ergonomica dei comandi che facilita l'interazione tra il conducente e il veicolo. Al centro della plancia troviamo un nuovo sistema di infotainment con

display touch da 9,2 pollici (disponibile in versioni superiori), compatibile con Apple CarPlay e Android Auto in modalità wireless, sistema di assistenza vocale che permette di controllare diverse funzionalità del veicolo semplicemente utilizzando comandi vocali naturali.



Oral-B



LA STANZA ACCANTO

Film

Cast: Julianne Moore, Tilda Swinton e John Turturro,

Genere: Drammatico

Al Cinema

Ingrid e Martha sono amiche da anni, e non si sono mai dette mezze verità. Ingrid è una scrittrice di successo il cui ultimo libro racconta la sua incapacità di capire e accettare la morte. Martha è stata una corrispondente di guerra e ora è affetta da un tumore che potrebbe essere curabile con una terapia sperimentale, ma intanto si è preparata all'idea di morire, e ha già scelto, nel caso, come farlo: con una pillola comprata sul dark web. Ciò che vorrebbe però è non morire sola, e poiché il suo rapporto con la figlia le appare come irrimediabilmente compromesso chiede a Ingrid di soggiornare nella stanza accanto alla sua nel momento in cui dovesse decidere di "abbandonare il party". Il regista, basandosi sul romanzo "Attraverso la vita" di Sigrid Nunez, lascia che sia Ingrid a dare voce ad una speranza che non cede ai catastrofismi, a ricordare a tutti di non essere troppo duri verso noi stessi e a non indietreggiare nemmeno rispetto alle paure più grandi, pur di non lasciare sola un'amica.



KRAVEN - IL CACCIATORE

Film

Cast: Aaron Taylor-Johnson, Russell Crowe e Fred Hechinger

Genere: Azione, Avventura, Fantascienza

Al Cinema

Kraven condivide un rapporto complesso con lo spietato padre, Nikolai Kravinoff. Questo lo porta a intraprendere un percorso di vendetta dalle conseguenze brutali, motivandolo a diventare non solo il più grande cacciatore del mondo, ma anche uno dei più temuti. Sarebbe dovuto essere il villain del quarto film dedicato a Spider-Man da Sam Raimi, è una delle nemesi più durature e affascinanti dell'Uomo Ragno. Kraven è stato preso in considerazione per le apparizioni cinematografiche diverse volte prima che la Sony si interessasse a un film standalone per il personaggio, come parte del loro nuovo universo condiviso, nel 2017. J. C. Chandor è entrato in trattative per la regia nell'agosto 2020, confermata nel maggio 2021 con l'ingresso nel cast di Taylor-Johnson. All'inizio del 2022 si è svolto un ulteriore casting, prima che le riprese iniziassero a fine marzo a Londra, in Inghilterra, e si concludessero a metà giugno. Le riprese si sono svolte anche in Islanda e si prevedeva che si sarebbero svolte a Glasgow.



CONCLAVE

Film

Cast: Stanley Tucci, Ralph Fiennes e Isabella Rossellini

Genere: Thriller

Al Cinema

Dopo la morte improvvisa dell'amato e compianto Papa, il Cardinale Lawrence è incaricato di dirigere questo delicato processo. Una volta che i leader più potenti della Chiesa Cattolica si riuniscono e si chiudono nelle segrete sale del Vaticano, Lawrence si ritrova intrappolato in una rete di intrighi, tradimenti e giochi di potere. Un oscuro segreto viene alla luce, minacciando di scuotere le fondamenta stesse della Chiesa.

Nel maggio 2022 è stato annunciato che Ralph Fiennes, John Lithgow, Stanley Tucci e Isabella Rossellini sarebbero stati i protagonisti del film, con Edward Berger alla regia. Nel gennaio 2023 sono stati annunciati altri casting, mentre le riprese si sono svolte anche a Cinecittà.

Presentato in anteprima al 51° Telluride Film Festival il 30 agosto 2024, il film ha ricevuto il plauso della critica e l'interpretazione di Fiennes è stata elogiata.



PIECE BY PIECE

Film

Cast: Pharrell Williams, Morgan Neville e Kendrick Lamar

Genere: Animazione

Al Cinema

Il film documenta la vita e la carriera musicale di Pharrell Williams, incorporando la sua fede ed esprimendo la sua arte attraverso i Lego.

Pharrell Williams aveva preso in considerazione l'idea di creare un film sulla sua vita dal 2013, anche se i piani seri per un documentario in forma di musical animato sono iniziati nel 2019 in seguito a una discussione tra Williams e il regista Morgan Neville. Neville ha intervistato a distanza i collaboratori di Williams durante la pandemia COVID-19 e in seguito ha girato con lui alcune scene in live-action. Pharrell Williams, che è anche produttore, ha scritto cinque canzoni originali per il film.

Piece by Piece è stato presentato in anteprima al 51° Telluride Film Festival il 30 agosto 2024 e ha ricevuto recensioni generalmente positive dalla critica, che ha lodato il doppiaggio, la regia, l'umorismo, la colonna sonora e l'animazione.





Tutti hanno dei segreti a Natale

Autore: Benjamin Stevenson
Casa Editrice: Feltrinelli

A seguito del successo di "Tutti nella mia famiglia hanno ucciso qualcuno" e "Tutti su questo treno sono sospetti", Benjamin Stevenson torna a raccontare le "avventure" di Ernest Cunningham in un giallo, ricco di ironia, tutto a tema natalizio. Ernest Cunningham da fan dei gialli è diventato, suo malgrado, un vero esperto in materia. Arrivato Natale sperava di starsene un po' tranquillo e che gli assassini passassero le feste ad abbuffarsi di dolci ma così non è stato perché è stato trovato ucciso il committente del mago di fama mondiale Rylan Blaze durante il suo spettacolo. Tutti sono potenziali sospettati e trattandosi di maghi, maestri dell'ipnosi e esperti di travestimenti è possibile che sotto ci sia un trucco tutto da scovare; dopotutto un omicidio ben congegnato è un po' come un grande spettacolo di magia, no?



