



Più me

M A G A Z I N E

NUMERO 10 - OTTOBRE 2025
COPIA OMAGGIO

GIORGIO ARMANI

HA PORTATO L'ITALIA NEL MONDO. L'ITALIA DELLA CREATIVITÀ E DELLA BELLEZZA, DELLO STILE E DELL'ELEGANZA.

L'ETERNA PASSIONE PER IL FUMETTO

NESSUN GENERE NARRATIVO HA SAPUTO TRASFORMARSI QUANTO IL FUMETTO.

QUANDO LA MONTAGNA CURA

DALL'ARRAMPICATA ALL'ESCURSIONE, DALLA BICI ALL'USCITA IN GROTTA, AD OGNUNO LA PROPRIA CURA: LA MONTAGNA È UNO SCRIGNO PIENO DI OPPORTUNITÀ.

CHIARA PELLACANI

NELL'ESTATE 2025 HA FIRMATO LA SUA CONSACRAZIONE INTERNAZIONALE.

JULIA ROBERTS

Diva, ma senza arie da divinità

PUPA

M I L A N O

PLEASURE LIPS

PIACERE E TRATTAMENTO
PER LE TUE LABBRA



**NUTRIENTE
ELASTICIZZANTE**



**NUTRIENTE
ANTIOSSIDANTE**



**NUTRIENTE
EMOLLENTE**



**NUTRIENTE
IDRATANTE**





IL TUO RITUALE ANTI CADUTA



Zero Stress è la linea dedicata a tutti i tipi di capello, in particolare a quelli fragili e soggetti a caduta; li aiuta a ritrovare vitalità, forza e resistenza, per capelli protetti, nutriti e luminosi.



LE CITTÀ DEL FUTURO!



Marc Chagall, "Sulla Città", 1918

Quest'anno, la Giornata mondiale delle Città 2025, che si svolgerà a Bogotá, in Colombia, metterà in primo piano un concetto cruciale: le città intelligenti orientate alle persone. L'idea è di esplorare come l'analisi dei dati, l'innovazione tecnologica e l'intelligenza artificiale possano non solo migliorare la qualità della vita urbana, ma anche aiutare le comunità a superare crisi e imprevisti, ponendo il benessere umano e l'inclusione al centro di ogni strategia.

La sfida climatica e l'esodo rurale

Il contesto in cui ci muoviamo è sempre più precario. Le città sono in prima linea nel subire gli effetti devastanti di un clima impazzito. Inondazioni improvvise, ondate di calore estreme, siccità prolungate e tempeste violente non sono più eventi rari, ma una drammatica normalità. L'accelerazione dello scioglimento dei ghiacciai e il conseguente innalzamento dei mari minacciano le nostre coste, rendendo la necessità di agire non solo urgente, ma vitale. È essenziale adottare misure drastiche per proteggere i nostri insediamenti e il nostro fragile ecosistema. Questo scenario sta accentuando un fenomeno demografico in corso: lo spopolamento delle aree rurali e dei piccoli centri. Secondo le stime più recenti delle Nazioni Unite, entro il 2045 circa **sei miliardi di persone** vivranno in città, quasi due

terzi della popolazione mondiale. Anche in Italia, migliaia di comuni e borghi rischiano l'abbandono a favore delle grandi metropoli. Invece di limitarci a criticare l'espansione urbana, potremmo cogliere l'occasione per incentivare il ritorno e la valorizzazione di questi luoghi dimenticati.

La transizione verso città resilienti

Per affrontare questa sfida, è indispensabile ripensare l'urbanizzazione. Le nostre città devono diventare luoghi accoglienti, capaci di generare prosperità, nuovi servizi e opportunità lavorative, promuovendo al tempo stesso la diversità e la coesione sociale. Dobbiamo trasformare le difficoltà in opportunità. La Commissione Europea, con la sua strategia del 2021 per un'Europa resiliente ai cambiamenti climatici, ha già tracciato una rotta chiara: adattamento più intelligente, rapido e sistemico. In Italia, iniziative come il Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza (PNRR) offrono una concreta possibilità di intervenire. Il piano prevede ingenti investimenti che possono essere usati per promuovere le "smart cities", ovvero città in cui la tecnologia è al servizio del cittadino. Una città è "smart" non solo se è tecnologicamente avanzata, ma se adotta una visione olistica che coinvolge i cittadini nella gestione del territorio. Significa promuovere una transizione verde, che

TUTTO HA AVUTO INIZIO CON LA VISIONE DI UN FUTURO URBANO MIGLIORE. LO SLOGAN "BETTER CITY, BETTER LIFE" (UNA CITTÀ MIGLIORE, UNA VITA MIGLIORE) CONIATO PER L'EXPO DI SHANGHAI DEL 2010 HA SEGNA TO L'INIZIO DI UNA DISCUSSIONE GLOBALE. ANNI DOPO, NEL 2013, LE NAZIONI UNITE HANNO ISTITUITO LA GIORNATA MONDIALE DELLE CITTÀ, CHE SI CELEBRA OGNI 31 OTTOBRE, CON L'OBIETTIVO DI ACCENDERE I RIFLETTORI SULL'URBANIZZAZIONE E PROMUOVERE UNO SVILUPPO URBANO PIÙ SOSTENIBILE A LIVELLO PLANETARIO.

passa attraverso la riqualificazione energetica degli edifici, la rigenerazione urbana, la prevenzione del dissesto idrogeologico e il potenziamento di servizi essenziali.

Misure concrete per un futuro sostenibile

Le sfide che abbiamo di fronte sono immense, ma non insuperabili. Le azioni concrete che possiamo intraprendere, dal potenziare i trasporti pubblici all'abbracciare un'economia circolare a "sprechi zero", fino alla valorizzazione del nostro patrimonio culturale e naturale, non sono mere opzioni: sono imperativi. Questi non sono progetti da rimandare, ma interventi necessari e urgenti che vanno oltre le direttive di qualsiasi istituzione. Agire ora è una questione di buon senso, di responsabilità verso noi stessi e, soprattutto, verso le generazioni future. La strada da percorrere è quella di un'urbanizzazione consapevole e sostenibile, un sentiero che ci guiderà verso città capaci di offrire non solo un tetto, ma un futuro migliore per tutti. Perché, in fondo, una città migliore è davvero il fondamento di una vita migliore.

"Di una città non godi le sette o settantasette meraviglie, ma la risposta che dà a una tua domanda."

-Italo Calvino-



NIVEA

MARCA
N°1
AL MONDO
PER LA CURA DELLA PELLE*

72h DI IDRATAZIONE INTENSA



Crema Corpo **Idratante Express**

Acido Ialuronico Puro
+ **Minerali Marini**
+ Siero Nutrimento Intenso

Pelle normale o secca



Crema Corpo **Nutriente**

Acido Ialuronico Puro
+ **Olio di Mandorla**
+ Siero Nutrimento Intenso

Pelle secca o molto secca



Crema Corpo **Vellutante**

Acido Ialuronico Puro
+ **Burro di Karité**
+ Siero Nutrimento Intenso

Pelle secca



TUTTI PAZZI PER IL TARTUFO

Siamo nel pieno della stagione di uno dei cibi più preziosi e ricercati della cucina internazionale: sua maestà il tartufo. Di questo fungo ipogeo che può arrivare a costi vertiginosi, l'Italia è il principale paese produttore e consumatore sia di quello bianco (*Tuber magnatum*) e di quello nero (*Tuber melanosporum*).

Si stima che il paese produca circa il 70% dei tartufi mondiali e che la produzione annuale di tartufi freschi si aggiri intorno a 1.000 tonnellate. Sono cifre orientative perché la disponibilità di tartufo può variare significativamente da anno a anno a causa delle condizioni climatiche e delle fluttuazioni stagionali. Le regioni italiane che detengono la maggiore produzione di tartufi includono Piemonte (noto per il tartufo bianco d'Alba, che è una delle varietà più pregiate e costose), Toscana, Umbria, Marche e Abruzzo. Sebbene sia di nicchia, quello del tartufo è considerato un mercato di grande rilevanza economica,



che coinvolge sia piccole realtà agricole locali, sia importanti imprese commerciali. Stando ai dati Istat del 2022, il mercato si aggira attorno ai 500 milioni di euro annui, con un incremento costante del 4-5% annuo grazie alla crescita delle esportazioni, al miglioramento della qualità dei prodotti e a una fase di modernizzazione del settore, con un significativo aumento delle vendite online e una crescente popolarità dei prodotti trasformati, come oli e salse al tartufo. Sotto il profilo economico, la parte del leone la gioca il pregiato tartufo bianco d'Alba: nel 2024 il suo prezzo medio ha



raggiunto i 3.000-4.000 euro al chilo nelle aste di Alba (uno degli eventi più importanti del settore), ma in casi particolari, come il tartufo gigante, il prezzo è salito notevolmente.



PIASTRA PER CAPELLI SLEEK&CURL S6500

- Piastra stretta con lamine rivestite di ceramica
- Look liscio o mosso grazie al design con bordi smussati
- Display digitale – temperatura regolabile da 150°C a 230°C
- Pronta in 15 secondi – Auto-off dopo 60 minuti
- Custodia resistente al calore



ASCIUGACAPELLI DA VIAGGIO ON THE GO D1500

- Manico pieghevole
- 2 temperature / velocità
- Diffusore compatto e concentratore
- Doppio voltaggio
- Potenza: 2000 Watt







disinfezione piacevolmente profumata

ATTIVI CONTRO VIRUS E BATTERI



PRESIDI MEDICO CHIRURGICI reg. n°21274, 21289, 20259, 21273, 21398, 21249.
Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso.
Autorizzazione ministeriale del 30/04/2024

L'ITALIA RISCHIO FRANE



L' Italia è il paese europeo più esposto al rischio frane ma ci sono strumenti di prevenzione.

Secondo il IV Rapporto ISPRA (Istituto Superiore per la Protezione e la Ricerca Ambientale) 'Dissesto idrogeologico in Italia', quasi 6 milioni di italiani vivono in aree a rischio frane. Con oltre 636.000 frane censite sul territorio nazionale, l'Italia si conferma tra i Paesi europei più esposti al rischio di questa calamità, ma ci sono utili strumenti di prevenzione: IdroGEO e ReNDiS. Il primo è la piattaforma pubblica e open data per la consultazione delle mappe e dei dati aggiornati sul dissesto e

il secondo è il Repertorio Nazionale degli Interventi Finanziati per la Difesa del Suolo. Strumenti già utilizzati da molte categorie, quali le compagnie assicurative che devono gestire le ondate di risarcimenti per danni da catastrofi naturali. Ma sono preziosi anche per gli agenti immobiliari o i banchieri, considerato che il valore di un immobile e la sua bancabilità come garanzia collaterale dipendono molto dalle condizioni idrogeologiche dell'area su cui insiste. Su IdroGEO sono diverse le consultazioni da parte di agenzie immobiliari, che vogliono assicurarsi dell'affidabilità di un



investimento, grazie anche al nuovo assistente virtuale basato sull'Intelligenza Artificiale di cui la piattaforma è dotata e che, dialogando con l'utente, fornisce informazioni e risponde a domande sul dissesto idrogeologico.

ReNDiS invece, finalizzato alla realizzazione di un archivio informatizzato di tutti gli interventi per la salvaguardia dal dissesto idrogeologico, è un "sistema informativo" integrato da un'interfaccia web sviluppata per condividere e pubblicare in internet i dati acquisiti. Tramite l'interfaccia è possibile visualizzare gli interventi che ricadono in un determinato ambito territoriale ed interrogare il database, ricavandone i corrispondenti report statistici, su una serie di caratteristiche, tipologiche e quantitative degli interventi.



OTTOBRE 2025

RUBRICHE

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

REPORTAGE

- 26 **QUANDO LA MONTAGNA CURA**
- 32 **L'ETERNA PASSIONE PER IL FUMETTO**

PERSONAGGIO DEL MESE

- 38 **GIORGIO ARMANI**

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



JULIA ROBERTS

Diva, ma senza arie da divinità.

66

CHIARA PELLACANI

Nell'estate 2025 ha firmato la sua consacrazione internazionale.

26

QUANDO LA MONTAGNA CURA

Dall'arrampicata all'escursione, dalla bici all'uscita in grotta, ad ognuno la propria cura: la montagna è uno scrigno pieno di opportunità.



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 Forlì - Tiziano Baldi Galleni - Giuditta Grasso - Lara Venè - Chiara Zaccarelli - Virginia Torriani - Giulia Biagioni - Fabrizio Diolaiuti - Stefano Guidoni - Katia Brondi - Silvio Ghidini - Redazione "I Consigli di Barbanera" - Camilla Zucchi - Sofia Pieraccini - Giulia Patroncino - Leonardo Pinzuti

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 Pioltello (MI) Italy n° ROC 25471



32

L'ETERNA PASSIONE PER IL FUMETTO

Nessun genere narrativo ha saputo trasformarsi quanto il fumetto.

- 64 Matrix
- 66 The Winner: **CHIARA PELLACANI**
- 72 Le avventure di PriMo
- 74 Sulla strada
- 76 La 25°ora
- 78 My book
- 80 Teatro & Musica
- 82 On stage: **JULIA ROBERTS**
- 86 Un anno di felicità con 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

GIORGIO ARMANI

Ha portato l'Italia nel mondo. L'Italia della creatività e della bellezza, dello stile e dell'eleganza.

48

IL FASCINO METALLICO DELLE BORCHIE

Fino a qualche decennio fa, nella moda, erano il mantra di chi viveva letteralmente a suon di musica rock & punk. Ma le borchie hanno una lunga storia...



Copyright 2025 GENERAL PROVIDER Srl
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.



JOB.IPERSOAP.COM



MENO CONGEDI PARENTALI PER GLI UOMINI

I PADRI HANNO CINQUE MESI IN MENO DI CONGEDI PARENTALI DELLE MADRI.

I padri hanno cinque mesi in meno di congedi parentali delle madri. E la parità di genere a seguito della maternità si allontana. Il congedo parentale retribuito è un periodo di astensione dal lavoro che permette ad entrambi i genitori di essere presenti nei primi mesi o anni di vita del bambino, senza dover rinunciare al proprio reddito. Solo che questi permessi non sono distribuiti equamente. A livello globale, le madri ricevono in media 24,7 settimane di congedo retribuito, mentre i padri solo 2,2, con una differenza di oltre cinque mesi. Il dato è emerso dal report pubblicato dall'Organizzazione internazionale del



lavoro (ILO), un'agenzia specializzata delle Nazioni Unite, che ha tra i suoi scopi la difesa dei diritti umani e delle pari opportunità del mondo del lavoro. Secondo gli elementi raccolti dall'ILO, negli ultimi trent'anni il congedo di maternità

retribuito è aumentato in tutto il mondo, passando da una media di 12,8 settimane a quella attuale di 17,6. Un progresso che ha comportato l'estensione del congedo anche ai padri: nel 2024, 121 dei 186 paesi con dati disponibili nei data base dell'ILO, prevedevano un congedo di paternità, e ben 37 di questi lo avevano introdotto nell'ultimo decennio. Nello stesso periodo, altri 31 paesi avevano esteso la durata del congedo di paternità o ne avevano migliorato l'accessibilità. A fronte dell'estensione di questo importante istituto che permette ai nuovi genitori di occuparsi dei propri figli nei primissimi mesi di vita, il report mette in luce "il mancato riconoscimento dei diritti individuali dei padri al congedo di paternità o al congedo parentale", sottolineando come il 57,3% della popolazione mondiale abiti in paesi in cui lo squilibrio tra congedi di maternità e di paternità è compreso tra i 3 e i 6 mesi. Il documento dell'ILO propone anche alcune strategie per rendere i congedi parentali retribuiti più equi: tra queste l'invito a rafforzare il dialogo sociale per progettare politiche ben strutturate e soprattutto tutele che proteggano da eventuali pressioni esercitate dai datori di lavoro.

Il sorriso del risparmio

SOAPPY

la qualità e la convenienza col
SORRISO



Antola Casa Detersivi S.r.l. - Via Dorsale 13, 56100 - Massa (MS)
Tel. 0585 830756 - Fax. 0585 837098 - info@antolab.it www.antolacasadetersivi.com



VERSAILLES

“L'ETAT C'EST MOI” (“LO STATO SONO IO”)
ESPRESSIONE ATTRIBUITA A LUIGI XIV RE DI FRANCIA.