Amori e segreti al Pumpkin Spice Café

Autrice: Laurie Gilmore
Casa Editrice: Newton Compton Editori

Dream Harbor è il luogo perfetto per innamorarsi in questa stagione. Quando Jeanie eredita dalla zia il famoso Pumpkin Spice Café, decide di approfittare di questa opportunità per cambiare vita, lasciandosi alle spalle il monotono lavoro d'ufficio. Subito gli abitanti della cittadina si lasciano conquistare dal suo entusiasmo, dalla cordialità e dal suo spirito allegro ma soprattutto dal suo irresistibile caffelatte speziato che sembra aver fatto breccia nel cuore e nello stomaco di tutti tranne che di Logan, un burbero contadino che odia i pettegolezzi, ama la solitudine e non è affatto affascinato dal chiacchiericcio cittadino e dalla novità. Ma presto la vivacità di Jeanie e un mistero legato al caffè lo costringeranno a trascorrere del tempo con lei. Riuscirà Logan a resistere al suo fascino e al suo caffelatte speziato?



La casa dei silenzi

Autore: Donato Carrisi
Casa Editrice: Longanesi

Il nuovo romanzo del "maestro" del thriller italiano racconta la storia di Pietro Gerber uomo conosciuto da tutti come l'addormentatore di bambini. Pietro Gerber è un ipnotista, proprio come suo padre, e utilizza l'ipnosi per aiutare i bambini a superare traumi, paure e fobie. Apparentemente sembra un lavoro tranquillo ma in realtà è molto pericoloso, perché la mente dei bambini è complessa e si rischia di perdersi in essa.

È quello che sta accadendo a Matias, un bambino di nove anni che da tempo è tormentato dallo stesso sogno. Ormai ha paura di dormire, poiché nei suoi sogni compare sempre una figura misteriosa: una donna triste, vestita di scuro, che non parla mai. Questa "signora silenziosa" sembra infestare i suoi sogni come un fantasma, e la sua presenza si sta spingendo anche nella realtà. Dovrebbe essere solo un sogno ma Pietro ha la sensazione che la donna che lo tormenta sia reale al punto che anche lui ne avverte la presenza disturbandogli il sonno ma anche la veglia.



A Natale tutto può succedere

Autrice: Milly Johnson
Casa Editrice: Newton Compton Editori

Tre vite diverse si intrecciano sotto le luci di Natale. Eve Glace, proprietaria di un parco giochi sulla neve, si prepara a vivere il Natale più speciale della sua vita. Infatti, il suo bambino dovrebbe nascere proprio il 25 dicembre e i preparativi per la grande festa sono in pieno svolgimento. Inoltre, durante i festeggiamenti lei e suo marito Jacques rinnoveranno anche i loro voti matrimoniali. Annie Pandoro, insieme al marito Joe, gestiscono una piccola azienda di decorazioni natalizie. Un matrimonio felice ma purtroppo non allietato dall'arrivo di un figlio. Tuttavia, di recente Annie ha notato dei cambiamenti fisici che la fanno pensare a una possibile gravidanza, che potrebbe essere il più grande regalo di Natale di sempre. Palma Collins, invece, sta portando avanti una gravidanza per una coppia, ma quando quest'ultima va in crisi si ritrova da sola con la possibilità di diventare madre senza averlo previsto. Annie, Palma ed Eve si incroceranno in un corso preparato mentre si preparano a vivere un Natale che segnerà le loro vite in modo straordinario.





Per star bene, anzi

Benexè®

*PER TUTTA
LA FAMIGLIA*



Ludovico Einaudi chiude l'anno con 17 date a Milano

Ludovico Einaudi, uno dei più acclamati pianisti e compositori contemporanei, chiuderà il suo 2024 con una serie di concerti al Teatro Dal Verme di Milano, dal 28 novembre al 17 dicembre. Questi eventi fanno parte del suo attesissimo "Summer Portraits Tour", che lo ha portato nei principali teatri europei, tutti sold-out. Il tour prende il nome dal suo nuovo album "The Summer Portraits", in uscita a gennaio 2025, e durante i concerti il pubblico potrà ascoltare in anteprima alcune delle nuove composizioni. Einaudi, noto per le sue atmosfere minimaliste ed emozionanti, sarà accompagnato da un ensemble di musicisti di talento, tra cui Federico Mecozzi al violino e Redi Hasa al violoncello. Oltre ai nuovi brani, il programma includerà anche i suoi più grandi successi, con momenti di grande intensità emotiva che hanno conquistato il pubblico mondiale. I concerti di Milano, ormai tappa fissa di fine anno per l'artista, rappresentano un'occasione speciale per i fan italiani di vivere l'arte del compositore in un'atmosfera intima e suggestiva, chiudendo un anno di grandi successi.



Un Amore "Fino a qui"

Alessandra Amoroso, cantante salentina da oltre 15 anni tra le protagoniste del panorama musicale italiano, torna a dicembre 2024 con un attesissimo tour invernale. La vincitrice dell'ottava edizione di Amici di Maria De Filippi ha conquistato il cuore del pubblico grazie alla sua voce potente e ai suoi testi profondi, capaci di raccontare l'amore in tutte le sue sfumature. La sincerità e le emozioni raccontate attraverso i suoi brani l'hanno portata a creare un bellissimo legame con i fan, che si rispecchiano facilmente nelle sue canzoni. Il tour, che si terrà dall'1 al 22 dicembre, farà tappa nelle principali città italiane, tra cui Roma, Milano, Firenze e Napoli. L'occasione è perfetta per presentare al pubblico i nuovi brani del suo ultimo album, inclusa la canzone "Fino a qui", lanciata durante l'ultimo Festival di Sanremo. Accanto ai pezzi inediti, la scaletta sarà ricca dei suoi più grandi successi, come "Immobile", "Stupida", e "Amore puro". L'energia e l'emozione che la Amoroso sa trasmettere ai suoi fan promettono di rendere questo tour un evento imperdibile per tutti gli amanti della musica pop italiana.