La Reggia di Versailles fu edificata intorno al nucleo del padiglione di caccia di Luigi XIII ma solo sotto Luigi XIV, tra il 1661 e il 1690, divenne la residenza stabile dei regnanti. La reggia faceva parte del progetto assolutista di Luigi XIV e in essa concentrò la nobiltà del regno così da poterla controllare, legittimare, premiare o condannare tanto da farla diventare la seconda capitale del Paese. Le ricchezze interne, dai marmi pregiati provenienti dalle cave del regno fino alle opere d'arte costituivano una prova concreta del potere e della gloria di un re che si affermava come sovrano europeo. Prima del 1684 gli appartamenti riservati

alla famiglia reale erano quasi terminati. Seguirono i lavori delle scuderie reali, le ali dei ministri, l'orto del re e di tutti i servizi della corte e degli organi di governo residenti nella reggia. I giardini di Versailles sono opera dell'ingegno di André Le Notre sul modello dei giardini europei e rappresentano un vero e proprio scrigno naturale. Le fontane erano alimentate da uno dei sistemi idraulici più avanzati del tempo. Grazie alla “**Macchina di Marly**” l'acqua che proveniva da diverse fonti, tra cui la Senna, veniva convogliata attraverso chilometri di canali e acquedotti. Durante l'ampliamento dei giardini venne costruita l'**Orangerie di Versailles**, un agrumeto per mano di **Jules Hardouin-**

Mansart che ospita fino a 1200 alberi di agrumi ed oggi ha un sistema di riscaldamento sotterraneo. Le camere del Re e della Regina sono indubbiamente le stanze centrali di Versailles ma di rilievo è la **Galleria degli Specchi** (inizialmente contava 357 specchi) che ospitò diversi eventi storici, tra cui la firma del trattato di Versailles. Dietro la camera ufficiale della regina di Francia si nascondeva il *petit appartement de la reine* dove le regnanti potevano ritirarsi a vita privata. La reggia di Versailles dispone di una rete di tunnel segreti per i movimenti discreti della corte. Uno di questi venne utilizzato da Maria Antonietta per fuggire dal palazzo durante la rivolta del 6 ottobre 1789. Il **teatro Opéra** reale è uno dei primi esempi di teatro all'italiana in Francia e fu inaugurato in occasione delle nozze di Luigi XVI e Maria Antonietta. Versailles con i suoi 18.000 mq di superficie è il più grande museo storico del mondo e non a caso registi cinematografici e di animazione decisero di utilizzarla come protagonista di diverse pellicole cinematografiche. **Marie Antoinette** (2006) di **Sofia Coppola** mette in risalto l'opprimente cerimoniale di corte a cui erano sottoposti i regnanti con particolare attenzione alla vita privata e quotidiana della regina a corte e al Trianon. Qui scopriamo una mamma oltre che una regina. Fanno da sfondo gli splendidi costumi della regina, opera della costumista, premio Oscar, **Milena Canonero** ritenuti dalla critica la miglior reinterpretazione cinematografica mai realizzata. La più bella donna di Francia in **Angelica alla Corte del Re** (1965) diventa la favorita di Luigi XIV in un regno colpito da scandali, lotte al potere e congiure dei veleni. Nella pellicola **Le regole del caos** (2014) il premio Oscar Kate Winslet, insieme al giardiniere André Le Notre progetta la famosa *Salle de bal* nei giardini di Versailles. Per i più piccoli o per gli adulti nostalgici nella versione animata di **Lady Oscar**, ispirata al manga di **Riyoko Ikeda**, riviviamo la saga dell'eroina cresciuta come un valoroso soldato che affianca la regina Maria Antonietta. I sontuosi balli a corte e i curati giardini della reggia sono sapientemente animati dalla fumettista giapponese. Versailles è il simbolo del potere assoluto della monarchia francese durante il periodo dell'*Ancien Régime* ed oggi la reggia e i suoi giardini sono riconosciuti come patrimonio mondiale dell'UNESCO.



FELCE AZZURRA

IL PROFUMO
DEL TUO BENESSERE

IL PROFUMO DELLE TUE EMOZIONI.

Tante essenze per altrettante esperienze sensoriali di benessere.
Ogni giorno una scoperta, ogni giorno un profumo nuovo.



IL LADRO SOTTO I RIFLETTORI

Nel Trevigiano il furto di una bici elettrica si è trasformato in un caso sorprendente. Cristian, il proprietario, aveva lasciato la sua e-bike da oltre 1.500 euro nel cortile di casa quando, nel pomeriggio, un uomo ha approfittato del cancello aperto per portarla via, ripreso dalle telecamere. Dopo aver sporto denuncia ai carabinieri, Cristian ha pubblicato il video sui social, indicando anche dettagli utili come un tatuaggio sul polso e l'avvistamento del ladro in un bar poco distante. Le immagini hanno fatto il giro del web e, tra segnalazioni e condivisioni, sono arrivate fino allo stesso responsabile, che ha ammesso il furto e chiesto scusa, sostenendo di aver poi abbandonato la bici, mai più ritrovata. La storia però non si è chiusa: quando il video ha continuato a circolare, l'uomo ha minacciato querele per diffamazione verso chi diffondeva la sua immagine. Ora la procura di Treviso dovrà valutare sia il reato di furto sia le conseguenze della diffusione online.



DA BRESCIA A TORINO: IL VIAGGIO DI BIRBA

Era sparita il 5 luglio dalla sua casa nel Bresciano, forse spaventata da un temporale, e da allora nessuno aveva più avuto notizie. Birba, una piccola gatta domestica, ha invece compiuto un viaggio incredibile: è stata ritrovata oltre 200 chilometri più in là, a Cuornè, in provincia di Torino. A salvarla non è stata una cittadina qualsiasi, ma la sindaca del paese, Giovanna Cresto, che l'ha notata lungo via Torino e l'ha portata a casa con sé. "Chissà quando e come sia arrivata fin qui - ha scritto sui social - portando un po' di scompiglio nelle mie giornate". Nonostante la lunga assenza, Birba stava bene ma non aveva il microchip, che avrebbe reso immediato il riconoscimento. Grazie alla condivisione della notizia, nel giro di 24 ore la sindaca è riuscita a rintracciare la famiglia della gatta. "Lieto fine! Birba è tornata a casa dai suoi umani", ha annunciato Cresto. Nessuno sa come abbia percorso tanta strada, forse nascosta su un camion. L'importante è che ora sia di nuovo tra le braccia dei suoi padroni.



VECCHIO SULTANO: IL DALÌ NASCOSTO

Un antiquario inglese ha comprato due anni fa, quasi per caso, un dipinto in una piccola asta a Cambridge, pagandolo appena 150 sterline, circa 175 euro. Gli era piaciuto e lo aveva preso d'impulso, senza immaginare che fosse in realtà un'opera originale di Salvador Dalì. Oggi quel quadro, intitolato Vecchio Sultano e realizzato con acquerello e pennarello, è stato valutato tra i 23mila e i 35mila euro. L'opera apparteneva a un progetto ambizioso: illustrare con 500 disegni episodi delle Mille e una notte, commissionato dai mecenati Giuseppe e Mara Albaretto e destinato a un volume Rizzoli. Dalì ne completò solo un centinaio, poi abbandonò l'impresa. Molti lavori andarono perduti, altri restarono alla famiglia Albaretto, che li pubblicò solo nel 2014. L'antiquario aveva notato la firma sul quadro e, sul retro, adesivi che richiamaano un'asta Sotheby's degli anni '90. Dopo ricerche e perizie, l'autenticità è stata confermata da Nicolas Descharnes, tra i massimi esperti del pittore surrealista.



IL MESSAGGIO CHE HA ATTRAVERSATO L'OCEANO

Nel 2012, a Terranova, Anita e Brad decisero di chiudere un appuntamento romantico con un gesto simbolico: scrivere un messaggio, infilarlo in una bottiglia e lanciarlo nell'Atlantico. Dopo 13 anni, a 3.200 km di distanza, la bottiglia è riemersa in Irlanda, a Scraggan Bay, dove è stata trovata da Kate e John Gay durante la pulizia della spiaggia. Sul biglietto c'era scritto: "Gita di un giorno di Anita e Brad a Bell Island. Oggi ci siamo goduti la cena, questa bottiglia di vino e la compagnia", seguito dal numero di telefono. Tentata invano una chiamata, la coppia irlandese ha pubblicato la scoperta su Facebook: il post è diventato virale fino a raggiungere i protagonisti in Canada. "Non potevo crederci - ha raccontato Brad al Guardian - il telefono squillava senza sosta e Anita rideva: non è possibile". I due, sposati dal 2016 e genitori di tre figli, oggi sorridono: "Eravamo giovani innamorati, ora siamo più maturi ma ancora innamorati. Speriamo di tornare presto in Irlanda".





HOME & CARE



MORBIDEZZA NATURALE, OGNI GIORNO.

Morbidezza naturale, ogni giorno.

Le salviette Clendy uniscono ingredienti naturali e formule delicate per prendersi cura della pelle dei più piccoli in ogni momento della giornata. Dermatologicamente testate, senza alcool né coloranti, sono ideali a casa e fuori, per una pulizia sicura e profumata.

Scopri la dolcezza che protegge.



www.clendy.it

Mindfulness e gratitudine per accogliere il nuovo ritmo

L'autunno è la stagione della trasformazione: le foglie che cadono ricordano che lasciare andare è parte della vita. Coltivare piccoli rituali aiuta a vivere con serenità questi cambiamenti. Ogni mattina scrivi 3 cose per cui sei grato: un esercizio semplice che migliora l'umore. Integra momenti di respiro profondo, anche solo 5 minuti di meditazione guidata o un bagno caldo con oli essenziali rilassanti. E se camminare nella natura è poi una forma di mindfulness naturale, dedica un giorno a settimana a un "digital detox" serale: spegni i dispositivi e regala al tuo corpo un ritmo più autentico.



Nutrire intestino e umore con i frutti dell'autunno

L'intestino è il nostro "secondo cervello": ospita miliardi di batteri che regolano digestione, immunità e la produzione di serotonina, l'ormone del buonumore. In autunno sosteniamolo con verdure ricche di fibre prebiotiche: cavolo riccio, verza, porri, topinambur e carote nutrono la flora batterica e aiutano la regolarità intestinale. Zucca, patate dolci e barbabietole forniscono betacarotene e minerali preziosi, mentre funghi, ricchi di beta-glucani, rinforzano le difese immunitarie. E da bere? Una tisana al finocchio riduce gonfiore e fermentazioni, la camomilla romana calma le mucose, mentre lo zenzero fresco stimolerà la digestione.



La luce come alleata del ritmo biologico

In autunno, il buio arriva prima e il nostro orologio interno può andare in tilt. Per regolare il ritmo sonno-veglia esponiamoci alla luce naturale al mattino, anche solo 15 minuti. Una passeggiata all'aperto o una colazione vicino alla finestra aiutano a produrre serotonina, che la sera si trasforma in melatonina, l'ormone del sonno. Prova a ridurre l'uso di dispositivi elettronici nelle ore serali e ad abbassare le luci artificiali di casa: comunicano al corpo che è tempo di riposo. E se addormentarsi è faticoso, concediti qualche respiro profondo prima di coricarti.



Argille per il viso: quale scegliere?

L'argilla è un rimedio naturale usato da secoli per purificare e riequilibrare la pelle. L'argilla verde è ideale per pelli grasse e impure: assorbe sebo in eccesso e riduce i pori. La bianca (caolino) è più delicata, perfetta per pelli sensibili e secche grazie al suo effetto lenitivo. L'argilla rossa stimola la microcircolazione e dona luminosità a pelli spente. Quella rosa, mix di bianca e rossa, unisce dolcezza e vitalità per pelli delicate che necessitano anche di tono. E la gialla? Ricca di minerali, rivitalizza e detossina. Un trucco: mescolala sempre con acqua o idrolati e non farla mai seccare del tutto sul viso, per non disidratare la pelle.



Benessere autunnale per cani e gatti

In autunno cani e gatti affrontano la muta e i primi sbalzi termici: spazzolare il pelo con regolarità aiuta a mantenerlo sano e lucido. L'alimentazione può essere arricchita con carote cotte, che favoriscono la digestione e rafforzano il sistema immunitario, e con piccole quantità di olio di salmone o semi di lino per rendere il mantello più forte. Oltre all'acqua fresca sempre disponibile, potrete proporre tisane molto leggere (non zuccherate!) come camomilla o finocchio, da offrire tiepide e in piccole dosi. Aumentando passeggiate nelle ore centrali della giornata e giochi stimolanti: le giornate più corte li rendono meno attivi.



NON HAI TEMPO DI LAVARTI I CAPELLI?



www.bellery.it



RINFRESCALI CON

Bellery™
INSTANT HAIR REFRESH



“SE MI LASCI, NON VALE...”

LA PAURA DELL'ABBANDONO: QUANDO IL TIMORE DI ESSERE SOLI ROVINA LE RELAZIONI

Ci sono paure che si insinuano piano, quasi invisibili, ma che guidano ogni gesto. La paura dell'abbandono è una di queste. Può nascondersi dietro il bisogno di messaggi continui, dietro la gelosia, dietro quel senso d'ansia che arriva ogni volta che l'altro è “troppo distante”. Chi ne soffre teme profondamente di essere lasciato, dimenticato, non scelto. Anche se tutto va bene, anche se la relazione è stabile, dentro resta sempre un pensiero che non arriva alla coscienza che dice: “Prima o poi se ne andrà”. Questa paura spesso nasce da esperienze precoci di perdita, rifiuto o trascuratezza. È come se il cervello, per difendersi, avesse imparato

a stare sempre in allerta, a prevedere il peggio. Il problema è che questo atteggiamento può diventare una profezia che si auto-avvera. La persona che teme di essere abbandonata può diventare troppo controllante, troppo dipendente, oppure — al contrario — può evitare di legarsi davvero, per non soffrire. Così, la relazione si complica, si carica di tensioni, e quel legame che si desidera così tanto diventa fragile. La paura dell'abbandono non è un malessere da nascondere, ma un segnale: che richiede attenzione, comprensione e cura. Riconoscerla è il primo passo per ricostruire relazioni autentiche basate sulla fiducia, la certezza e la serenità.

Uscire da questo schema non è facile, ma è possibile. Il primo passo è riconoscere il proprio timore, senza vergogna. Poi, imparare a distinguere il passato dal presente: non tutte le relazioni finiscono, non tutte le assenze sono un rifiuto. A volte serve anche un aiuto esterno, per imparare a costruire legami più sani e sicuri. La verità è che tutti abbiamo bisogno degli altri. Ma quando la paura prende il sopravvento, è il momento di guardarla in faccia e iniziare a guarire. Perché l'amore non dovrebbe far paura.



Giulia Biagioni

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

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



**13 VITAMINE
10 MINERALI**

50+



**13 VITAMINE
11 MINERALI**

Con Fosforo e Luteina



**A BASE DI VITAMINE
DEL GRUPPO B**

Vit. B12 per la riduzione di stanchezza
e affaticamento



**SUPPORTO
E DIFESA**

A base di Echinacea, Zinco
e Vitamina C



**ENERGIA
E SOSTEGNO**

A base di
12 Vitamine e 6 Minerali



A

Zn



D3

**SISTEMA
IMMUNITARIO**



**5 CEPPI
SELEZIONATI**

GLI ALLEATI DEL TUO BENESSERE

Integratori alimentari. Leggere le avvertenze sulle confezioni.

equilibra®

RISPETTA LA TUA NATURA



6 OTTOBRE 2010: NASCE INSTAGRAM

Quindici anni fa Instagram andava ufficialmente online. Dopo Facebook, è il social network per eccellenza, che nel giro di pochi anni ha coinvolto quotidianamente miliardi di utenti in tutti i continenti. Nata come app per condividere e modificare foto che ricordassero le leggendarie Polaroid, oggi è tra i principali strumenti di comunicazione per aziende, brand e perfino istituzioni. È proprio a Instagram che si deve l'ascesa del concetto di influencer, le figure più seguite e criticate degli ultimi anni. Ma il successo della piattaforma, oggi proprietà di Meta, è fatto di luci e ombre.

Sono innumerevoli gli studi scientifici che dimostrano gli effetti negativi sulla salute mentale degli utenti: crea dipendenza e alimenta ansia, depressione, solitudine, bullismo e distorsione dell'immagine corporea, in particolare nei più giovani. Oggi Instagram non è solo un semplice social network ma uno specchio del nostro tempo, con tutti i suoi filtri.

INDOSSA. LAVA. RIUTILIZZA.



12 ORE DI
PROTEZIONE SICURA

PROVALE!

QUANDO LA MONTAGNA CURA





Dall'arrampicata all'escursione, dalla bici all'uscita in grotta, ad ognuno la propria cura: la montagna è uno scrigno pieno di opportunità. Basta avere le competenze per coglierle e indirizzarle nel verso giusto. Ecco che allora nasce la Montagnaterapia, una vera e propria tecnica terapeutico-educativa per il trattamento, la riabilitazione e la prevenzione di problemi socio sanitari e di inclusione in persone fragili (disabili fisici e mentali, soggetti con disturbi psichiatrici, dipendenti da sostanze o comportamentali, adolescenti problematici, pazienti in riabilitazione o in cura per malattie internistiche, cardiologiche, neurologiche, incidenti, etc.).

Dove nasce la Montagnaterapia: dagli USA all'Europa

Questa innovativa pratica terapeutica ha origini negli Stati Uniti all'inizio del XX secolo, ma si è sviluppata in Europa, in particolare in Francia e Belgio negli anni '80, per poi diffondersi in Italia nei primi anni '90. Inizialmente utilizzata in ambito psichiatrico, si è estesa a persone con altre problematiche legate a dipendenze e disabilità e non solo. Negli anni è aumentata la consapevolezza dei benefici della Montagnaterapia e la sua diffusione in diverse regioni italiane. Dopo tre decenni di sviluppo e sperimentazione di questa metodologia è stata fondata la Società Italiana di Montagnaterapia (SIMont), prima ed unica Società scientifica italiana che si occupa di Montagnaterapia in maniera specifica, punto di riferimento nazionale. "La nostra società – spiega la Presidente Roberta Sabbion psichiatra, direttrice del dipartimento dipendenze dell'Asl di Vicenza – è nata a seguito di

evidenze scientifiche sui benefici di questa modalità terapeutica che si basa sull'esperienza in ambiente per curare molte patologie."

"Ma attenzione – tiene a precisare la dottoressa Sabbion – l'approccio non è "mi faccio un bel giro in montagna perchè fa bene". Il metodo si basa su un progetto specifico calibrato sulle esigenze del paziente, ben sapendo cosa si vuole ottenere da quell'uscita in montagna. I progetti di Montagnaterapia sono interventi socio-sanitari e/o educativi che, per raggiungere gli obiettivi prefissati, si articolano e si integrano con le conoscenze culturali e le attività tecniche proprie delle discipline della montagna, o più in generale, dell'ambiente naturale".

L'arrampicata aumenta la fiducia nell'altro, l'escursione quella di saper stare al passo

"La montagna – spiega Sabbion – ci offre tanti strumenti utili: l'arrampicata, la grotta, l'escursione e altri. E ognuno, attraverso studi che ne suggeriscono pregi e limiti, viene usato nei progetti specifici. Proprio come accade per i farmaci". Così si scopre che l'arrampicata aiuta ad avere consapevolezza dei propri limiti, a superarli e ad aumentare la fiducia nell'altro e in sé stessi. E soprattutto è utile per il cambio di paradigma: "l'arrampicata ci aiuta a cambiare punto di vista. Di solito – fa notare Sabbion – si cammina in orizzontale, invertire la direzione camminando in verticale, aiuta a cambiare l'automatismo del percorso. Molto utile, ad esempio, contro le dipendenze." L'escursione, invece, allena alla fatica e alla resilienza, alimentando la capacità di saper stare in gruppo e sviluppare il rispetto



dell'ultimo. "L'escursione – spiega la dottoressa – si costruisce con i bivi per sviluppare la scelta critica, la capacità di capire quando si è stanchi, quella, cioè, di affinare i sensi. E ancora, i progetti con la bici hanno lo scopo di insegnare a programmarsi. Mentre la grotta è generalmente usata alla fine di un percorso, un percorso conclusivo di accettazione in cui il soggetto ha acquisito la capacità di stare con sè stesso.

La Montagnaterapia aiuta e rafforza i trattamenti medici

Il lavoro viene in ogni caso integrato con gli eventuali trattamenti medici, psicologici e/o socio-educativi già in atto. I progetti richiedono l'utilizzo di comprovate competenze cliniche e l'adozione di appropriate metodologie che riguardano anche la specifica formazione degli operatori e la verifica degli esiti. Ma la grande forza di questo approccio terapeutico sta nel fatto che la Montagnaterapia, rivolgendosi all'interezza e inscindibilità della persona, considerata nella fondamentale relazione con il contesto di vita, utilizza le dimensioni potenzialmente trasformative dell'ambiente naturale, mirando a favorire un incremento della salute e del benessere generale e della qualità di vita. "Chi non lavora con l'ambiente nel campo delle fragilità – specifica la presidente della SIMont – fa solo metà lavoro. Una persona in una struttura sanitaria porta solo le proprie patologie, ma se vogliamo capire le risorse che sono dentro ognuno,

è fondamentale l'osservazione delle componenti non patologiche. E queste non si vedono all'interno delle strutture sanitarie, ma si possono vedere nell'ambiente, fuori le mura. Solo trovando e capendo le risorse di ognuno, sarà possibile farle emergere e rafforzarle nella vita normale".

La fondamentale presenza del Club Alpino Italiano (CAI)

Nei progetti di Montagnaterapia oltre ai servizi sanitari è fondamentale la collaborazione con diverse realtà, in particolare il Club Alpino Italiano, che ne riconosce ufficialmente motivazioni e finalità. E questo ha permesso da nord a sud, la nascita e la diffusione di molte esperienze vincenti di natura, salute e solidarietà.



CARTA
IGIENICA
by **Scottex**
Scottonelle[®]



TRAMA CON
SOFFICI
CUSCINETTI



TRAMA CON
SOFFICI
CUSCINETTI



Scottonelle[®] è la carta igienica studiata per offrirti una morbidezza e un comfort unici. L'esclusiva trama AIR POCKET[™] con morbidi cuscinetti, le conferisce una consistenza e una morbidezza straordinarie per dare alla tua pelle la delicatezza che si merita.



Come nasce e cos'è SBAM!?

Come tutti i grandi progetti dell'umanità (ehm ehm...) anche Sbam! è nata quasi per caso, come *esperimento* tra appassionati. Unendo l'esperienza in campo editoriale alla passione, abbiamo pensato di lanciare in libreria e fumetteria pubblicazioni selezionate dedicate al grande fumetto umoristico. Perché proprio l'umoristico? Per contribuire a *fa' la vita meno amara*, per dirla con Nino Manfredi, e poi soprattutto perché... ci piace un sacco (la passione, dicevamo)! Dal 2017 ad oggi abbiamo proposto grandi classici del passato (da Tiramolla a Pugaciòff, dal Pinocchio di Sandro Dossi alla splendida Spugna di Carlo Peroni, fino a Jak Mandolino di Jacovitti, tra gli altri) insieme a grandi autori di oggi (da Adriano Carnevali ai vari Giorgio Sommacal, Athos, Marco De Angelis...) e a fumettisti esordienti che ci piace scovare nelle artist alley delle fiere di settore. In parallelo, organizziamo presentazioni e corsi di fumetto, oltre alla manifestazione annuale **SBAM! Fumetti a Cologno**, giunta quest'anno alla quarta edizione, qui a Cologno Monzese (MI). È il nostro contributo per diffondere quanto più possibile la passione per l'*arte sequenziale*, come la definiva il grande Will Eisner.

Il fumetto ha una propria identità e dignità artistica. Definita da Umberto Eco "letteratura disegnata", com'è

IL FUMETTO, OGGI, OCCUPA GRAN PARTE DELLE LETTURE DEI PIÙ E MENO GIOVANI TANTO DA RIENTRARE IN UNA FORMA D'ARTE VISIVA E NARRATIVA DEFINITA "LA NONA ARTE" DAL CRITICO FRANCESE CLAUDE BEYLIE. SBAM! È IL PROGETTO EDITORIALE DEL FUMETTO UMORISTICO CHE IL FONDATORE – ANTONIO MARANGI – DIRIGE CON GARBO E UN PIZZICO DI... "UMORISMO"

cambiato nel corso degli anni?

Umberto Eco fu molto "coraggioso" nel parlare così: all'epoca, il fumetto era bollato come materiale per bambini o al più di puro intrattenimento popolare. Quindi, anche se le serie furoreggiavano in edicola con tirature altissime (per fare qualche esempio, pensiamo al Grande Blek, a Tex o ad Alan Ford), i fumetti erano sminuiti, quando non addirittura contrastati. Oggi assistiamo al fenomeno contrario: mentre le edicole chiudono, in libreria si parla dei capolavori dei *graphic novel*, spesso proposti in edizioni lussuose. Al personaggio di culto si è oggi sostituito l'autore di culto: dal lettore appassionato di Dylan Dog o Diabolik si è passati ai fan di Zerocalcare o di Sio. In realtà, tra le serie degli anni passati era possibilissimo trovare personaggi e storie di grande qualità, mentre tra i *graphic novel* da libreria di oggi non è tutto un capolavoro. Il *buon fumetto* è sempre *buon fumetto* (come il *cattivo* è sempre *cattivo*), indipendentemente dalla veste editoriale con cui arriva al pubblico.

Oggi ci sono argomenti

inviolabili o al fumetto tutto è concesso?

Purtroppo, anche il fumetto risente moltissimo del famigerato *politically correct*. Fatto salvo che ci sono tematiche da rispettare sempre, è anche vero che non si può togliere agli autori la libertà di proporre il proprio lavoro come meglio credono. Eventualmente penserà il vaglio incontestabile del pubblico ad applicare una giusta selezione naturale.

Cos'è l'ironia secondo Antonio Marangi?

Ah, se il *politically correct* di cui sopra usasse l'ironia! L'ironia è la capacità di non prendersi troppo sul serio, così da parlare di tutto, anche di sé stessi, con la giusta leggerezza e un buon senso critico. Al punto che forse è proprio l'ironia l'unico modo di dire la verità. Per noi che facciamo fumetto umoristico è sacra!

Come vede il futuro dei fumetti?

Ahinoi non roseo. Limitando il discorso al fumetto occidentale – perché il manga giapponese meriterebbe un discorso a parte – il parco lettori invecchia senza essere sostituito dalle nuove generazioni (non a caso le proposte più recenti anche dei grandi editori sono spesso riproposizioni di glorie del passato), le novità escono – con le dovute eccezioni – in tirature minime e sempre più costose per compensare il calo di vendita. Faccio spesso il paragone con i trenini elettrici o i dischi in vinile: un tempo erano prodotti di massa che più o meno tutti utilizzavano; oggi sono rivolti solo a grandi appassionati. Spero di essere smentito dai fatti, ma temo che nel giro di pochi anni le mie amatissime *nuvolette parlanti* seguiranno quello stesso destino...

Grazie, Antonio Marangi! Saremo lieti di navigare sul sito www.sbamcomics.it ed immergerci nel linguaggio universale del fumetto poiché **"Il fumetto è un viaggio, e io sono l'esploratore"** (Will Eisner)



FRIA

sempre con te!



L'ETERNA PASSIONE PER IL FUMETTO

Nessun genere narrativo ha saputo trasformarsi quanto il fumetto. Da quando è nato agli inizi del Novecento, ha incrociato la storia d'Italia, l'ha raccontata, talvolta con humor e irriverenza, e si è evoluto sempre, sapendo mantenere e conquistare lettori e appassionati.





440 librerie di fumetti con un assortimento medio di 5.300 titoli che, in molti casi, trattano anche l'usato. Il venduto medio di soli fumetti è 216 mila euro. Il 61% delle librerie di fumetti dispone di un sito Internet attraverso cui, in oltre 8 casi su 10, vengono effettuate vendite, direttamente o attraverso piattaforme e-commerce collegate.

Un po' di storia del fumetto in Italia

Con la pubblicazione del primo numero del *Corriere dei Piccoli*, supplemento illustrato del *Corriere della Sera*, nel 1908 l'Italia conosce il suo primo fumetto e si appassiona a personaggi come Bilbolbul di Attilio Mussino e Signor Bonaventura di Sergio Tofano. I giovani del dopoguerra fino a quelli degli anni Settanta crescono invece con le avventure di **Tex**, il ranger del West creato da Gian Luigi Bonelli e Aurelio Galleppini e le storie di **Diabolik**, il primo antieroe del fumetto italiano, creato dalle sorelle Giussani, che inaugura il genere del fumetto nero. Poi arriveranno il **Corto Maltese** di Hugo Pratt, **Zagor** nato dalla penna di Sergio Bonelli e la matita di Gallieno Ferri. Dagli anni Trenta arriva dagli USA **Topolino** della Walt

Fino ad oggi quando, nella sua versione contemporanea, ha dato vita al genere della graphic novel e nell'incontro con le nuove tecnologie ha allargato il suo pubblico.

Il popolo del fumetto in Italia

Secondo l'Associazione Italiana Editori, sono oltre 10 milioni i lettori di fumetti in Italia (10.200.000) nel 2022: in crescita del 17,2% sull'anno precedente, rappresentano il 23% della popolazione tra i 15 e i 74 anni. Si tratta di una popolazione varia per età, ma accomunata da consumi culturali forti e vari: sono lettori di romanzi e saggistica nell'84% dei casi, di ebook nel 47%, ascoltatori di podcast nel 40%, di audiolibri nel 19%.

Le fumetterie

Le fumetterie rivestono da sempre un ruolo di fondamentale importanza nel settore, non solo come spazi di vendita che offrono una competenza specifica, ma anche come luoghi di aggregazione in cui i lettori possono conoscersi e confrontarsi. In Italia si contano circa



Disney che viene reinterpretato in modo unico, dando vita ad una narrazione unica e autonoma che conquista generazioni di lettori.

Negli anni Sessanta, dalla matita di Guido Crepax nasce **Valentina** uno dei personaggi più iconici e innovativi della storia dei fumetti italiani. Nel 1974 la creatività di Silver (pseudonimo di Guido Silvestri) genera **Lupo Alberto** e le sue avventure ambientate nei pressi della fattoria McKenzie.

La graphic novel

Gipi, Leo Ortolani, Daniele Kong solo per citare i principali autori, firmano invece le graphic novel contemporanee e si ritagliano un pubblico di riguardo. Tra questi in particolare **Zerocalcare**, (pseudonimo di Michele Rech) che esordisce con *La profezia dell'armadillo* e si impone con un racconto nuovo e ironico di storie moderne legate all'attualità.

Mentre il fumetto digitale, i webcomic, le autoproduzioni e le collaborazioni con cinema, videogiochi e musica stanno ridefinendo i confini del genere.

Al contempo, con la cifra del fumetto si narrano fatti importanti, ricorrenze che raccontano la storia sociale, economica e politica del paese. Come la **Storia d'Italia a fumetti di Enzo Biagi**, collana di grande successo nata alla fine degli anni Settanta che raccontava la storia d'Italia grazie a noti disegnatori come Milo Manara, Sergio Toppi, Hugo Pratt e Dino Battaglia. Negli anni, a fumetti si è raccontato l'Inferno di Dante, la lirica e la vita del compositore Giacomo di Puccini, biografie di politici come Sandro

Pertini ed Enrico Berlinguer e molto altro, con l'intento di usare il fumetto come genere di comunicazione diverso da quelli tradizionali.

Le classifiche di oggi

Oggi il mercato librario del genere è guidato dall'aretino Alessandro Perugini che in arte usa lo pseudonimo di Pera Toons. Sono suoi i titoli nelle posizioni più alte: *Ridi a CreepyPelle* (2022), *Rid-ere* (2024), *Che spasso!* (2024), *Prova a non ridere* (2025), tra i più venduti in assoluto. Poi ci sono i manga giapponesi di successo (*Chainsaw Man*, *One Piece*, *Solo Leveling*, ecc.) che occupano un posto fisso nel cuore dei lettori e nelle classifiche.

Lucca Comics and Games

In Italia l'appuntamento per gli appassionati del fumetto è il Lucca Comics and Games, uno dei più grandi festival del fumetto in Europa che quest'anno si svolgerà dal 29 ottobre al 2 novembre. **"French Kiss"** è il tema ufficiale della 52° edizione, che vuole rendere omaggio alla Francia e all'idea del bacio come simbolo di connessione, trasformazione e inclusione. Lucca Comix and Games si svolge interamente nel centro storico di Lucca, sfruttando le piazze, le mura e gli spazi monumentali e in un unico grande spazio fa incontrare fumettisti, scrittori, gamer, cosplayer, musicisti e artisti. Da semplice manifestazione per pochi appassionati, l'evento con le sue aree tematiche, oltre a fumetti e giochi, include cinema, musica, cosplay, fantasy, narrativa e arte digitale. Lo scorso anno ha portato nella città toscana 900.000 presenze complessive in 5 giorni.



NOVITÀ

Perlana

RINNOVA

AD OGNI LAVAGGIO



PROVA ANCHE LE ALTRE VARIANTI IN CAPS E LIQUIDI
PER CAPI SCURI, PER CAPI SPORTIVI, PER CAPI DELICATI



L'ORIGINALE ROTOMOP GARANTITO 5 ANNI



NON RINUNCIARE ALLA QUALITÀ



GRANDE EFFICACIA IN PICCOLE DOSI



AMMORBIDENTI CONCENTRATI



PROFUMA BIANCHERIA

Prenditi cura del tuo bucato con **i Concentrati** Chanteclair. Prova gli Ammorbidenti, formula arricchita con **perle di profumo** che rilasciano gradualmente la loro fragranza donando una sensazione di **freschezza prolungata** ai tuoi capi.

Per un **profumo intenso e persistente** abbinare ad ogni lavaggio il Profuma Biancheria così da regalare al tuo bucato una profumata morbidezza tutta da indossare!

GIORGIO ARMANI

HA PORTATO L'ITALIA NEL
MONDO. L'ITALIA DELLA
CREATIVITÀ E DELLA
BELLEZZA, DELLO STILE E
DELL'ELEGANZA. LE QUALITÀ
MIGLIORI CHE IL MONDO CI
INVIDIA E TENTA
DI COPIARE.
LO HA FATTO CON
NATURALEZZA,
CHÉ IL GENIO O CE L'HAI O
NESSUNO TE LO PUÒ DARE.





Come il coraggio manzoniano.