Via dei Matti N.0

Stefano Bollani torna in TV a partire da metà dicembre con una nuova edizione di Via dei Matti n.0, il programma musicale su Rai 3 che ha conquistato il pubblico grazie alla sua originalità e spontaneità. Insieme a Valentina Cenni, non solo sua compagna di lavoro ma soprattutto sua compagna nella vita, Bollani offrirà una nuova serie di puntate ricche di musica, improvvisazioni e dialoghi surreali, in cui verranno esplorati vari generi musicali e accolti artisti provenienti da mondi diversi. La presenza di Cenni, attrice e creativa, aggiunge al programma un tocco di intimità e complicità che lo rende unico, creando un'atmosfera familiare. Come nelle edizioni precedenti, ogni puntata sarà un viaggio tra note, aneddoti e racconti, con il pianoforte di Bollani come protagonista indiscusso. Via dei Matti n.0 non è solo uno show musicale, ma una vera celebrazione della creatività e della cultura, dove l'arte diventa occasione per riflettere, divertirsi e sorprendere.



Il sole dentro che porta al successo

Mida, classe '99, è uno dei talenti più brillanti della nuova scena urban italiana e continua a lasciare il segno nel panorama musicale grazie al suo stile fresco e versatile. Nel 2022 ha partecipato a Sanremo Giovani, senza però riuscire ad accedere al Festival di Sanremo 2023. Tuttavia, ha guadagnato notorietà partecipando all'edizione di Amici dello stesso anno, dove ha conquistato il pubblico con diversi inediti. Tra questi, il brano Rossofuoco è diventato disco di platino durante il programma, e Mida si è inoltre aggiudicato il premio "Spotify Singles". Dopo un'estate ricca di partecipazioni a vari eventi musicali, Mida è pronto a tornare sul palco con il suo tour invernale, "Il Sole Dentro Tour", che toccherà le principali città italiane. Le date di Milano e Roma sono già sold out da mesi, dimostrando l'enorme affetto dei fan. Questo tour rappresenta un ulteriore passo nella sua ascesa, consolidando il suo status di artista completo e innovativo. Per ulteriori informazioni, è possibile consultare il sito di Live Nation Italia.



OMIA

LABORATORI ECOBIO™

SCOPRI LA LINEA VISO
PIÙ ADATTA
ALLE TUE ESIGENZE



SCOPRI TUTTI
GLI INGREDIENTI
PER IL CORPO

MARIAH CAREY

UN QUARTO D'ORA, APPENA.
TANTO SAREBBE BASTATO A
MARIAH CAREY E AL
PRODUTTORE WALTER AFANASIEFF
PER SCRIVERE
"ALL I WANT FOR CHRISTMAS IS YOU",
BRANO DAL SUCCESSO PLANETARIO CHE
QUEST'ANNO SPEGNE LE SUE TRENTA
CANDELINE.

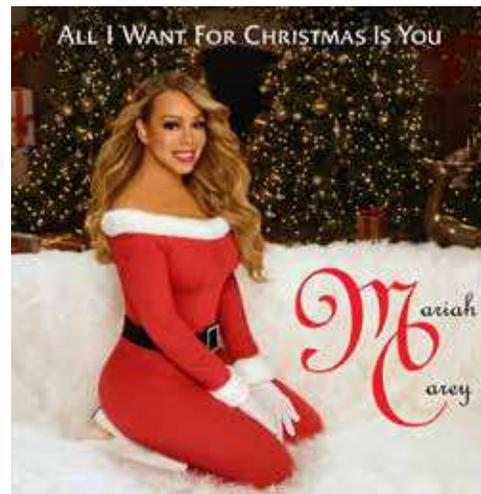


Un compleanno importante che la cantante celebrerà con tutti i crismi, rendendo questo un Natale unico, con la ripubblicazione del brano, una nuova versione di “Merry Christmas”, il disco che la conteneva e un tour natalizio in Nord America.

E' stata la stessa artista ad avvisare i fan di tutto il mondo già nello scorso ottobre, quando sul suo profilo Instagram ha pubblicato una foto in cui ha ricreato la storica copertina, in abito rosso natalizio, ma trent'anni dopo e una chiara didascalia: «Volevo condividere con voi un assaggio di #MerryChristmas30! Un omaggio alla copertina originale dell'album,

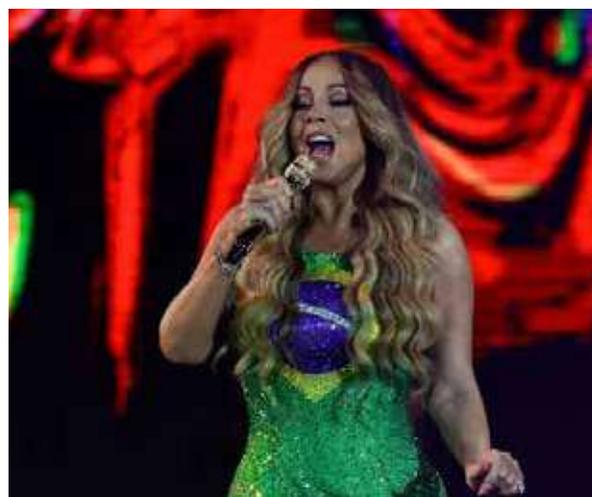


ecco le copertine di due dei quattro nuovi singoli fisici di "All I Want For Christmas Is You". E pensare che quando la casa discografica propose a una giovane Mariah di incidere un brano natalizio, lei era sul punto di rinunciare. Il motivo? «La mia casa discografica mi disse: "Dovresti fare un album di Natale", ma io risposi che forse non sarebbe stato opportuno per me, ero molto giovane e agli inizi e pensavo che un album natalizio fosse una cosa da fare a carriera avanzata - ha raccontato la cantante - Ora si fanno in qualsiasi momento, anche quando si è al top. Ero un po' in ansia, ma poi amai l'idea, così decorai lo studio di registrazione e mi divertii un sacco». Era l'ottobre del 1994. Trent'anni dopo quel singolo è ancora al top delle canzoni di Natale, al 2013 aveva venduto 16 milioni di copie e guadagnato oltre 50 milioni di royalties, nel 2021 la Carey ha ricevuto