Con lo sguardo rivolto alla perfezione delle forme, le mani sui tessuti che a quelle forme hanno dato vita, non immaginava il riconoscimento internazionale che avrebbe raggiunto. Per capirlo basta guardare come le prime pagine dei principali quotidiani mondiali hanno titolato la notizia della sua morte, dal Financial Times a Liberation, dal The Guardian allo spagnolo ABC.

Nato a Piacenza 92 anni fa, è Milano la città in cui cresce e poco più che ventenne comincia la sua carriera facendo il commesso e il vetrinista presso La Rinascente. Il suo ingresso nel design moda è l'assunzione alla casa di moda Nino Cerruti dove viene chiamato a contribuire alla linea maschile "Hitman", l'azienda fondata dieci anni prima da Cerruti, caratterizzata da una produzione di alta qualità. In quegli anni Milano è un fermento di idee produttive, di benessere diffuso e dinamismo, che il mondo della moda interpreta e restituisce. In questo contesto Armani stringe contatti che segnano l'avvio di un futuro di successo. Il più significativo è quello con l'architetto Sergio Galeotti, figura determinante nel supportarlo verso l'indipendenza professionale. È il primo ad individuare le potenzialità stilistiche e creative di quello che sarebbe diventato

Re Giorgio della moda. Nel 1975, insieme, fondano la Giorgio Armani S.p.A. a Milano, in corso Venezia. La prima collezione viene presentata nella primavera/estate dell'anno successivo e segna un momento di svolta per la moda italiana. Milano diventa il centro nevralgico del prêt-à-porter nazionale. Ogni uscita è un trionfo. Armani rivoluziona la moda, introduce forme più attuali e comode, ma sempre di stile. Il primo grande cambiamento è nella giacca da uomo che si ammorbidisce e si libera dalle imbottiture e dalle rigide impunture. La "giacca destrutturata" diventa un vero e proprio simbolo di Armani. Ed è unisex, adatta tanto per il corpo maschile quanto per quello femminile. Del resto, anche la donna in quegli anni ha esigenze diverse, abita l'ufficio, rivendica ruoli di leadership e si accredita anche attraverso uno stile di abbigliamento diverso, più dinamico e pratico. E la giacca Armani contribuisce a creare un'immagine femminile di donna in carriera che si impone e non ha nulla da temere.

American Gigolo

Libera, leggera, senza fodera interna, la giacca destrutturata è la stessa che indossa il giovane e sexy Richard Gere in "American Gigolo" di Paul Schrader, che nel 1980 esce nelle sale cinematografiche americane. Per Armani è la



consacrazione internazionale di uno stile, per Gere quella di sex symbol. E si afferma un'altra rivoluzione, questa volta nel colore. Nasce il *greige*, la nuova sfumatura tra il beige e il grigio, che si discosta dagli scuri e ingessati abiti maschili dell'epoca e diventa un grande classico dello stile Armani. La copertina che il 5 aprile 1982 gli tributa il Time, una delle prime per un designer di moda italiano su una rivista di così ampia diffusione, ha un titolo eloquente: *Giorgio's Gorgeous Style* e conferma il momento di svolta nella sua carriera. Intanto, l'anno prima aveva lanciato le linee Emporio Armani e Armani Jeans: la prima, giovane e contemporanea, propone eleganza moderna per un pubblico urbano e dinamico; la seconda, casual e denim-

oriented, offre capi sportivi e informali, pensati per la vita di tutti i giorni. Poi è la volta della linea Armani junior. Ad ogni collezione rimarca il suo stile raffinato ed elegante, introduce dettagli innovativi e al passo con i tempi e nel frattempo apre boutiques in tutto il mondo. Negli anni Novanta inaugura la prima boutique AIX Armani Exchange nel quartiere di Soho a Manhattan, sancendo l'espansione nel segmento più accessibile del mercato della moda internazionale.



Pepe Jeans

LONDON



ADDICTIVE INDULGENCE

THE NEW FRAGRANCES

PROFUMALIA



THE PERFUME LOVERS

Club

IL TUO
PROFUMO D'ARREDO
ESCLUSIVO



PROFUMO PER AMBIENTE

LAVANDA INGLESE FLOREALE

MELA CANNELLA DOLCE SPEZIATA

CRISTALLI DI SALE FRESCA MARINA

AMBRA NERA CALDA ORIENTALE

OLI ESSENZIALI 100% NATURALI



BUON RIPOSO

DOLCI AGRUMI

FRESCA LAVANDA

BALSAMICO

RELAX

ARIA PURA

PER DIFFUSORI ELETTRICI

THE LAUNDRY

Club

I TUOI
PROFUMI CONCENTRATI
MULTIFUNZIONE



LAVANDA INGLESE

CRISTALLI DI SALE

MAGNOLIA

COTTON MUSK



ESSENZA
MULTIFUNZIONE
SUPERCONCENTRATA

PER BUCATO,
PAVIMENTI
E SUPERFICI

PROFUMO SPRAY
PER TESSUTI
E AMBIENTI

PER RAVVIVARE
AMBIENTI
E TESSUTI



Star e celebrities mondiali vestiti da Re Giorgio

L'amore per lo stile raffinato del signore della moda da parte di star internazionali inizia nel lontano 1978, quando Diane Keaton vince l'Oscar per *Io e Annie* e ritira la statuetta con blazer e gonna a pieghe firmati, appunto, Giorgio Armani. Nel 2023 Michelle Yeoh lo sceglie per essere premiata ai Golden Globes 2023. Negli anni sono moltissime le stars che si affidano a lui nelle occasioni più importanti della propria carriera, come Julia Roberts, Cate Blanchett, Nicole Kidman, Penelope Cruz, Sophia Loren, solo per citarne alcuni. Ma anche performer come Lady Gaga e Beyonce.

Profumi, hotel, orologi e occhiali

Nel 1988, Giorgio Armani lancia l'Emporio Armani Magazine, iniziativa pionieristica nel panorama della moda, che trasforma il tradizionale catalogo delle collezioni in una rivista con contenuti editoriali di alta qualità. Nel 1991 lancia la linea di profumi da donna, e nel 1988 quella di occhiali, segnando l'ingresso del brand nel settore dell'eyewear. Nel 1997 arriva la linea di orologi, realizzata in collaborazione con il gruppo Fossil. L'anno dopo,

con il primo Emporio Armani Caffè a Parigi, il marchio fa il suo ingresso anche nel settore della ristorazione. Soltanto poco prima di morire, con quello che lui stesso ha definito "un atto d'amore", Armani, dopo lunghe trattative, riesce ad acquistare la Capannina di Franceschi di Forte dei Marmi, locale simbolo della Versilia by night e per lui luogo dove negli anni Sessanta tutto comincia: l'incontro con il compagno di vita e di successi Sergio Galeotti.

Giorgio Armani viene ricordato per lo stile raffinato, fatto di eleganza semplice e sofisticata insieme. Che è stato anche quello dell'uomo-Armani: minimalista e riservato, avaro nel parlare del suo privato. Fautore di una moda sempre di qualità e sostenibile, rispettosa dell'ambiente e degli animali.

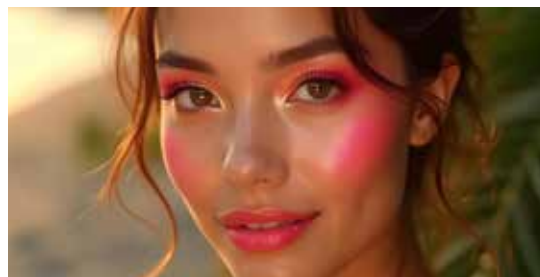
Perché, per dirla con le sue stesse parole, *"credo che la moda abbia un impatto profondo sulla vita quotidiana delle persone, che cambi le percezioni e le attitudini, e che dia davvero inizio al progresso. Non credo che lo stile sia un esercizio a sè stante: lo stile fa parte della vita."*



MAKE-UP A/I 2025/26: BELLEZZA SENZA COMPROMESSI

COLORI POP, LABBRA INTENSE E PELLE LEGGERA RISCRIVONO LE REGOLE DEL TRUCCO PER LA STAGIONE FREDDA

Il make-up visto sulle passerelle dell'autunno inverno 2025/26 è un viaggio a ritroso nel tempo. Ma non un ritorno nostalgico, piuttosto un remix estetico che pesca dagli archivi del glamour per riscriverli con audacia contemporanea. Gli occhi si accendono di toni pop, rubando la scena con ombretti dai colori vibranti e inaspettati: celesti baby, gialli acidi, verdi elettrici e rosa saturo rivestono le palpebre anche nei mesi più freddi, sdoganando definitivamente l'idea che il colore sia prerogativa solo estiva. Il richiamo agli anni Ottanta è evidente, come visto nei look proposti da Versace, ma tutto si traduce in chiave attuale, grazie a finish satinati, polveri cremose e giochi di luce che trasformano lo sguardo in un elemento dinamico, espressivo, vivo. Le labbra, dal canto loro, si fanno protagoniste con rossetti intensi e texture avvolgenti: rosso fuoco, bordeaux, prugna lucido e persino nero vinilico dominano il viso con una sensualità potente e indipendente, senza più limiti



di orario o dress code. È la bocca a parlare, a lanciare messaggi che sanno essere tanto seducenti quanto decisi. Una direzione estetica abbracciata anche da Tom Ford, che in passerella ha acceso i volti con labbra forti e teatrali. Ma la novità più interessante è forse il definitivo affermarsi del blush come elemento centrale del trucco: tocchi decisi, quasi teatrali, scolpiscono il viso con un romanticismo contemporaneo che strizza l'occhio al vintage, tra guance a effetto vittoriano e rossori naturali, come visto nei beauty look rétro-moderni di Simone Rocha. Intanto l'eyeliner si allunga e si ispessisce, dando vita a cat-eye drammatici, maxi,

grafici, che trasformano lo sguardo in un'arma di seduzione pura: è l'eco delle dive anni Sessanta, riletto con ironia e carattere, dove ciglia effetto piuma e linee viniliche convivono con accenti glitterati e applicazioni luminose. La pelle invece si alleggerisce, si purifica dagli eccessi del contouring, si mostra nella sua autenticità: il finish è glow, ma calibrato, soft, mai artificiale. Il fondotinta cede il passo a sieri colorati e texture impalpabili che lasciano intravedere la naturale bellezza dell'incarnato — una scelta estetica vista anche nei backstage di Chloé e Jil Sander, dove prevale una bellezza libera e non filtrata. Infine, ritornano gli sguardi fumosi, ma non quelli pesanti e drammatici del passato: oggi lo smoky eye si fa raffinato, gioca su sfumature di grigio, antracite, noce, marrone bruciato, evocando il fascino muto delle star anni Venti, ma con una leggerezza tutta moderna. Il risultato è un autunno-inverno che parla la lingua della libertà espressiva, dove ogni viso è una tela su cui dipingere stati d'animo, riferimenti culturali, e suggestioni visive. Perché la bellezza, oggi più che mai, è scelta, visione e soprattutto libertà.

REVLON®
COLORSILK
beautiful color™

IL SEGRETO PER CAPELLI NATURALMENTE BRILLANTI?

**SCOPRI LA
COLORAZIONE
SENZA
AMMONIACA
REVLON®**

che offre colore intenso
e brillante, per capelli nutriti
e visibilmente più belli



La regina più stravagante. L'unica ad aver influenzato più di 250 anni di design, moda, cinema e arti decorative. Il Victoria and Albert Museum di Londra porta in scena la mostra "Marie Antoinette Style", aperta fino al 22 marzo 2026, che svela il volto più intimo e spettacolare di una tra le nobili figure più affascinanti della storia. Oltre 250 oggetti — molti mai usciti da Versailles — raccontano il fascino intramontabile di Maria Antonietta: dalle pantofole in seta ai gioielli più straordinari, dal servizio del Petit Trianon all'ultima nota scritta prima della morte. Accanto alla moda storica, creazioni contemporanee di Dior, Chanel, Valentino, Moschino e Vivienne Westwood dialogano con i costumi del film di Sofia Coppola, comprese le iconiche scarpe di Manolo Blahnik. L'allestimento è immersivo e sensoriale, organizzato in ordine cronologico: dai profumi della corte a installazioni audiovisive. Un viaggio che esplora due secoli e mezzo di influenza su moda, arte, cinema e cultura pop, dimostrando come l'immagine della sovrana continui a ispirare e a sedurre ancora oggi.



Portrait of Marie Antoinette, Queen of France, in a court dress. Oil painting by François Hubert Drouais, 1773 © Victoria and Albert Museum, London.

MARIE ANTOINETTE, REGINA DI STILE A LONDRA, DUE SECOLI DI FASCINO ETERNO



Moschino show, Runway, Fall Winter 2020, Milan Fashion Week, Italy - 20 Feb 2020. Photo: PIXEL-FORMULA/SIPA/Shutterstock.



Portrait de Marie-Antoinette à la rose, Elisabeth-Louise Vigée Le Brun © Château de Versailles, Dist. Grand Palais RMN / Christophe Fouin.



'Lettre', 1921 from Fêtes Galantes © Victoria and Albert Museum, London.



The Sutherland Diamonds, comprising diamond necklace with two additional diamond-set sections. © Victoria and Albert Museum, London.



APPLICATORE SPUGNINO
DI PRECISIONE PER
UN'APPLICAZIONE PUNTUALE

 **DEBORAH**
MILANO

24 ORE
*Cextra
Cover*

FONDOTINTA E
CORRETTORE 2IN1

**ALTISSIMA
COPRENZA**
ZERO IMPERFEZIONI
LUNGA TENUTA
SPF20

IL FASCINO METALLICO DELLE BORCHIE

Fino a qualche decennio fa, nella moda, erano il mantra di chi viveva letteralmente a suon di musica rock & punk. Ma le borchie hanno una lunga storia: nate come ornamento funzionale nell'abbigliamento militare, sono esplose negli anni Settanta e Ottanta come simbolo di ribellione musicale. Giacche di pelle, anfibio e cinture borchiate divennero la divisa di gruppi come i Sex Pistols e di icone musicali come Debbie Harry. Negli anni Novanta e Duemila, forse stanche di tanta aggressività, si sono riscoperte chic, conquistando anche i marchi più blasonati. Maison come Valentino e Balmain le hanno inserite su sandali, clutch e giacche, complice anche la passione di star come Madonna e Rihanna, che negli anni le hanno sfoggiate in versione glamour. Oggi le borchie continuano a dare forza e carattere... persino ai look più minimal. Illuminando accessori in nero assoluto.



Completo total black con maxi borchie, Altuzarra.



Anfibio con cerchi argentei, Cult.



Stringata con borchie e cristalli, Emporio Armani.



Borsa con lunghe nappe, MaliParmi.



Borsa vinilica con borchie dorate, Marella.



Pochette dall'effetto trapuntato, Orciani.



Ballerina minimale, L'Atelier du Sac.



Borsa a mano con borchie piatte, Rue Madame.



Mocassino con micro decori, Sebago.

Quando la campagna incontra la città

Unire due leggende della moda britannica? Dal 1° ottobre arriva la collezione Paul Smith Loves Barbour. Sono 33 capi che spaziano dalle celebri giacche in cotone cerato fino a maglieria, accessori e t-shirt, tutti caratterizzati da un mix inatteso di tradizione e innovazione. L'approccio è giocoso: patchwork colorati e combinazioni insolite dinamizzano un guardaroba classico. Il cuore della collaborazione sta proprio nel dialogo fra mondi diversi: Barbour, con il suo legame indissolubile con la campagna, e Paul Smith, da sempre interprete di un'eleganza cosmopolita. Due anime che, insieme, raccontano lo stile britannico in modo attuale.



Una nuova icona francese

Era il 2013 quando Morgane Sézalory fondò Sézane, primo brand francese nato online, celebre per quel "certo non so che" tipico del fascino franco-parigino. Oltre ad abiti molto chic, ora la maison amplia la sua collezione di pelletteria con modelli pensati per accompagnare la vita quotidiana con stile e funzionalità. Come la nuova Gary, borsa a secchiello che si affianca a linee già note come Claude, Farrow, Gabin e Milo. Disponibile in due dimensioni, midi e maxi, e in pregiate varianti come pelle gofrata coccodrillo, pelle lucida nera, verniciata mogano o in tela e pelle, Gary unisce praticità e design senza tempo. Grazie al doppio manico regolabile, può essere portata a spalla o a tracolla, diventando un compagno versatile di ogni giornata.



Al passo con la creatività

Non solo classiche "friulane", scarpette in tessuto ormai icona di stile molto chic. In questo caso, protagonista è una capsule esclusiva che unisce l'eleganza artigianale delle friulane Allagiulia con la creatività sofisticata del brand milanese di gioielli coloratissimi veroVERONICA. Nascono così modelli unici, impreziositi da un'infilatura in cordino nautico decorato con dettagli-gioiello: un connubio inedito tra il gusto raffinato e giocoso di VeroVERONICA e la tradizione sartoriale di Allagiulia, brand veneto-romano icona di stile senza tempo. Per essere eleganti, ma con un pizzico di originalità.