il disco di diamante, la prima volta per un singolo natalizio, nel 2023 è stata scelta dalla National Recording Registry della Biblioteca del Congresso Usa come registrazione culturalmente e storicamente importante per il Paese e si calcola che per Mariah ogni anno generi circa 600.000 dollari di royalties. Ma la lista dei record del brano è ancora lunga: è la prima canzone nella storia della Hot 100 ad aver avuto tre primi posti in classifica in tre momenti diversi e grazie a quella canzone la Carey è diventata l'artista femminile ad aver accumulato più settimane al primo posto con un proprio brano, sedici per la precisione, battendo Whitney Houston ferma a quota quattordici. Ma

l'intero LP "Merry Christmas", in cui "All I want for Christmas" era contenuto, è stato un grande successo quando è stato pubblicato nel 1994, con circa quindici milioni di copie vendute. Per questo Natale, Mariah Carey che nella scorsa estate ha perso la mamma e la sorella nello stesso giorno, ha deciso di tornare a cantare il suo iconico brano dal vivo, ma solo per il pubblico americano in venti diverse date nel Nord degli Stati Uniti: dopo la serata di apertura al Yaamava Theatre di Highland, in California, lo scorso 6 novembre, concluderà il tour con due serate a New York, un concerto alla UBS Arena di Belmont Park il 15 dicembre e uno





show di chiusura al Barclays Center di Brooklyn il 17 dicembre.

Negli anni sono state decine gli artisti che hanno inciso delle cover della canzone, nomi come Shania Twain, Michael Bublé, Bon Jovi e Demi Lovato, mentre la stessa Carey ne ha pubblicate diverse versioni e remix. Il primo nel 2001 in collaborazione con Jermaine Dupri e Bow Wow, contenuto nell'album "Carey Greatest Hits" come bonus track, poi nel 2009 è stato pubblicato "Mariah's New Dance Mix", un remix prodotto dalla Carey e Low Sunday, nel 2010 è arrivato "Extra Festive" per l'album "Merry Christmas II You", con un'introduzione orchestrale e l'anno successivo è stata la volta del duetto con Justin Bieber. Spinta anche dai social che l'hanno resa canzone simbolo di ogni reel che parli di Natale, la canzone festeggia i suoi primi trent'anni senza sentirli, basta la prima nota per riconoscerla, non esiste party aziendale, cena o festa che non la renda colonna sonora della serata, ormai è decisamente evidente, no Mariah, no Christmas party.

“

**CAREY È DIVENTATA
L'ARTISTA FEMMINILE
AD AVER ACCUMULATO
PIÙ SETTIMANE
AL PRIMO POSTO
CON UN PROPRIO
BRANO, SEDICI PER
LA PRECISIONE,
BATTENDO WHITNEY
HOUSTON FERMA A
QUOTA QUATTORDICI**

Mentre in cucina tutto è pronto per portare in tavola gli antichi sapori della tradizione, rinnovando i riti della festa più attesa e amata di sempre, la terra comincia a risvegliarsi nell'orto, nel giardino e pure sul balcone, dove solo qualche coraggiosa aromatica non ha ceduto al freddo. Si comincia a gettare il cuore oltre l'ostacolo, a pensare al bel tempo, a rimettere in sesto gli strumenti, a definire spazi e colture. Nuove energie fanno spuntare le prime violette, nuovi progetti sono i semi da gettare sulla terra ancora fredda. Senza badare troppo al freddo, ci si può piacevolmente addentrare nei boschi, dove a rallegrarci si troveranno le rosse bacche del pungitopo e i frutti del corbezzolo, altrettanto rossi e gustosi. Tra semine, potature e trapianti c'è molto da fare, ma a darci una mano ci sarà come sempre la Luna, pronta a crescere e calare, a suggerire tempi e pratiche di buon vivere e coltivare.

La finestra sul tempo

Attenti a passare dal caldo al freddo, a chiudervi in camera con bracieri di carboni accesi. Vale più il moto, che riscaldarsi col fuoco.

Barbanera nel 1887

Tradizioni in casa e "fai da te"

Un dono solo per te

Con le feste alle porte, tra i vari appuntamenti c'è quello con i regali. Dove sempre di più sta conquistando spazi il dono "fatto in casa", apprezzatissimo, unico, irripetibile, da dedicare ai

DICEMBRE 2024

DOPO IL SOLSTIZIO LE GIORNATE RIPRENDONO TIMIDAMENTE AD ALLUNGARSI E DA NATALE IN POI, SECONDO UN VECCHIO PROVERBIO, ANCHE IL FREDDO COMINCIA AD ANDARSENE, APRENDO LA STRADA ALL'ANNO CHE VERRÀ, SCALDATO DA SPERANZE E NUOVI DESIDERI.

familiari o agli amici più cari. Dalla più semplice marmellata al bricolage, non c'è che l'imbarazzo della scelta. Fra tutte, un'idea facile ed economica è quella di realizzare un quaderno, un diario, un album. Per un quaderno-diario semplice, di 20 pagine, servono cinque fogli di carta 70x100 cm di buona grammatura, ad esempio 160 g, un cartoncino per la copertina, un perforatore per carta, ago grosso e cordoncino di spago. Si piegano i fogli in quattro. Dalla parte del bordo piegato si fanno a intervalli regolari dei buchi con il perforatore su ogni foglio, e negli stessi punti anche sulla copertina. Con l'ago si passa il cordoncino da un buco all'altro, fermandolo alla fine con un nodino. Non resta che tagliare le pagine nei lati chiusi e il diario è pronto da regalare. Molte possono essere le varianti con dimensioni e carte diverse, cordoncini colorati o stoffe al posto della carta, disegnando o stampando pagine che parleranno a lungo di noi.

Benessere con la natura Sport all'aperto anche d'inverno!

Cambiare abitudini si può, e meglio si riuscirà se ci viene in aiuto la Luna nuova. Quando è freddo e fa buio presto, la voglia di uscire

è poca. Ma vincendo la pigrizia si scopriranno i benefici dello sport all'aperto anche in inverno. Che sia jogging, tennis o calcetto, bisogna curare l'abbigliamento. Poche le regole base. Indossare capi traspiranti, altrimenti si provoca uno squilibrio alla termoregolazione: il sudore non disperso si raffredda addosso causando tosse e raffreddore. Poi vestirsi in modo da graduare la temperatura del corpo: più pesanti nel riscaldamento, un po' più leggeri durante la fase dello sforzo, per poi coprirsi di nuovo nel recupero. Concludere sempre con lo stretching, magari anche dopo una doccia calda.



NG
PERFUMES

Profuma la tua storia!





L'ALTRA NEVE

INVERNO TEMPO DA NEVE E STAGIONE PER DIVERSI SPORT APPASSIONANTI E AL TEMPO STESSO SPETTACOLARI, CHE PUR DIFFERENZIANDOSI DAI CLASSICI E INTRAMONTABILI SCI, SI PRATICANO SUL SUGGESTIVO MANTO BIANCO CHE RICOPRE LE MONTAGNE.

Sempre maggiore è il numero di discipline che trovano nella neve il campo pratica ideale, per sperimentare attività supportate da veicoli a volte anche ingegnosi, che più che l'agonismo privilegiano il divertimento unito spesso a una buona dose di adrenalina. Uno di questi è lo skybobbing, o skybiking, la cosiddetta "bicicletta delle nevi" che al posto delle ruote monta due tavole simili a uno snowboard, una anteriore e una posteriore, con il telaio di una bmx ed il manubrio. La sensazione una volta in sella è quella di cavalcare la neve, un motivo in più per essere considerato uno degli sport più di tendenza dell'inverno, adatto a tutte le età e facile da imparare. Sempre di bicicletta si tratta ma diversamente la fat bike lo è per davvero, con due ruote dalle dimensioni extra larghe. Dalla bici allo snowtubing detto anche "rafting delle nevi". Uno sport invernale adatto a tutti in cui si scivola seduti su una camera d'aria, o su un gommone, lungo tracciati di neve raggiungendo velocità che arrivano a sfiorare anche i cinquanta chilometri orari.



Lo snowtubing è praticato su apposite piste delimitate da barriere per rendere più sicura la discesa, tuttavia è preferibile indossare le protezioni tra cui il casco. Chiamato anche "monopattino della neve" è lo skifox, uno sgabello molleggiato poggiato su uno sci, a cui si accompagnano altri due sci stretti e poco più lunghi degli scarponi indossati ai piedi. Al posto del manubrio ha due maniglie laterali a cui appigliarsi durante la discesa. A richiedere più conoscenze sia in ambito sciistico che di volo appesi ad una vela, sono invece lo snowkite, un mix fra kitesurf, snowboard e parapendio. Trainati da una vela sui pendii ricoperti dalla neve, lo snowkite riprende il



modello del più famoso kitesurf acquatico e si pratica sia indossando un paio di sci che usando il classico snowboard. Lo speed riding infine, è il connubio perfetto tra sci e parapendio. Si pratica equipaggiati con uno speciale parapendio ad ala piccola e si scivola giù per le piste sciistiche prendendo il volo quando lo si desidera e facendo poi ritorno a terra. Una disciplina che richiede sia abilità nel gestire il parapendio, che competenze in materia di sicurezza. Più o meno diverse tra loro, oltre alla componente neve un'altra caratteristica che accomuna tutte queste discipline, è il piacere di vederle praticare, perché da spettatori riservano sempre discese quando più tecniche, quando spettacolari.



COVERI

*Contemporary
Girl*



**Scopri la collezione
CONTEMPORARY GIRL nelle due varianti,
create per rendere speciale ogni tuo look.**



**TANTI AUGURI...
ALLA GRANDE
FAMIGLIA
Più ^{me}**

Un puzzle fatto di tanti tasselli che, presi uno per uno, appaiono come poca cosa, incomprensibili, apparentemente inutili.

Ma la "meraviglia" di un puzzle degno di questo di questo nome è che con gli ingredienti giusti fatti di attenzione, di cura, di dedizione, di curiosità, di impegno, di perseveranza, di passione, quello che all'inizio sembra un "abbozzo" di pezzettini insignificanti, all'improvviso, passo dopo passo, giorno dopo giorno, prende forma, carattere, colore, donando a chi lo realizza e a chi ci incontra, tanta soddisfazione.

Ecco, a noi piace immaginarci Tutte e Tutti così!

Un insieme bello e prezioso che si lascia alle spalle il "vecchio" anno ma che, come sempre, guarda al futuro con speranza, col sorriso e con tanti progetti da realizzare. E visto che questo è il tempo "giusto" ...tanti cari Auguri di Buone Feste a Tutti e Tutte e a chi volete bene e ve ne vuole! Di cuore...

SENSODYNE

AIUTA A
RINFORZARE
LO SMALTO
DAL PRIMO
UTILIZZO



Protegge dalla sensibilità dentale



Cibo e bevande
possono indebolire
lo smalto



Trovi tutte le soluzioni a pagina 98 della rivista.