L'HYROX

COMBINA FORZA E RESISTENZA

Allenamento funzionale e corsa alternati: ecco a voi l'Hyrox, l'allenamento sportivo ideato da Christian Toetzke e Moritz Furst, medaglia olimpica e campione del mondo di hockey sul prato, in Germania nel 2017.

L'allenamento, che combina forza, resistenza e agilità, prevede sessioni da 1 Km di corsa, intervallate ciascuna da 8 allenamenti funzionali diversi per un totale di 8 km di attività. Gli allenamenti funzionali sono sempre gli stessi, ma le distanze e i pesi utilizzati per gli esercizi variano in base alle categorie (Pro, Open, Doubles, o Relay). Sebbene l'Hyrox sia considerata una gara di fitness (da svolgersi singolarmente o a coppie), questa è diventata anche ispirazione per allenamenti che coniugano la corsa agli esercizi funzionali, in grado di potenziare tutti i muscoli. Tra gli esercizi ci sono: lo ski Erg che simula il movimento dello sci di fondo coinvolgendo braccia, spalle e schiena; lo



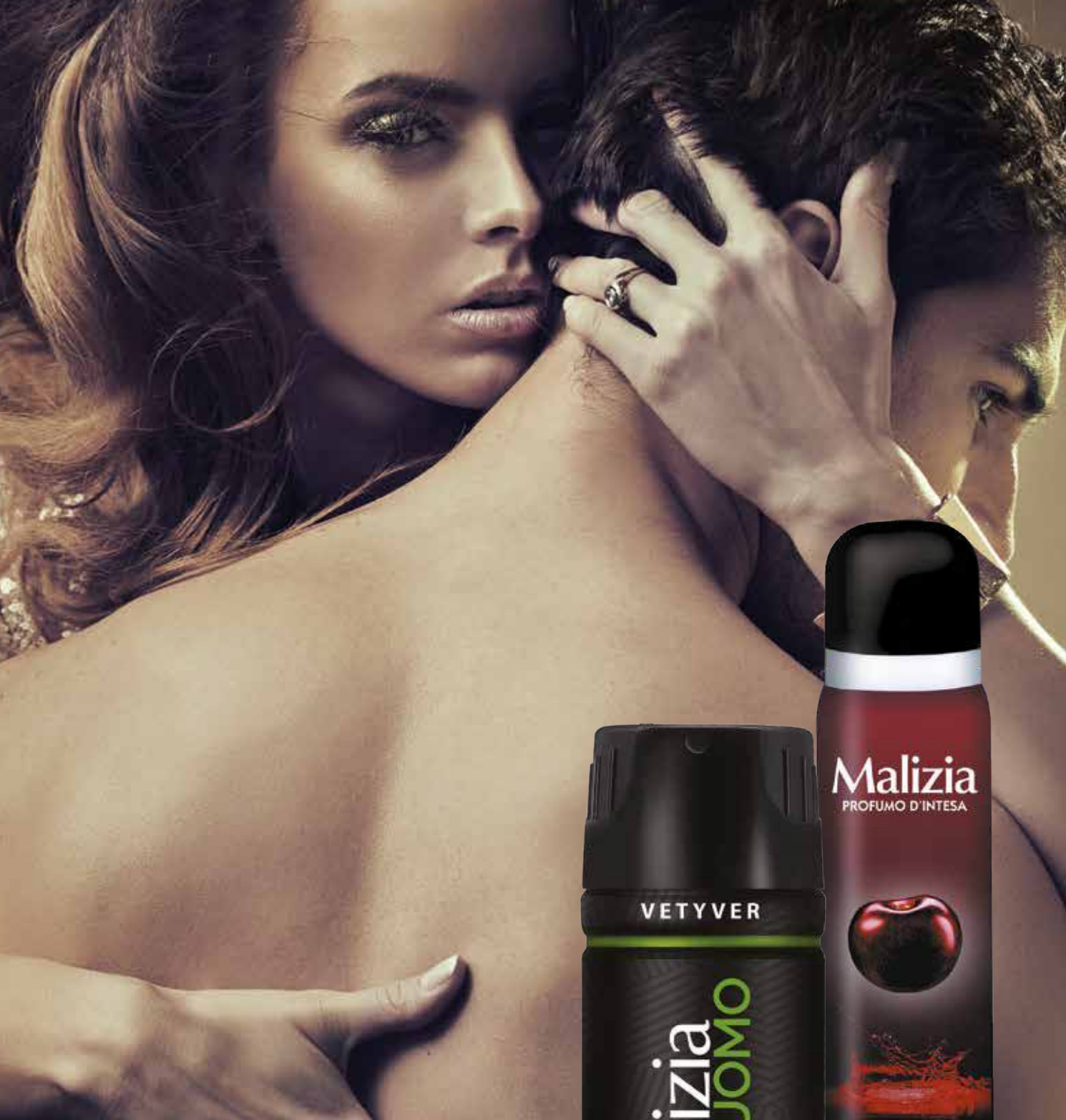
sled Push che lavora su quadricipiti, glutei e polpacci; lo sled Pull per schiena, bicipiti, avambracci; il burpee Broad Jumps ideale per tutto il corpo, ma in modo particolare ottimo per le gambe; il row (remata al vogatore), simile allo ski erg ma con movimento inverso; il farmer's Carry che coinvolge avambracci, spalle e gambe; il sandbag Lunges per quadricipiti e glutei e, infine, il wall Balls ancora per gambe e spalle.



Tutti quanti gli esercizi coinvolgono e rafforzano il core. In media, per completare l'intero circuito ci vogliono circa 90 minuti, anche se i più abili e allenati possono finirlo in meno di un'ora.

L'hyrox si pratica, principalmente in grandi spazi al coperto ed è accessibile a tutti perché non occorrono particolare preparazione o abilità tecnica.





Malizia

PROFUMO D'INTESA





Zendaya: da star Disney a regina dei red carpet

Zendaya non è solo un'attrice di successo, ma un'autentica icona di stile. La sua evoluzione sul red carpet è un racconto affascinante della sua crescita, che l'ha portata dall'essere una star adolescente a una delle donne più eleganti del mondo. Agli esordi, si presentava con look freschi e giovanili, adatti alla sua immagine di star di Disney Channel. Era un tocco da "girl-next-door" che la rendeva vicina al suo pubblico. La svolta decisiva, però, è arrivata con l'incontro con lo stylist Law Roach. Questo sodalizio ha rivoluzionato il suo approccio alla moda, trasformando ogni apparizione sul tappeto rosso in una performance artistica. Non si tratta solo di indossare abiti costosi, ma di raccontare una storia, rendere omaggio al cinema o semplicemente osare. I suoi look ispirati a Giovanna d'Arco o l'abito "cangiante" agli Oscar ne sono un perfetto esempio. Oggi, Zendaya non segue le tendenze, le crea. La sua scelta di indossare un abito vintage agli Oscar ha dimostrato un gusto impeccabile, e una profonda conoscenza oltre che un rispetto per la storia della moda. È passata dall'essere un'attrice che indossa bei vestiti a un'artista che usa la moda come forma di espressione, cementando così il suo status di icona.



L'elisir dell'eterna giovinezza: le star che fermano il tempo con il loro stile

A Hollywood, l'età è spesso un tabù, ma alcune star sembrano aver trovato la formula per un fascino senza tempo. Non si tratta solo di bellezza, ma di un'aura, di uno stile che rimane immutato. Pensate a Julianne Moore: con i suoi capelli rossi e la sua pelle di porcellana, il suo look è sempre impeccabile, oltre che incredibilmente moderno. Anche Cate Blanchett stupisce sempre, scegliendo abiti e stilisti che si confanno alla sua personalità e che ad ogni occasione mondiale la rendono la principale attrazione dei red carpet. Capace di passare da look androgini a vestiti principeschi con disinvoltura, il suo stile è sinonimo di audacia e intelligenza. Le sue scelte di moda riflettono una personalità forte e sicura di sé, che non ha bisogno di seguire le mode del momento per attirare l'attenzione. Queste star ci insegnano che il vero stile non si basa su ciò che è "in" in un determinato momento, ma su un'eleganza interiore che si riflette nel modo di vestire, nel make up e nel portamento. Hanno saputo evolversi mantenendo la propria unicità, dimostrando che la vera bellezza e il vero stile non hanno un'età.



Le "guerre fredde" di Hollywood: le rivalità che hanno fatto la storia

Hollywood è un mondo di sorrisi smaglianti e frasi di circostanza, ma dietro le quinte si nascondono spesso rivalità che hanno fatto la storia. Non un'antipatia passeggera: ma "guerre fredde" che hanno segnato intere carriere.

Un esempio è la storica rivalità tra Kim Cattrall e Sarah Jessica Parker, nata sul set di *Sex and the City*. Le voci di tensione tra le due sono state una costante per anni, sfociando in una vera e propria rottura. Questo astio ha avuto un impatto enorme sulla serie stessa, tanto da impedire la partecipazione di Kim Cattrall al reboot, lasciando i fan a chiedersi se la magia tra le quattro amiche fosse mai stata davvero autentica.

Un altro caso celebre è quello tra Mariah Carey e Jennifer Lopez, alimentato per anni dai media e che ancora oggi genera battute e meme, come il famoso "I don't know her" (Non la conosco) di Mariah.

Questi attrici, più o meno veri, dimostrano come il gossip, a volte, sia un motore potente nel mondo dello spettacolo, capace di trasformare il dietro le quinte in uno spettacolo a sé stante – che non regala meno intrattenimento di musica o film e mostra, anzi, la parte più autentica delle star.



PANTENE

80 ANNI

DI CAPELLI SANI





BAGNO SHABBY CHIC

ACCOGLIENTE E RICERCATO

Il bagno Shabby Chic è un rifugio di tranquillità ed eleganza, grazie al giusto mix di vintage e contemporaneo. Questo stile nato negli anni Ottanta in Gran Bretagna, quando alcune designer di interni iniziarono a riscoprire e rinnovare mobili antichi, accentuando l'aspetto vissuto e imperfetto ("Shabby" appunto in inglese significa "trascurato", ma con quel tocco di "chic"), ben si adatta a uno degli ambienti più intimi della casa, rendendolo ricercato pur nella semplicità. Per ricreare questo stile si deve ricorrere al vintage, a tutto ciò che richiama il passato, oggetti che raccontano storie di vita, riadattati a funzioni diverse. I materiali giocano un ruolo importante: il legno invecchiato è uno degli elementi chiave. Largo, dunque, a mobili in legno decapato o spazzolato, come vecchie credenze, armadietti o specchi. Se il bagno è da realizzare ex novo, l'ideale



è scegliere anche piastrelle che richiamino effetto d'antan. Al legno invecchiato è doveroso abbinare il ferro battuto per gli accessori (come le mensole o le cornici degli specchi), il vetro per le lampade o i vasi, le corde a mo' di appendi-lampadari o appendi-specchio. Mentre per gli accessori tessili come



tende e asciugamani sono d'obbligo il cotone e il pizzo che dona quel tocco di romanticismo in linea con lo stile. Anche i colori sono importanti se il bianco è quello predominante, stanno bene anche sfumature di grigio chiaro, rosa antico, azzurro polvere. Tutte nuances che creano un ambiente luminoso e arioso, ma allo stesso tempo caldo e accogliente. Poi ci sono i dettagli: un cesto di vimini per riporre la biancheria o contenere oggetti vari, il vaso di fiori freschi o secchi o scatole in legno per gli oggetti più piccoli.





TERMENO

PROTETTA DALL'ABBRACCIO DELLE VICINE VETTE ALPINE E RINFRANCATA DAI LAGHI BLU DELLA VAL DELL'ADIGE, TERMENO – TRAMIN IN TEDESCO – È UNA TERRA BENEDETTA DA MADRE NATURA, CHE IN QUESTO FELICE CROCEVIA DI DOLCI COLLINE E RIPIDI PENDII SITUATO A SUD DI BOLZANO HA DECISO DI DISPENSARE ALCUNI DEI SUOI PIÙ PREZIOSI E ABBONDANTI DONI. E' PROPRIO QUI INFATTI CHE NASCE UNA DELLE ECCELLENZE VITIVINICOLE ITALIANE, IL GEWÜRZTRAMINER.

La storia del paese è legata indissolubilmente a quella di questo famoso vino, che non a caso prende il nome proprio dal territorio da cui ha origine – letteralmente “gewürz” ovvero speziato, aromatico e “traminer”, di Termeno. Così, in un calice di questo bianco pregiato, riecheggiano la lunga tradizione e l’incessante impegno delle aziende vinicole locali assieme al calore e all’ospitalità della gente del posto; il terreno argilloso e calcareo, il suolo ricco di humus e detriti della montagna, il peculiare microclima, influenzato dalle brezze provenienti dal lago di Garda fanno il resto, in un fortunato connubio che rinnova le sue promesse anno dopo anno. Gli appassionati di enologia non possono non percorrere questo tratto della Strada del Vino, costellato da cantine pronte ad aprire



le porte per vertiginose degustazioni verticali, mettendo a confronto le varietà delle diverse annate. Se invece l’obiettivo è approfondire la conoscenza di differenti produttori – degustazione orizzontale –

le enoteche del paese saranno felici di stappare le bottiglie più rappresentative dell’identità di ogni kellerer. A questo proposito consiglio l’indirizzo Alte Post, che vizia i suoi ospiti proponendo un ricercato menù per buongustai con i relativi abbinamenti; da provare: la tagliata di cervo su purè di sedano e i canederli dolci di ricotta e albicocche.



Il centro storico è un autentico gioiellino in cui rallentare e riscoprire la bellezza di perdere la cognizione del tempo, al ritmo dei propri passi sulle stradine lastricate di pavé. Tra le piazzette curate è facile rintracciare i segni di una comunità unita e legata alle proprie origini. Mi ha sorpreso scoprire che le principali tappe di vita parrocchiale – matrimoni, battesimi e funerali celebrati durante l'anno – siano condivisi con foto e riflessioni sulle pareti interne alla Chiesa dedicata ai Santi Quirico e Giuditta, che vanta uno dei campanili più alti del Tirolo e importanti affreschi gotici oltre, evidentemente, a un affiatato gruppo di fedeli.

Termeno è una meta attrattiva anche per tutti gli appassionati di sport e di attività all'aria aperta. Il paesaggio offre spettacolo tutte le stagioni dell'anno, ma in autunno, quando gli



alberi si tingono di vibranti sfumature gialle, arancioni e rosse, regala davvero il meglio di sé. Il sentiero del Gewürztraminer, che partendo dal cuore del paese attraversa vigneti e boschi, è un palcoscenico unico per avventure a piedi e su due ruote. Ancora più avvincente, ma anche impegnativo con i suoi quasi 1900 metri di dislivello, è il cammino della Costiera della Mendola, che passo dopo passo insegue serpentine e sentieri fino alla facile ferrata al Roen – palestra ideale per chi è ancora alle prime armi con questo tipo di percorsi.



A cinque chilometri di distanza dal paese si trova il rinomato Lago di Caldaro, uno specchio d'acqua color smeraldo in cui si riflettono le vigne e le alture circostanti. Oasi di quiete per chi è in cerca di un po' di relax e parco giochi impareggiabile per chi invece intende vivere l'ambiente lacustre tra escursioni e adrenalina: lungo le sponde non mancano infatti lidi attrezzati e punti panoramici oltre ad aree riservate al canottaggio, alla pesca e al kitesurf. Imperdibile anche una visita ai laghi di Monticolo – il Piccolo e il Grande – immersi nei boschi della vicina Appiano: l'atmosfera è davvero fiabesca e in particolar modo in inverno quando, temperature permettendo, i due bacini di origine glaciale si trasformano in suggestive piste di pattinaggio.





CHILOMETRO ZERO, CILIEGIE A NATALE E LA POTENZA DEL CIBO

Chi mangia le ciliegie a Natale è un imbecille. L'ho detto durante la presentazione del mio libro *Intervista al cibo*, spreco e rifiuti. Tra il pubblico un signore alza la mano e dice: "Allora io sono un imbecille". La mia risposta è stata: "Mi dispiace ma è proprio così". Le ciliegie a Natale in Italia non ci sono, si trovano da maggio a giugno al sud e fino ai primi di luglio al nord. Per cui d'inverno in Italia arrivano dal Cile. Sono delicate, viaggiano per via aerea per raggiungere il nostro paese in pochi giorni. Risultato: grande impatto sulla CO2 a causa del trasporto intercontinentale, della conservazione in celle refrigerate e dell'imballaggio speciale. Quindi danno ambientale e poi il gusto non è granchè. Certo le ciliegie a Natale sono un gran paradosso, ma ci aiutano a capire l'importanza del chilometro zero. Un concetto che si riferisce alla scelta di consumare prodotti locali, cioè provenienti da una distanza minima rispetto al luogo di vendita



o consumo, per ridurre: l'inquinamento causato dal trasporto (emissioni di CO₂), costi legati alla logistica, la perdita di freschezza dei prodotti e per sostenere l'economia locale. Acquistare a chilometro zero significa seguire la stagionalità, un concetto fondamentale se vogliamo nutrirci bene, risparmiare e avere cura dell'ambiente. Le ciliegie a Natale costano l'ira di Dio. Per forza arrivano dal Cile. Un bel cavolo proveniente da un produttore locale avrà sicuramente un prezzo giusto. Ma dove comprare i prodotti a chilometro zero? In molte città ci sono i mercatini della CIA, Confederazione Italiana

Agricoltori e della Coldiretti, con loro non si sbaglia mai. I mercatini vanno trovati e molte persone non hanno tempo da dedicare al cibo. Prima del cibo ci sono i computer, i telefonini, le automobili, i vestiti, i viaggi, gli abbonamenti televisivi...