1	2	■	3	4	5	6	7	■	8	B	1	9	5
10	2	3	■	7	9	9	7	6	7	■	9	7	
2	11	3	■	9	12	6	13	14	5	15	1	■	
2	5	2	■	6	1	9	14	7	16	16	3	6	
7	■	2	7	9	9	13	2	5	■	3	15	15	
5	12	12	5	6	6	7	2	11	3	■	7	9	
9	7	6	7	■	12	3	14	3	12	1	■	■	
17	1	■	3	2	17	3	6	7	■	3	■	15	
7	16	16	5	■	12	5	2	■	15	3	■	14	
6	5	14	6	1	3	■	4	5	10	15	1	7	

LA MASSIMA
CIFRATA
A numero uguale
lettera uguale.

■	■	1	2	3	2	■	3	4	■	5	6	7	
8	9	Z	6	2	10	8	■	8	■	11	10	4	■
■	7	8	4	3	12	4	■	3	4	■	13	8	A
12	4	■	8	■	1	8	13	14	7	8	■	■	
11	10	4	■	15	F	6	10	9	6	2	10	8	■
■	4	10	16	17	H	8	■	■	18	11	8	3	3
4	■	■	7	4	19	19	6	11	10	12	4	■	
8	■	■	18	11	8	E	1	12	4	■	■	1	14
8	1	1	2	■	6	10	■	■	13	2	5	2	
■	14	4	7	12	6	16	2	3	4	7	8	■	

LA MASSIMA
CIFRATA
A numero uguale lettera uguale.
A gioco risolto, leggendo di seguito risulterà una massima di Arthur Schnitzler

■	1	2	3	2	4	1	■	5	6	5	6	3	
7	8	■	7	9	8	2	2	1	E	■	■	10	3
■	11	1	12	2	13	6	1	■	7	14	1	■	
11	1	6	2	8	■	■	8	9	■	10	1	6	
8	12	13	■	■	11	3	5	■	10	1	3	■	
■	12	3	7	7	14	H	3	■	2	13	6	13	■
3	■	11	13	15	1	12	3	■	3	■	11	13	
15	1	12	3	■	■	6	13	6	■	12	3	1	
2	7	13	6	13	■	8	■	11	1	6	2	8	
12	1	■	■	8	10	■	8	9	4	12	13	■	

LA MASSIMA CIFRATA

A numero uguale lettera uguale.
A gioco risolto, leggendo di se-
guito si leggerà una massima
di Oscar Wilde

■	1	2	U	3	4	3	■	5	6	7	8	9	10
11	8	3	■	11	1	1	11	■	12	1	3	13	
9	11	■	10	3	10	■	8	6	4	6	■	1	
11	■	14	3	15	6	13	8	11	■	11	10	16	Z
9	■	8	6	4	6	■	1	11	■	4	9	7	
6	13	9	11	■	14	6	13	17	18	6	■	7	
11	■	17	18	6	■	10	N	E	L	L	A	■	■
4	9	7	6	13	9	11	■	9	1	■	7	2	
3	■	9	10	12	6	12	10	3	■	5	9	15	
6	10	8	6	13	11	■	12	6	10	9	3	■	

LA MASSIMA CIFRATA

A numero uguale lettera uguale.
A gioco risolto, leggendo di seguito
si otterrà una massima
di Carlo Dossi



OXFAM
Italia

LOTTA ALLA DISUGUAGLIANZA!

Vogliamo che sempre più donne, giovani e persone povere e marginalizzate possano esercitare i loro diritti civili e politici e influenzare le decisioni che riguardano la loro vita. Quando tante voci parlano all'unisono, le istituzioni, i leader politici e le grandi imprese possono ascoltarle. Insieme possiamo creare società più giuste e inclusive, possiamo affrontare le disuguaglianze e difendere i diritti di tutti, soprattutto dei più vulnerabili, come le donne e i giovani.

EMERGENZE!

Disastri naturali come tsunami, terremoti e siccità, così come conflitti e guerre, e l'attuale pandemia, mettono in pericolo la vita di milioni di persone a causa della mancanza di acqua pulita, cibo e riparo. Le emergenze colpiscono inevitabilmente e più duramente le comunità più povere e vulnerabili del mondo. L'instabilità politica di molte

OXFAM LAVORA IN ITALIA E NEL MONDO PER DARE ALLE COMUNITÀ MEZZI DI SUSSISTENZA, CAPACITÀ DI RESILIENZA E PER DIFENDERE LE VITE NELLE EMERGENZE. CIASCUNO DI NOI PERÒ MERITA UN FUTURO DI UGUALI OPPORTUNITÀ PER PROSPERARE E NON SOLO PER SOPRAVVIVERE.



aree geografiche e l'aumento dei fenomeni climatici estremi, costringono le persone a lasciare tutto: le proprie case, i propri paesi, la propria vita.

SVILUPPO!

Povertà e disuguaglianza non sono né inevitabili né casuali: sono piuttosto il risultato di scelte politiche ed economiche. Scelte che possono cambiare ed essere cambiate. Acqua, cibo, istruzione, assistenza sanitaria non sono merci ma diritti, e tutti dovrebbero avervi accesso. Eppure viviamo in un mondo in cui nonostante la crescita economica le disuguaglianze sono più presenti che mai, tra paesi, e ad ogni livello della società.

GIUSTIZIA DI GENERE!

La violenza contro donne e bambine è una tra le più diffuse violazioni dei diritti umani: non conosce confini geografici o culturali, distrugge vite e mina la sopravvivenza di intere famiglie e comunità, compromettendo lo sviluppo di una società democratica e pienamente inclusiva a livello economico e sociale.



INFO&CONTATTI

Oxfam Italia
Via Pierluigi da Palestrina n.26/r
50144 Firenze
TEL. +39 055 3220895
FAX +39 055 3245133
NUMERO VERDE 800 99 13 99
sostenitori@oxfam.it
www.oxfamitalia.org



PER LA TUA TAVOLA SCEGLI *ideal-party*[®]



ICELANDIC SHEEPDOG

L'ICELANDIC SHEEPDOG (O ICELAND DOG) È UNA RAZZA CANINA ISLANDESE RICONOSCIUTA DALLA FCI. È UNA RAZZA MOLTO ANTICA E MOLTO POCO DIFFUSA AL DI FUORI DELL'ISLANDA; ERA UTILIZZATA PER RADUNARE LE PECORE.