Il Cibo

Poi arriva il cibo. Completamente stravolto da alcune incomprensibili produzioni agricole e animali, somministrato sotto forma di assurde diete, spettacolarizzato in ridicole trasmissioni televisive che lo usano senza sapere cosa stanno usando. Eppure, il cibo bisognerebbe conoscerlo meglio. Perché chi lo conosce compra pochi prodotti e di qualità, spreca meno e produce meno rifiuti. E' la conoscenza che fa la differenza. Il cibo è importante: incide sulla salute, sull'ambiente, sull'economia. Ma il cibo ha anche una grande valenza politica. Noi





contiamo di più quando andiamo a fare la spesa che quando ci rechiamo a votare.

Cibo e Salute

Si muore anche per l'eccesso di pastasciutte e di dolci. E sì, il cibo entra dentro di noi giorno dopo giorno: come una goccia d'acqua che scava una pietra, così il cibo plasma il nostro corpo e la nostra mente. E' vero: noi siamo quello che mangiamo.

Cibo e Ambiente

Il cibo non è importante solo per la nostra salute è importante anche per l'ambiente. Il cibo non nasce sugli scaffali dei supermercati. Nasce dalle produzioni agricole e dagli allevamenti di animali. Quindi a seconda di come viene prodotto si può rispettare l'ambiente o ferirlo. Se compriamo il cibo prodotto dalle multinazionali o dalle grandi aziende che praticano coltivazioni e allevamenti intensivi, fanno uso di pesticidi e di mangimi discutibili, consumando tanta acqua... contribuiremo ad uccidere il nostro pianeta. Invece se compriamo cibo prodotto da piccole aziende agricole, meglio se biologiche, contribuiremo alla salvaguarda del

nostro pianeta. Ecco perché il cibo ed i nostri comportamenti al momento dell'acquisto sono importanti per l'ambiente.

Cibo e Economia

Ma il cibo è importante anche per l'economia. Si spende tanto per il cibo. Famiglie numerose spendono anche più di 1000 euro al mese. Quindi se una famiglia compra cibo prodotto in maniera intensiva da una multinazionale, darà i soldi ad un grande gruppo internazionale e contribuirà ad avvelenare il pianeta. Se invece compra cibo di prossimità che ne so... le verdure vendute dai mercatini della CIA o Coldiretti darà da lavorare ai contadini della propria zona. Invece di una multinazionale finanzia piccole aziende agricole.

Cibo e Politica

Noi contiamo di più quando andiamo a fare la spesa che quando andiamo a votare. Prendiamo ad esempio l'allevamento intensivo dei maiali. Limati i denti, castrati, tagliata la coda. Tortura. Da anni si sta cercando di fare una legge che impedisca queste barbarie. E chissà se mai verrà fatta. La lobby della carne non è una cosa di poco conto. Ma se tutti



noi non comprassimo animali allevati in maniera intensiva e i loro derivati, perché mai si nasce ma salami si diventa, gli allevamenti intensivi, non avendo più clienti, sarebbero costretti a chiudere o a convertire la loro produzione verso modelli più in linea con la salute dell'animale. Ecco perché dico che contiamo di più quando facciamo la spesa che quando andiamo a votare. Quindi facciamo attenzione al cibo. E' una cosa importante. Mangiamo tre volte al giorno, tutti i giorni.

Cibo e Packaging

Ma quanto mangiamo? Di media 1 kg, 1 kg e 200 al giorno. E sapete quanti rifiuti produciamo? Un 1 kg e mezzo al giorno. Com'è possibile? Mangiamo un kg di cibo e produciamo un kg e mezzo di rifiuti. com'è possibile? È possibile perché esiste il packaging. Tutto è confezionato: pasta, biscotti, frutta, verdura. L'altro giorno al supermercato ho visto un'oscenità: banane adagiate su un vassoio di cartone e avvolte da un sottile velo di plastica. Il buon dio ha già dato alla banana il suo involucro: che necessità c'è di confezionarla per poi produrre un rifiuto di cellulosa e plastica? Plastica. Oddio ho detto plastica.... La plastica. Solo il nome mette paura. Ma questa è un'altra storia. Ne ripareremo.



Quando pulisci ti piace arrivare dappertutto... e quando ti lavi i denti?

Così come pulisci fra le dita, quando ti lavi le mani o fra i tasti del PC, **è fondamentale** che anche gli spazi tra i denti **siano puliti al 100%**

Il problema è che lo spazzolino non sempre riesce ad arrivare fra un dente e l'altro...

**ma lo scovolino interdentale
GUM SOFT-PICKS® PRO sì!**

GUM SOFT-PICKS PRO

Una sensazione
di pulizia
straordinaria

+50%
più accurato*

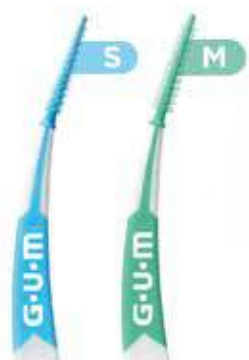


Scorre
facilmente fra
i denti

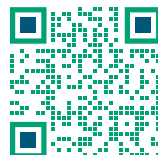
*Rispetto a GUM® SOFT-PICKS® ADVANCED

N°1
negli
interdentali*

* Nielsen AT Giu 2025, Italy



Inquadra il QR code
e scopri di più



Gabrio Dei. Dopo la scuola alberghiera a Montecatini Terme collabora con ristoranti in Toscana, Piemonte e Liguria. Semifinalista italiano nel concorso San Pellegrino 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.



Zuppetta di Funghi, Patate e Mozzarella di Bufala

Giusta la zuppa di funghi nel mese di ottobre.

Protagonisti di questo piatto sono i porcini, i galletti o finferli e i funghi Shitake che non sono originari dei boschi italiani: vengono dall'Asia orientale, soprattutto Giappone, Cina e Corea, dove crescono spontaneamente su tronchi di alberi caduti, in particolare di quercia. Si trovano sia freschi che essiccati (in questo caso vanno reidratati in acqua tiepida per 20-30 minuti). In Italia sono coltivati su substrati di legno in serre o aziende agricole, quindi si trovano facilmente nei supermercati e nei negozi bio

Ingredienti per 4 persone

350 g Funghi porcini
100 g Funghi Shitake
200 g Funghi Galletti o Finferli
3 spicchi d'Aglio
Un piccolo mazzetto di Prezzemolo
150 ml Vino bianco secco
Olio evo, Sale, pepe q.b.
Finocchietto fresco
Maggiorana
Nepitella
qualche Foglia di Basilico
80 g patate bollite e schiacciate

Per il Tortino di Patate

300 g patate bollite e schiacciate
10 g olio
25 g Burro fuso
20 g Parmigiano
Sale q.b.
1 Uovo
1 Mozzarella di Bufala da 200 g

Preparazione

Innanzitutto tagliare la Mozzarella di Bufala a metà, tenerne da parte 2 fette che andranno ridotte in cubi, e congelare per una notte le 2 metà.

Per il Tortino di Patate e Mozzarella.

Unire tutti gli ingredienti ottenendo un impasto denso ed omogeneo, disporlo in stampini di alluminio precedentemente imburattati e passati nel pangrattato, inserendo al centro di ognuno dei cubetti

di mozzarella e ricoprendo con il restante impasto: cospargere con parmigiano grattugiato e infornare a 160 gradi per 30-35 minuti fin quando saranno ben dorati. Raffreddare leggermente, sfornare e tenere al caldo.

Per la Zuppetta.

Nel frattempo pulire e mondare tutte le tipologie di funghi e tagliarli in pezzi non troppo piccoli. Sul fondo di una casseruola rosolare in poco olio l'aglio ed il prezzemolo finemente tritati, aggiungere i funghi e tostarli per qualche minuto: sfumare con il vino bianco e proseguire la cottura per 20-25 minuti insaporendo con le erbe aromatiche, il sale ed il pepe. Aggiungere quindi le patate schiacciate, amalgamare il tutto e tenere al caldo.

Montaggio e Presentazione

- Olio evo di qualità
- Pepe di mulinello

Alla base di una fondina adagiare la Zuppa calda di Funghi, al centro il Tortino di Patate dal cuore filante, e ultimare con una generosissima grattugiata di Mozzarella di Bufala precedentemente congelata. Servire subito, con Olio extravergine di Oliva e Pepe appena macinato.



GIARDINAGGIO LENTO: L'AUTUNNO COME TEMPO DI CURA E RIFLESSIONE PIANTANDO FUTURE PIANTE

Le giornate si accorciano, la natura rallenta, i colori si fanno più caldi e intensi. È il momento ideale per prendersi cura delle piante con gesti lenti e riflessivi, ma anche per mettere a dimora i bulbi che fioriranno in primavera. Un'occasione per preparare la bellezza del domani con calma e consapevolezza.

C'è un silenzio diverso, in giardino, ad ottobre. I rumori estivi affievoliscono, l'aria si fa più fresca, le luci si abbassano e si mescolano tonalità verdi con quelle più gialle-arancio. È un tempo in cui tutto rallenta, anche le mani di chi si prende cura delle piante. L'autunno è una stagione che ci insegna a guardare, a fare spazio, a preparare il terreno per ciò che verrà. In questo ritmo più lento, il giardinaggio diventa



una forma di meditazione. Non si corre, non si rincorre la fioritura: si osserva, si ascolta, si pianta con fiducia.

In questo tempo sospeso, ottobre offre un'occasione preziosa: quella di piantare bulbi che sbocciano in primavera. Tulipani, giacinti, narcisi, crochi: piccoli scrigni di vita che dormono sotto terra, pronti a risvegliarsi quando il freddo sarà passato. Piantarli è un gesto semplice ma tanto simbolico. Lo si fa semplicemente affondando le mani nel terreno ormai umido, si scavano piccole buche regolari, si depongono i bulbi con cura, a punta in su. Poi si ricoprono di terra, un po' di acqua, e lasciate il tempo passare. Nessun risultato immediato, nessuna gratificazione rapida: solo attesa e pazienza. È così che si coltiva anche l'anima.

Che voi abbiate un giardino o un balcone, non importa: i bulbi crescono bene anche in vaso, purché il contenitore sia

DA OTTOBRE INIZIA UNA STAGIONE CHE INVITA AL RACCOGLIMENTO, ANCHE NEL GIARDINAGGIO.

profondo abbastanza e dotato di un buon drenaggio. Potete creare combinazioni di colori e altezze, con varietà che sbocciano in momenti diversi, regalando uno spettacolo che dura più a lungo. Mentre la natura entra nel suo sonno invernale, questi piccoli semi di primavera diventano promesse silenziose: un modo per dire che la bellezza tornerà.

Nel frattempo, ottobre invita a prendersi cura senza fretta. Si raccolgono le foglie, si potano i rami secchi, si protegge ciò che è fragile. Ogni gesto è un passo dentro una stagione di attesa e ascolto. Non si tratta solo di fare, ma di essere presenti, di stare in quel momento, magari con una tazza calda accanto, lasciando che i pensieri si depositino come le foglie sul terreno.

In un mondo che corre, ottobre è il mese che ci ricorda che la bellezza ha bisogno di tempo. E che anche sotto la superficie spoglia, qualcosa si prepara a fiorire.





PULITA ED EFFICACE PIÙ A LUNGO



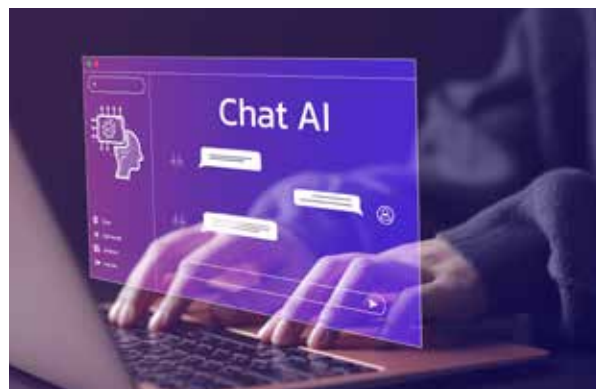
**GRAZIE ALLA TECNOLOGIA
GRASSO STOP***



*Grazie alla tecnologia Grasso Stop la parte abrasiva non trattiene il grasso e rimane pulita ed efficace più a lungo. Prodotti coinvolti: Spontex DoppioUso x2, Spontex Multi Power x6, Spontex Ultra Gratt' x3.

Pochissimi utenti pagano per l'IA...

ChatGPT, Gemini, Copilot sono solo i più noti: con il boom dell'intelligenza artificiale ogni grande azienda che opera nel settore tecnologico ha sviluppato o sta sviluppando il proprio modello di IA. Dal lancio di ChatGPT di OpenAI nel 2022, le IA sono entrate nella vita di milioni di utenti, di cui gli appassionati di informatica sono ormai solo una piccola parte. Da assistente sul lavoro a fonte di spunti per lo svago e la vita privata, sono decine di milioni le persone che utilizzano quotidianamente l'IA. La stragrande maggioranza di queste, però, usa le versioni gratuite con funzionalità limitate. Secondo uno studio del fondo d'investimento Menlo Ventures il 97% delle persone che utilizzano questi chatbot usufruiscono dell'offerta base e gratuita; è solo il restante 3% ad essere abbonato ai servizi pro. Prendendo come esempio proprio ChatGPT, secondo le stime dei suoi circa 122 milioni di utenti giornalieri solo il 5% paga un abbonamento. È la percentuale più alta del settore ma ancora lontana dal renderlo un modello economico sostenibile nel lungo termine a fronte degli immensi investimenti.



...ma gli esperti di IA sono pagatissimi

Nonostante la difficoltà di monetizzare il grande afflusso di utenti che affollano le piattaforme di IA, le big tech mondiali, dalle americane alle cinesi, stanno investendo centinaia di miliardi di dollari per creare e potenziare i propri modelli. La convinzione generale è che i chatbot possano passare dall'essere il futuro del digitale al presente quotidiano nel giro di pochissimo tempo. La corsa allo sviluppo tecnico è aperta, e con essa quella ai finanziamenti. A inizio anno OpenAI ha annunciato un piano di investimenti da 500 miliardi di dollari, mentre Meta ha manifestato l'intenzione di voler spendere «centinaia di miliardi» per costruire data center. Ma gli investimenti non sono solo infrastrutturali. In questa fase il vero oro del settore è il capitale umano, composto dai più bravi esperti che vengono contesi a livello mondiale come fanno i grandi club coi calciatori. I giornali statunitensi riportano offerte e contro offerte che raggiungono in certi casi i 100 milioni di dollari annui. Il mercato è aperto e spietato, e staremo a vedere chi vincerà il campionato dell'intelligenza artificiale.



MADE IN ITALY



PIÙ DESIGN E PIÙ QUALITÀ PER I NOSTRI CLIENTI



Una partnership di valore con Fass per offrire ai nostri clienti un'ampia gamma di prodotti Made in Italy attenti alla sostenibilità.



Piùme



CHIARA PELLACANI

La tuffatrice romana ha conquistato tre medaglie ai Mondiali di Singapore: il bronzo dal trampolino di un metro (primo podio iridato individuale della carriera), l'oro nel sincro misto con Matteo Santoro e un ulteriore bronzo nei tre metri. Un bilancio che ha confermato la sua continuità ai massimi livelli e che segna il punto più alto di un percorso iniziato giovanissima e consolidato negli anni, non senza difficoltà. Dopo le delusioni olimpiche di Parigi 2024, i risultati di Singapore hanno rappresentato una svolta: da promessa dei tuffi italiani, Pellacani è diventata una certezza. "A Singapore ho

capito quanto il lavoro costante e la pazienza siano fondamentali. Non è stato facile, ma ogni sacrificio è stato ripagato", ha raccontato dopo le gare. Nata a Roma nel 2002, ha scoperto i tuffi quasi per caso. A 8 anni, seguendo un compagno di classe in un centro estivo, si è subito innamorata del trampolino. E una volta scoperto, non lo avrebbe più abbandonato. Cresciuta in una famiglia attenta allo sport e ai suoi valori (il padre Paolo è giornalista a La7), fin da piccola Chiara ha ricevuto sostegno e incoraggiamento nelle proprie scelte. I primi coach si accorsero immediatamente del suo talento naturale e



NELL'ESTATE 2025
HA FIRMATO LA SUA
CONSACRAZIONE
INTERNAZIONALE.