È un cane da pastore agile e sveglio, di taglia medio-piccola; il pelo può essere corto o lungo, ma è sempre molto folto, in particolare sulla coda. Quest'ultima è arrotolata. I colori più comuni sono fulvo, grigio, marrone e nero, con aree chiare, in particolare sulla gola e sulle zampe; le aree colorate devono essere sempre più ampie di quelle bianche. La testa è triangolare con occhi scuri, a mandorla. Le dimensioni ideali sono 42 cm di altezza per le femmine e 46 per i maschi.

Una caratteristica accattivante è la sua espressione facciale molto amichevole e allegra. La sua gentilezza è scritta sul loro volto. Hanno una personalità sicura di sé. Sono molto vivaci e socievoli. Amano la compagnia di altre persone.

Tuttavia, il suo temperamento e la sua natura di cani da pastore lo rende molto irascibile. Tuttavia, questa caratteristica può essere tenuta sotto controllo con un addestramento costante. L'Icelandic Sheepdog è fiducioso e desideroso di piacere.

Nella sua funzione di cane da



pastore, l'Icelandic Sheepdog doveva anche scacciare gli animali selvatici. Tuttavia, questo comportamento è stato eliminato dalla razza. Il cane era l'unico compagno di giochi per gli abitanti delle remote fattorie islandesi. Probabilmente è per questo che l'Icelandic Sheepdog ha una natura amichevole e socievole.

Per mantenere l'Icelandic Sheepdog sano e felice, vale la pena portarlo a fare lunghe passeggiate. Poiché non sono cani da caccia, possono anche essere lasciati liberi dal guinzaglio in tutta sicurezza dopo un adeguato addestramento.

L'Icelandic Sheepdog ama le attività all'aria aperta. In

concreto, questo significa che è anche un ottimo e tenace compagno durante le escursioni. Un'abbondante attività fisica quotidiana aiuta il tuo Icelandic Sheepdog a sentirsi bene. Anche giocare insieme contribuisce a questo obiettivo. Una casa con giardino o in campagna è la casa ideale per lui.



Vitakraft®



GIORNATA MOVIMENTATA?

SEMPLICEMENTE

felici
con Vitakraft

La vita è fatta di piccoli momenti da vivere insieme. Ogni giorno un'avventura e una sorpresa. E se il tuo cane combina un piccolo disastro? Fermati un momento e regalagli una coccola che renda anche quest'attimo unico e speciale.

Snack Vitakraft, produzione Made in Germany, ingredienti di alta qualità, tante vitamine, senza zuccheri ed esaltatori di sapidità.

Spuntini sani e irresistibili in tante varianti, anche vegetariane.

Coccole golose che rendono felici cani e padroni.



VITAKRAFT. CON AMORE.



VITAKRAFT.IT



ARIETE

Questo periodo sarà caratterizzato da novità importanti, chiamate e colloqui che in molti casi cambieranno le tue aspettative, anche a gennaio: per tutto il mese avrai a disposizione grinta e capacità di metterti in luce nel modo più conveniente. "Le scoperte consistono nel vedere ciò che tutti hanno visto e pensare ciò che nessuno ha pensato" (Albert Szent Gyorgyi).



LEONE

Se in passato hai avuto problemi in casa, ti si prospetta un bel periodo di ripresa. Sarai grintoso, pronto a chiarire quello che non funziona, ad impegnarti. Nulla da ridire verso il tuo segno: la comunicativa sarà al top. "Non smettere mai di sorridere nemmeno quando sei triste, perché non sai chi potrebbe innamorarsi del tuo sorriso" (Gabriel Garcia Marquez).



SAGITTARIO

Non avrai peli sulla lingua: potresti far precipitare situazioni pericolanti. Vita sociale e familiare saranno serene e appaganti da metà febbraio in poi. Potresti vedere quello che ti ha turbato sotto una luce diversa. "La causa dei problemi è che nel mondo moderno gli stupidi sono sicuri di sé, mentre gli intelligenti sono pieni di dubbi". (Bertrand Russel)



TORO

Potrai partire in quarta: progetti, iniziative familiari o svago, amicizie e divertimento. Tutto riuscirà bene, almeno fino a metà mese, quando potrebbero esserci incomprensioni e battibecchi con chi ti circonda. Ma si tratta di piccolezze, perché il quadro astrale è favorevole. "Dimmi e io dimentico; mostrami e io ricordo; coinvolgimi e io imparo" (Benjamin Franklin).



VERGINE

Qualche discussione, che forse ti porti dietro addirittura dalla fine dell'estate, ti offusca. Sarai in tensione, probabilmente per motivi familiari o affettivi. L'insoddisfazione dovrebbe essere stimolo per spingerti a migliorare aspetti del tuo carattere e della tua vita che ti disturbano. "Abbandona le grandi strade, prendi i sentieri" (Pitagora).



CAPRICORNO

Compleanno in vista! Ottimo mese per professione e soldi. Da libero professionista, ti gestirai benissimo. Qualunque sia il tuo lavoro, comunque, la tua situazione sta migliorando e continuerà nel corso dei mesi. "Hai raggiunto il successo nel tuo campo quando non sai se quello che stai facendo è lavoro o gioco" (Warren Beatty).



GEMELLI

Avrai un animo belligerante: potresti far precipitare situazioni pericolanti. Vita sociale e familiare saranno serene e appaganti dall'inizio delle feste in poi. Potresti vedere quello che ti ha turbato sotto una luce diversa. "La causa dei problemi è che nel mondo moderno gli stupidi sono sicuri di sé, mentre gli intelligenti sono pieni di dubbi" (Bertrand Russel).