RA ACANI



della disciplina fuori dal comune, qualità che l'avrebbero accompagnata per tutta la carriera. «Ricordo ancora il mio primo podio regionale: mi sentivo già parte di qualcosa di speciale», ha confessato in un'intervista, sottolineando quanto quei primi successi siano stati fondamentali per costruire fiducia e consapevolezza. Fin dai primi anni, Pellacani ha mostrato un'incredibile determinazione, imparando rapidamente a gestire la tensione a ridosso dei tuffi e a trasformare l'adrenalina in concentrazione. Gli allenatori hanno spesso evidenziato la sua capacità di restare lucida pure davanti a errori o gare complicate, tratto che sarebbe diventato cruciale per affrontare al meglio le competizioni internazionali. La predisposizione tecnica e l'abnegazione l'hanno infatti portata in tempi rapidi a distinguersi nelle categorie giovanili, fino al debutto nella nazionale maggiore a soli 14 anni, in occasione degli Europei di Kiev 2017, sulla scia della fuoriclasse Tania Cagnotto. Da allora, la sua progressione è stata costante, sostenuta da un impegno quotidiano che unisce disciplina e passione. Dopo i primi successi a livello juniores, Pellacani ha iniziato a raccogliere medaglie anche in campo continentale assoluto, imponendosi come uno dei talenti più promettenti della scuola italiana dei tuffi. La crescita tecnica dell'azzurra è stata costante: gli allenamenti quotidiani, spesso composti da centinaia di tuffi, hanno richiesto sacrificio, dedizione e resistenza fisica. Per conciliare sport e studio, Pellacani ha scelto di trasferirsi negli Stati Uniti, prima alla Louisiana State University e poi all'Università di Miami, dove frequenta il corso di Psicologia. «Gli allenamenti sono duri, iniziano alle 6.30 e alle 8.30 vado a lezione, ma la vita universitaria mi dà equilibrio e nuovi stimoli. Le giornate sono piene, sono comunque contenta della scelta»,



ha spiegato. L'intensità delle sessioni comprendeva esercizi di forza, flessibilità, preparazione mentale, così come attenzione al recupero e alla gestione dello stress. La convivenza con compagni di altre discipline sportive e l'adattamento a culture diverse hanno contribuito a rafforzare la sua indipendenza e la capacità di concentrazione, elementi decisivi nelle competizioni più importanti. La scalata ai massimi livelli è stata segnata da progressi gradualmente e risultati di rilievo. Dopo i successi nazionali, sono arrivate le medaglie europee, fino a quelle ai Mondiali di Singapore, che hanno certificato definitivamente il suo status. Il bronzo nel trampolino da un metro ha significato un momento storico personale, mentre l'oro nel sincro misto con Santoro ha ribadito la straordinaria intesa con il compagno di squadra. "È stata una gara incredibile: percepivo il supporto di Matteo e dei nostri allenatori e tutto ha funzionato", ha rimarcato Pellacani, che fuori dall'acqua mostra invece una dimensione più personale: porta sempre



con sé un ciondolo a forma di tuffatore, regalo della madre, che considera un amuleto. Ama le serie televisive, la lettura e la musica, strumenti utili per ritrovare calma e concentrazione. In parallelo, coltiva anche la passione per il disegno e la pittura, un'attività che definisce rilassante e che le permette di esprimere un lato più intimo e creativo della sua personalità. L'equilibrio tra studio, allenamenti e passioni extra-sportive definisce il profilo di una ragazza ambiziosa ma con interessi e curiosità al di fuori del trampolino. "Quando sono in palestra o a lezione penso sempre a come crescere come persona, non solo come atleta", ha ammesso, rivelando una profondità di approccio che spesso sfugge al grande pubblico. Le trasferte internazionali e la vita universitaria l'hanno resa autonoma, attenta ai dettagli e capace di organizzare con rigore ogni aspetto – sportivo e non – della giornata. Nel

suo percorso non sono tuttavia mancate le difficoltà: le amarezze olimpiche e i quarti posti a Parigi 2024 hanno messo alla prova la sua resilienza. Dopo quell'esperienza, Pellacani ha deciso di prendersi una pausa. Proprio in quel periodo si è avvicinata alla boxe, che l'ha aiutata a scaricare rabbia e frustrazione. "Sul ring ho trovato un'energia diversa, che poi ho riportato sui trampolini", ha spiegato. Guardando al futuro, Pellacani ha le idee chiarissime: proseguire nel perfezionare i tuffi e proiettarsi verso nuovi appuntamenti, uno su tutti i Giochi Olimpici di Los Angeles 2028: "Il percorso sarà lungo, ma so come affrontarlo", ha assicurato. E un domani potrebbe mettere al servizio dei giovani tutta l'esperienza accumulata. La laurea in Psicologia è un'ulteriore sfida, nell'ottica di costruire una vita anche al di fuori dello sport.



ARDELL
AMERICA'S LEADING LASHES

Press On Winks

ADESIVE, LEGGERE
RIUTILIZZABILI



EXTENSION EXPRESS

Facili
da indossare
impossibili
da ignorare



LACTACYD®

LA PROTEZIONE CHE MERITI

**LACTACYD EFFETTUA UNA DONAZIONE
PER SOSTENERE UN INTERO ANNO DI RICERCA
NELLA CURA E PREVENZIONE DEI TUMORI FEMMINILI***



**Sostiene la
ricerca scientifica di**

**Fondazione
VERONESI**



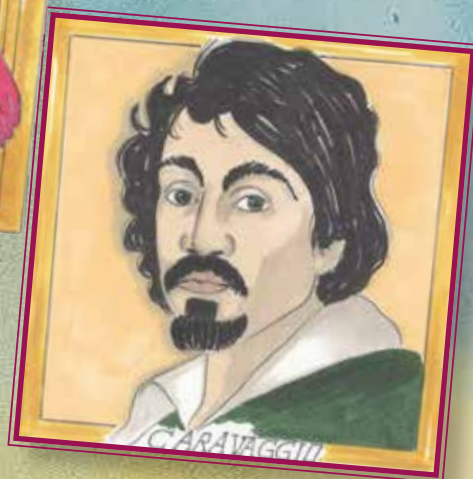
* Lactacyd effettua una donazione ogni anno dal 2020 per sostenere una borsa di ricerca di 12 mesi di un/una ricercatore/ricercatrice che lavora in Fondazione Veronesi



Secrets[®]
Il nostro segreto
per una casa pulita e profumata!



TI RACCONTO UN'OPERA D'ARTE



MICHELANGELO MERISI

(detto Caravaggio, Milano, 1571 – Porto Ercole 1610).

Caravaggio è il pittore della luce. Per tre secoli è stato dimenticato poiché per la Chiesa del tempo rappresentava soggetti negativi. Dal 1650 al 1951, anno di una grande mostra a Milano, esce dall'orizzonte dell'arte ma quando riappare trionfa per la sua rivoluzione di pittura della realtà.



Nel FANCIULLO CON CANESTRO DI FRUTTA

Caravaggio dipinge una natura morta con alcune foglie rinsecchite e acini d'uva ingialliti. La frutta non è idealizzata ma rappresentata nella sua piena autenticità. Non c'è alcuna differenza nella rappresentazione di un frutto e una persona. La natura morta e la figura umana sono legate da un tema quotidiano.

(Galleria Borghese, Roma)





Nei **BARI** Caravaggio mette in scena il mondo di una vita senza morale: un ragazzo sta per essere imbrogliato dal baro. (Kimbell Art Museum, Fort Worth)

IL RAGAZZO MORSO DAL RAMARRO

Il ragazzo è in posa ma la reazione al morso della lucertola scompone la sua staticità e Caravaggio fa un fermo immagine, la blocca e dipinge la "prima fotografia" della storia. "La realtà ha una velocità che nessuno può seguire e la pittura si adatta a quella velocità" rappresentando il momento esatto in cui il ragazzo viene morso e ritrae la mano con una smorfia di dolore. Caravaggio inventa quello che la fotografia rappresenterà: cogliere l'attimo e tradurlo in immagine evitando la posa ma rappresentando la reazione del soggetto. Caravaggio è fuori dalle regole. (National Gallery, Londra)



ARTEMISIA GENTILESCHI
Te lo dico la prossima volta.



NUOVA VOLKSWAGEN T-ROC: DEBUTTO MILD HYBRID, POI FULL HYBRID

LA NUOVA GENERAZIONE DEL CROSSOVER TEDESCO, RIFATTO DA CAPO A PIEDI, È PREVISTO CHE ARRIVI NELLE CONCESSIONARIE NELLA PRIMA METÀ DEL 2026.

Design più affilato, tecnologie di bordo evolute e, per la prima volta, motorizzazioni ibride. Mentre il prezzo di partenza dovrebbe attestarsi intorno ai 35mila euro.



La Volkswagen T-Roc si prepara a inaugurare una nuova fase della sua storia. Il debutto della generazione rinnovata, previsto nella prima parte del 2026, coincide con l'arrivo delle motorizzazioni ibride. Addio ai propulsori a gasolio: la gamma sarà infatti composta da auto ibride a benzina: inizialmente sarà il 1.5 turbo quattro cilindri con sistema mild hybrid, proposto in due livelli di potenza, 116 e 150 cavalli (con il cambio automatico a doppia frizione e sette rapporti); Successivamente con una variante più sportiva, un 2.0 mild hybrid da circa 200 CV, questa volta a trazione integrale, e

due opzioni full hybrid, basate sempre sul 1.5 turbo a ciclo Miller delle versioni mild, ma affiancate da un'unità elettrica più generosa (potenze da 136 o 170 cavalli). Sul piano estetico, il modello assume proporzioni più moderne e un carattere più deciso, con fari sottili e una nuova fascia luminosa che corre lungo tutta la calandra, prese d'aria maggiorate che conferiscono sportività, mentre le fiancate scolpite e i cerchi di grandi dimensioni rafforzano la presenza su strada. Al posteriore troviamo la firma luminosa a tutta larghezza che dà continuità stilistica alla nuova

identità di questa crossover.

Anche l'abitacolo è stato completamente ridisegnato per offrire un'esperienza di bordo più raffinata e digitale. Al centro della plancia domina uno schermo multimediale sospeso, affiancato da un quadro strumenti digitale configurabile. Le superfici privilegiano materiali più morbidi e finiture curate, in grado di elevare la percezione di qualità. Insomma, la nuova T-Roc non vuole essere soltanto un aggiornamento di stile, ma un ponte tra la gamma elettrica ID. e i modelli più classici del marchio. Il suo compito è continuare a soddisfare chi cerca un SUV compatto e versatile, ma con un livello superiore di tecnologia e sostenibilità. Per quanto riguarda il listino, le prime indicazioni parlano di un prezzo d'ingresso attorno ai 35.000 euro, cifra che posizionerebbe la nuova T-Roc tra i SUV compatti più competitivi della categoria in rapporto a contenuti tecnologici e prestazioni.



PULITO, IGIENE, PROFUMO



- AIUTA A RIMUOVERE GERMI E BATTERI
- USO QUOTIDIANO

TRE CIOTOLE

Film

Cast: Alba Rohrwacher, Elio Germano e Francesco Carril

Genere: Drammatico

Al Cinema

Un litigio apparentemente banale tra Marta e Antonio, una coppia che sembrava destinata a durare. Da quel momento le loro strade si separano. Marta affronta la rottura chiudendosi in sé stessa, incapace di condividere il proprio dolore con gli altri. Il segno più evidente della sua crisi è la perdita di appetito, un sintomo che rivela quanto il corpo possa trasformarsi nello specchio dell'anima. Antonio, invece, reagisce rifugiandosi nella cucina, il suo mondo, e cercando nel lavoro l'energia per dimenticare. Nonostante sia stato lui a prendere la decisione di lasciare Marta, la sua mente continua a tornare a lei, incapace di lasciarla andare davvero.

Isabel Coixet costruisce un racconto intimo e intenso, che unisce la fragilità delle emozioni alla forza del corpo come luogo di verità. "Tre ciotole" diventa così non solo una storia d'amore interrotto, ma anche un viaggio interiore di rinascita e consapevolezza.



SQUALI

Film

Cast: Lorenzo Zurzolo, James Franco e Francesco Centorame

Genere: Drammatico

Al Cinema

Tutti, almeno una volta, hanno provato la pressione di dover scegliere in fretta il proprio futuro, soprattutto dopo la maturità, quando ogni decisione sembra determinante. È questa la situazione di Max, interpretato da Lorenzo Zurzolo, un diciannovenne della provincia veneta che si prepara a vivere l'estate della libertà insieme ai suoi amici.

Il gruppo ha già programmato un viaggio in Spagna, simbolo di spensieratezza e indipendenza. Ma per Max le cose prendono una piega inaspettata: una sera riceve una mail che cambierà il corso della sua vita. A scrivergli è Robert Price, interpretato da James Franco, imprenditore e fondatore di un incubatore di start-up a Roma.

Il viaggio diventa metafora di un passaggio cruciale: da un'estate di divertimento programmato a un'opportunità concreta che potrebbe rivoluzionare ogni cosa. "Squali" non è solo il ritratto di una generazione che sogna, ma anche la cronaca delle scelte che definiscono chi siamo davvero.



CINQUE SECONDI

Film

Cast: Valerio Mastandrea, Galathea Bellugi e Valeria Bruni Tedeschi

Genere: Commedia

Al Cinema

Adriano, un uomo dall'aria trascurata che vive isolato nelle stalle ristrutturate di Villa Guelfi, una dimora ormai in rovina. Le sue giornate scorrono lente, tra il fumo di un mezzo toscano e l'ostinata decisione di non avere contatti con nessuno. La sua quiete viene turbata dall'arrivo di una comunità di ragazzi che occupa la villa per riportare in vita i vigneti abbandonati. Sono studenti, neolaureati, giovani agronomi che vedono in quel luogo una possibilità di rinascita. Tra loro c'è Matilde, cresciuta lì, nipote del Conte Guelfo Guelfi, che da bambina lavorava la vigna insieme al nonno. Adriano, inizialmente diffidente e ostile, non sopporta quella presenza e vorrebbe cacciarli. Ma con il passare delle stagioni e il maturare dell'uva, il conflitto si trasforma lentamente in convivenza. La diffidenza lascia spazio a una forma inattesa di alleanza.

"Cinque secondi" è un film che unisce poesia rurale e tensione umana, mostrando come la vita possa cambiare in un istante, proprio come in cinque secondi.



DRACULA: A LOVE TALE

Film

Cast: Caleb Landry Jones, Christoph Waltz e Matilda De Angelis

Genere: Fantasy, Horror

Al Cinema

Un viaggio visionario dentro l'oscurità del mito e la delicatezza di un amore impossibile. La storia si apre in Transilvania, dove un Dracula tormentato vaga solitario, prigioniero della propria immortalità. Dopo secoli di silenzio, l'incontro con una misteriosa donna accende in lui una scintilla inattesa, capace di incrinare la sua corazza.

Besson costruisce il racconto in atmosfere gotiche, tra castelli in rovina, luci soffuse e tonalità sanguigne che rendono palpabile la tensione emotiva.

La colonna sonora accompagna ogni gesto con intensità struggente, trasformando la vicenda in una ballata romantica e oscura. Dracula non è solo un mostro assetato di sangue, ma un'anima ferita che cerca redenzione. La donna diventa così la possibilità di un riscatto, la chiave per immaginare una nuova vita.

Con questo film, Besson rinnova il mito vampirico, mostrando come persino la creatura più dannata possa trovare nell'amore l'ultima e più potente forma di salvezza.



wirepharma®

Benessere
sempre con te



FORMULAZIONI
NATURALI



ALTO CONTENUTO
DEI PRINCIPI ATTIVI



FACILE
ASSUNZIONE



Wirepharma® è la linea di integratori alimentari pronti all'uso grazie ai pratici formati stick e pouch. Cerchiamo nella Natura e nella Scienza le risposte per migliorare la salute e il benessere delle persone, formuliamo prodotti efficaci per ogni esigenza:

ALOE VERA: depurazione organismo

CAPELLI E UNGHIE: benessere di capelli e unghie

MAGNESIO LIQUIDO: sostegno muscolare e riduzione stanchezza

FERMENTI LATTICI: equilibrio della flora intestinale

MAGNESIO E POTASSIO: stanchezza e affaticamento

PANCIA PIATTA: eliminazione dei gas e funzione digestiva

VITAMINA C: sistema immunitario

VITAMINA D + K: sistema immunitario

Comunicare senza conflitti

Autore: David Yeager

Casa editrice: Mondadori

Comunicare senza conflitti di David Yeager è un libro pensato per chi ricopre un ruolo educativo – genitori, educatori, insegnanti – o semplicemente si trovi ad accompagnare ragazzi e ragazze nel loro percorso di crescita. Spesso sentiamo descrivere i giovani con termini poco lusinghieri: apatici, arroganti, troppo fragili. Etichette che li trasformano in un mistero indecifrabile agli occhi degli adulti. In Comunicare senza conflitti Yeager, tra i massimi esperti di psicologia dello sviluppo, ribalta questa prospettiva: i ragazzi non sono indifferenti, bensì animati da un desiderio profondo di significato, riconoscimento e autonomia. Il problema è che chi li circonda raramente riesce a coglierlo. Così, alcuni adulti adottano un approccio rigido, convinti che solo la severità possa formare personalità forti; altri, all'estremo opposto, si prodigano per proteggerli da ogni difficoltà. In entrambi i casi, il rischio è lo stesso: relazioni tese, incomprensioni e fratture difficili da ricomporre. Ma i giovani non chiedono né carcerieri né scudi umani, bensì guide, figure capaci di ascoltare senza criticare, di orientare senza prevaricare, di esserci senza invadere. Attraverso piccoli esempi e strategie accessibili, Yeager spiega come basti poco per migliorare la comunicazione fra adulti e ragazzi: una curiosità sincera, una spiegazione in più, un confronto alla pari. Un cambio di prospettiva che trasforma il dialogo, riduce i conflitti e contribuisce a costruire legami più solidi. In questo modo, ragazzi e ragazze possono crescere più liberi, responsabili e pronti ad affrontare il futuro con maggiore fiducia e sicurezza.