BILANCIA

Spesso la tua esigenza di armonia non ti rende mai soddisfatto di quello che fai o degli altri. Ma questo mese potresti evitare quest'atteggiamento, perché i risultati saranno concreti e duraturi come piace a te. "Rifiutate una carriera solo perché assicura una pensione. La miglior pensione è un cervello in attività che vi permetta di continuare a pensare fino alla fine". (Rita Levi Montalcini)



ACQUARIO

Questo mese avrai l'intenzione di far andare le cose nella tua relazione. Potrebbe tradursi nel desiderio di rendere più vivace l'atmosfera di coppia, di corteggiare e di essere corteggiato. Metti da parte la freddezza per essere astuto. "L'ottimismo è un magnete della felicità. Se rimani positivo, le cose buone e le buone persone saranno attratte da te" (Mary Lou Retton).



CANCRO

Potresti già iniziare bene il nuovo anno. Sei soddisfatto di alcuni traguardi raggiunti e ti lasci alle spalle qualche difficoltà. I primi dieci giorni di dicembre saranno scorrevoli, densi di certezze, di divertimento. Via libera alla conquista di ciò che ritenevi impossibile. "La felicità consiste nel non porsi mai il problema di misurarla o di chiedersi se si è soddisfatti o meno" (George Bernard Shaw).



SCORPIONE

Se non ti calmi, potresti vivere momenti piacevoli e altri un po' meno. Ci saranno alti e bassi nelle tue relazioni, soprattutto con i familiari e durante la prima parte del mese. Le discussioni potrebbero essere causate da motivi noti oppure essere causate da tensioni più profonde. Sii comprensivo! "La pazienza è la compagna della saggezza" (Sant'Agostino).



PESCI

Sarà un momento contraddittorio, dovrai fare i conti con situazioni speciali, molto belle, altre irritanti. I rapporti logori potrebbero finire nell'occhio del ciclone. Pondera le tue decisioni e il tuo vittimismo, tira fuori la grinta e ti sentirai rinascere! Ma devi volerlo. "Le parole affrettate fanno perdere le amicizie" (Mark Twain).

LE SOLUZIONI DEI GIOCHI

I	N	A	M	O	R	E	B	I	S	O
G	N	A	E	S	S	E	R	E	S	E
N	Z	A	S	C	R	U	P	O	L	I
N	O	N	R	I	S	P	E	T	T	A
E	N	E	S	S	U	N	O	A	L	L
O	C	C	O	R	R	E	N	Z	A	E
S	E	R	E	C	A	P	A	C	I	
D	I	A	N	D	A	R	E	A	L	P
E	T	T	O	C	O	N	L	A	P	
R	O	P	R	I	A	M	O	G	L	I

S	S	O	L	O	L	A	D	I	R	
E	Z	I	O	N	E	U	N	A		
R	E	A	L	T	A	L	A	M	E	
T	A	E	S	E	M	P	R	E		
U	N	A	F	I	N	Z	I	O	N	E
A	N	C	H	E	Q	U	E	L	L	
A	R	A	G	G	I	U	N	T	A	
E	Q	U	E	S	T	A	S	P		
E	S	S	O	I	N	M	O	D	O	
P	A	R	T	I	C	O	L	A	R	E

E	S	I	S	T	E	U	N	U	N	I
C	A	C	L	A	S	S	E	D	I	
P	E	R	S	O	N	E	C	H	E	
P	E	N	S	A	A	L	D	E	N	
A	R	O	P	I	U	D	E	I		
R	I	C	C	H	I	S	O	N	O	
I	P	O	V	E	R	I	I	P	O	
V	E	R	I	N	O	N	R	I	E	
S	C	O	N	O	A	P	E	N	S	A
R	E	A	D	A	L	T	R	O		

L	U	O	M	O	D	E	S	T	I	N
A	T	O	A	L	L	A	G	L	O	R
I	A	N	O	N	T	E	M	E	L	
A	P	O	V	E	R	T	A	A	N	Z
I	T	E	M	E	L	A	M	I	S	
E	R	I	A	P	E	R	C	H	E	S
A	C	H	E	N	E	L	L	A		
M	I	S	E	R	I	A	I	L	S	
O	I	N	G	E	G	N	O	D	I	V
E	N	T	E	R	A	G	E	N	T	O

emanuel ungaro

ungaro THE FRAGRANCE

Ungaro Eau de Parfum è la fragranza che esprime libertà e sensualità. Rappresenta una nuova visione moderna della donna Emanuel Ungaro, misteriosa e totalmente femminile, sia che si tratti di una stella del cinema che di una lavoratrice glamour.

La composizione floreale e speziata si apre con note di frutti rossi, segue un cuore di gelsomino opulento e culmina in una base avvolgente di zafferano e ambra.

Un'esperienza olfattiva audace e luminosa, perfetta per chi vive senza compromessi.

Famiglia olfattiva: Ambrato Floreale Speziato

Note di testa: Zafferano

Note di cuore: Gelsomino

Note di fondo: Ambra



THE FRAGRANCE

ungaro man



Scopri una fragranza che incarna la mascolinità carismatica di un seduttore moderno, con fresche note di basilico e un cuore speziato di tabacco. Il legno di cedro aggiunge eleganza e giovinezza a questa composizione sensuale.

Il flacone, disegnato da Sylvie de France, si distingue per il suo azzurro puro e le linee curve, emanando un'aura di seduzione maschile. Il logo argentato brilla su una carta patinata blu notte, richiamando un'eleganza senza tempo.

Un'esperienza olfattiva e visiva che lascia il segno.

Famiglia olfattiva: Legnoso Aromatico Fresco

Note di testa: Foglie di Basilico

Note di cuore: Tabacco

Note di fondo: Legno di Cedro

Palette



**LA QUALITÀ PROFESSIONALE
PER LA BELLEZZA DEI TUOI CAPELLI**