La regola dell'ortica

Autore: Nunzia Scalzo

Casa editrice: Feltrinelli

La regola dell'ortica segna l'esordio narrativo di Nunzia Scalzo, grafologa forense e giornalista, che mette a frutto la sua doppia esperienza professionale in un giallo capace di intrecciare indagine scientifica e psicologica. La storia prende avvio a Catania, nel 1965: Norma Speranza viene trovata in fin di vita nel suo appartamento e muore poco dopo. L'ipotesi ufficiale è quella di un suicidio, sostenuta dalla presenza di un biglietto abbandonato accanto al corpo che sembra non lasciare spazio all'interpretazione: "tutto è distrutto, io mi ammazzo". Ma la famiglia non crede alla versione ufficiale e sospetta di un omicidio ben costruito. Sessant'anni più tardi, la nipote di Norma chiede a Bea Navarra, grafologa forense dal carattere ribelle e determinato, di riesaminare quel biglietto. È davvero un addio scritto dalla vittima o un falso costruito per depistare le indagini? Attraverso le voci dei protagonisti e grazie alle indagini di Bea e del giornalista Domenico Grimaldi, la vicenda si ricompone pezzo dopo pezzo svelando segreti domestici, scandali nascosti e l'ambiguo volto della "Catania bene" degli anni Sessanta. Scalzo accompagna il lettore dentro una disciplina affascinante, la grafologia forense, che analizza la scrittura come una vera e propria impronta dell'anima. La grafia diventa qui una testimone preziosa, capace di resistere al tempo e di raccontare molto più di quanto sembri. Tra rigore investigativo e tensione narrativa, La regola dell'ortica è un romanzo che mostra come i segni lasciati su un foglio possano diventare chiavi per decifrare verità sepolte, passioni taciute e dolori rimasti irrisolti.



L'anniversario

Autore: Andrea Bajani

Casa editrice: Feltrinelli

Vincitore del Premio Strega 2025 e dello Strega Giovani, L'anniversario è un romanzo che scava nelle pieghe più intime dei legami familiari e li mette a nudo con una chiarezza quasi brutale. Bajani affronta una domanda scomoda: è possibile abbandonare la propria famiglia, recidere del tutto le proprie radici e sopravvivere alla scelta? La voce narrante, un figlio che ha lasciato la famiglia dieci anni prima, torna indietro a guardare quel passato con una calma spiazzante, raccontando senza rabbia ma senza sconti la violenza silenziosa che ha segnato la sua giovinezza. Al centro della vicenda c'è la figura della madre, fragile e sottomessa a un marito dispotico, capace di annullarsi pur di restare dentro a un matrimonio che la soffoca. Attorno a lei, un microcosmo familiare claustrofobico. Ed è in questo spazio chiuso e asfissiante che nasce, nel figlio, un desiderio di libertà che si fa necessità vitale: spezzare i legami per poter respirare. Con una scrittura limpida e implacabile, Bajani costruisce un romanzo lucido e necessario, capace di scardinare le dinamiche di potere che trasformano la famiglia in una gabbia. L'anniversario è un romanzo che interroga, ferisce per la sua verità e insieme consola, mostrando come anche dalla ferita più profonda possa nascere una nuova possibilità di vita.



ASTRA

MAKE-UP

NEW

NATURAL
MATT FINISH

TEXTURE SETOSA
ULTRA SFUMABILE

SUN MAJESTY

LIQUID BRONZER

Sun Majesty è il bronzer liquido che si fonde con la pelle in un velo leggerissimo, regalando un risultato impeccabilmente sfacciato.

La sua texture game-changer unisce il meglio di due mondi: la facilità di stesura e l'aderenza di una formula fluida, con la leggerezza e il potere perfezionante di una polvere.

ASTRAMAKEUP.COM



Lady Gaga – The MAYHEM Ball Tour

A sette anni di distanza dal suo ultimo live italiano, Lady Gaga torna finalmente a Milano e lo fa in grande stile: due date all'Unipol Forum, il 19 e 20 ottobre 2025, per presentare The MAYHEM Ball Tour. Un ritorno attesissimo, trainato dal successo planetario dell'album omonimo, MAYHEM, che ha debuttato al numero 1 in 12 paesi – fra cui Stati Uniti, Regno Unito, Italia, Germania, Canada, Francia – e ha confermato l'artista come una forza creativa inarrestabile. Dopo aver incendiato il Coachella 2025, registrato il tutto esaurito negli stadi di Città del Messico e Singapore e regalato ai fan una performance storica sulla spiaggia di Copacabana, Gaga ha scelto per l'autunno europeo le arene per offrire un'esperienza più intima e curata nei minimi dettagli. Lo spettacolo è concepito come un viaggio teatrale ed elettrizzante all'interno dell'universo di MAYHEM: un album che per l'artista sancisce un ritorno alle proprie radici pop ma in una veste più audace, sperimentale e sentitamente personale. Con oltre 170 milioni di copie vendute, 13 Grammy Awards e una capacità unica di reinventarsi a ogni era, Lady Gaga continua a ridisegnare i confini del pop, fondendo sensualità elettronica, energia rock e un'innata teatralità. Sul palco, aspettiamoci coreografie spettacolari, cambi di scena vertiginosi e una scaletta che intreccia i nuovi brani con i successi più amati di questa icona globale. Quello all'Unipol Forum sarà un doppio appuntamento destinato a rimanere impresso nella memoria di chi ci sarà.



Avanguardia pura

Dopo il grande successo dello scorso inverno, Avanguardia pura torna nei teatri italiani con una nuova serie di attesissime repliche. Lo spettacolo, scritto e interpretato da Camilla Boniardi (Camihawke) e Guglielmo Scilla (Willwoosh) ha conquistato il pubblico con la sua comicità fresca e imprevedibile. La loro intesa professionale scatta nel 2024, durante il debutto teatrale di Camilla con lo spettacolo Il saggio di fine anno, quando Guglielmo sale sul palco come ospite a sorpresa: un incontro artistico che si rivela subito vincente e che apre la strada a un progetto condiviso. Nasce così Avanguardia pura: il risultato è una performance vivace e coinvolgente, fatta di comicità immediata e mai banale. Dopo una stagione invernale costellata di sold out – tra cui le tappe di Torino, Milano, Roma e Bologna – Avanguardia pura torna in teatro a ottobre con dieci novi appuntamenti nei principali teatri italiani, da Torino a Pesaro, da Brescia a Firenze, promettendo ancora una volta serate all'insegna di un'ironia leggera e brillante.



C2C 2025

Torino si prepara ad accogliere la 23ª edizione del C2C Festival, in programma dal 30 ottobre al 2 novembre 2025, nel cuore pulsante della Contemporary Art Week. Nato nei primi anni Duemila come "Club To Club", il festival ha saputo imporsi come uno dei più importanti appuntamenti indoor d'Europa. Per quattro giorni, le OGR Torino e il Lingotto Fiere faranno da cornice a un viaggio sonoro di pura immersione nell'avant-pop, tra sperimentazione, elettronica, rap, rock, jazz e r&b. L'edizione 2025 segna il ritorno di protagonisti come Blood Orange, Four Tet e A. G. Cook, insieme a debutti di grande richiamo tra cui Ali Sethi & Nicolas Jaar, Nourished by Time, Saya Gray e la coppia IOSONOUNCANE e Daniela Pes. Accanto a loro, il programma abbraccia una costellazione di artisti internazionali e italiani – come Floating Points a Blawan, billy woods, Smerz, Maria Somerville, Los Thuthanaka, Barker, Mechatok, Annahstasia e Kelman Duran – per un cartellone che promette di abbattere i confini di genere e trasformare Torino in una capitale sonora globale. Per l'edizione 2025 sono attesi oltre 40.000 spettatori da tutto il mondo, a conferma di un richiamo che va ben oltre i confini nazionali. Più che una semplice rassegna musicale, il C2C Festival si propone come un laboratorio di linguaggi e visioni, capace di intrecciare musica e contemporaneità in un'esperienza unica. Le OGR – che ospiteranno le serate di apertura e chiusura – e il Lingotto Fiere – cuore pulsante della produzione del festival – si confermano location simbolo di un evento che, anno dopo anno, ridefinisce il concetto stesso di live e continua a spostare più in là i confini della sperimentazione sonora.

C2C FESTIVAL
26 FEBRUARY 2025
C2C FESTIVAL
30 OCT / 02 NOV 2025
TORINO / EUROPA
XXIII



SYOSS

EST. OSAKA, JAPAN 1977

BY **Palette**



JULIA ROBERTS

Diva, ma senza arie da divinità.





Julia Roberts resta la Pretty Woman di sempre. Nel settembre scorso è sbarcata al Lido di Venezia per la Mostra del cinema per la sua prima volta, in jeans e giacca blu, a conferma di uno stile a cui non servono le paillettes, per presentare “After the Hunt - Dopo la caccia”, in uscita il 16 ottobre, dove interpreta il ruolo di una professoressa di filosofia. Diretta da Luca Guadagnino, l'attrice è Alma, docente rispettata in un'università della Ivy League, improvvisamente travolta da una vicenda che mette in discussione la sua carriera e la sua stessa identità. Quando un collega, Henrik (Andrew Garfield), viene accusato di molestie da una studentessa, Maggie (Ayo Edebiri), una delle sue più brillanti allieve, lei sceglie di difenderlo, una decisione non facile, ma certamente non neutrale,



che scoperchia un confronto doloroso, non solo con l'istituzione accademica, ma anche con un lato oscuro della propria vita che rischia di riaffiorare. Il film, scritto da a Nora Garrett, è un thriller psicologico capace di esplorare, attraverso la figura della protagonista, il fragile equilibrio tra responsabilità professionale e vulnerabilità personale, trasformando l'aula universitaria in un'arena di conflitti morali e ambiguità. Sono tanti i dubbi e le domande che la pellicola solleva, fra tutte la vecchia idea

che ancora una volta le donne non siano in grado di fare squadra e che siano pronte a muovere false accuse. Un passo indietro dopo il movimento del #meToo? «Una simile ipotesi è comunque bella – risponde l'attrice – perché ci fa tornare su discussioni fra donne, non perché non si supportano a vicenda, ma affrontandole in un modo nuovo. Ci sono molte vecchie polemiche che vengono rinviate e stimolano il dibattito. Noi volevamo proprio che alla fine del film ci fossero tutti questi punti di vista diversi». Diretta, concreta, sempre

con il suo inequivocabile sorriso, Julia Roberts difende il film che Guadagnino ha diretto anche dall'accusa del politicamente scorretto. «Non so se ci saranno polemiche e controversie per il film. – aggiunge – Noi rappresentiamo queste persone in questa epoca, è come se una cinepresa fosse caduta dal cielo, e avesse catturato tutto ciò che è successo, è questo l'incredibile del film, molti non lo capiranno, altri sì, c'è chi si potrà arrabbiare o chi si





potrà appassionare, dipende da ciascuno, come decidere di bere un Martini o una limonata. Non facciamo dichiarazioni, ci limitiamo a condividere le vite di questi personaggi. La parte più emozionante sta proprio nel fatto che le persone ne parlino, perché stiamo perdendo l'arte della conversazione nel nostro tempo». Da sempre Julia Roberts ama creare dibattito, in fondo i personaggi che ha interpretato da *Pretty Woman* a *Erin Brockovich* hanno sempre portato il pubblico a riflettere, che fosse una Cenerentola moderna o una donna determinata a far valere i diritti violati. «Amo la complessità dei personaggi. – aggiunge – E' la parte più gustosa dell'intero gruppo di protagonisti di *"After the Hunt"*. Come succede nel domino quando cade un tassello, sei costretto a trovare nuove sfide, è proprio questo che

fa sì che valga la pena di alzarsi la mattina e andare a lavorare». C'è voluto Luca Guadagnino per portare la star di Hollywood alla Mostra del Cinema, dove mai era stata prima; tuttavia, non è riuscita a incrociare l'amico George Clooney, ripartito il giorno prima, e nemmeno a girare per la città come le sarebbe piaciuto. «Venezia è uno dei luoghi più inspiegabili del mondo, è sempre un sogno», ha affermato l'attrice premio Oscar, per anni sulla vetta delle più pagate al mondo, sposata da oltre vent'anni con il cameraman Daniel Moder, con cui ha avuto tre figli, una carriera iniziata con *"Mystic Pizza"* ed esplosa con *"Pretty Woman"*, film che le è valso un Golden Globe e che quest'anno ha festeggiato i suoi 35 anni, senza un'ombra di invecchiamento. Ogni volta che passa in tv continua a registrare ascolti record.





un anno di felicità con

il Barbanera

a cura della Redazione di Barbanera

OTTOBRE 2025

L'AUTUNNO È ORMAI ARRIVATO E CON LUI L'ASPETTATIVA DI UNA DOLCE OTTOBRATA.

Godiamo degli ultimi scampoli d'estate, con giornate di sole che ci alleggeriscono l'umore e facilitano il lavoro nell'orto e nel giardino. Raccogliamo gli ultimi ortaggi, mentre prepariamo la terra per semine e trapianti. Ottobre è il mese della vendemmia, quando le cantine si riempiono del profumo dolce del mosto, e della potatura di qualche albero. Solo a fine mese ci prepariamo per la raccolta delle olive, che a novembre ci donerà l'olio nuovo. Nel frattempo, ad Halloween e sempre sulle nostre tavole, ci piace gustare i sapori autunnali: le castagne, le noci e, immancabile, la dolce e versatile zucca gialla.

La finestra sul tempo

Si cerchi la notte cautelarsi con coltre più spesse, onde il corpo stia caldo. Infine si faccia tutto ciò che possa evitare danni alla salute.

Barbanera nel 1886

Tradizioni in casa

Castagne in padella, mele sul filo

In ottobre, mentre fuori l'aria si fa frizzante, ci piace riportare in casa i gesti di un tempo: accendiamo il fuoco,

tagliamo leggermente su un lato le castagne e mettiamole a danzare nella padella forata, per far sprigionare il tipico profumo d'autunno. Intanto, affettiamo sottili le mele, scegliendo quelle più dolci e profumate, sistemiamole su una griglia e lasciamole essiccare al sole o nel forno a bassa temperatura. Poi infiliamole su uno spago da appendere in cucina. Così, tra uno scoppiettio e l'altro, prepariamo le nostre scorte di dolcezza naturale, da sgranocchiare durante l'inverno o regalare in piccoli sacchetti fatti a mano. Un modo semplice per riscoprire i piaceri lenti e caldi di stagione.

Dispensa di stagione.

Gelatina e sciroppo di melagrana

Per preparare la gelatina, dividiamo 3 melagrane in spicchi incidendo la buccia con un coltellino affilato, poi li separiamo con le dita. Estraiamo i chicchi, liberandoli dalla pellicola, li pesiamo e li versiamo in una casseruola con una quantità d'acqua pari al loro peso e 800 g di zucchero per ogni litro d'acqua. Uniamo la

scorza grattugiata di un'arancia biologica e lasciamo cuocere finché il composto si addensa, quindi invasiamo. È ottima per crostate, formaggi (capra, feta, gorgonzola) o come salsa per carni. Per lo sciroppo, facciamo bollire il succo dei chicchi con zucchero pari alla metà del loro peso per 15 minuti, schiumando spesso. Lo usiamo per guarnire sorbetti, gelati o carni.

Benessere con la natura

Contro il mal di schiena

Ecco un semplice esercizio da fare per contrastare il mal di schiena. Da seduti, ruotiamo molto lentamente tutta la schiena fino a guardare dietro, prima da un lato e poi dall'altro, cercando ogni volta di spingerci un poco più in là. Aiutiamoci appoggiando una mano sulla spalliera della sedia. Ricordiamoci che l'attività fisica è fondamentale per mantenere elasticità, efficienza muscolare e mobilità degli arti. Stimoliamo anche il metabolismo e le energie psicofisiche. Approfittiamo delle ore più calde per concederci ogni giorno una passeggiata all'aperto.



Tesori d'Oriente



ESSENZE DI BENESSERE



Ogni giorno, un prezioso viaggio dei sensi.

Inebrianti ed esclusive fragranze per avvolgere i capi e la biancheria di casa con una delicata carezza profumata, per una sensazione di fresco pulito che dura a lungo.





FRISBEE E BOOMERANG

DUE MODI DIVERSI DI LANCIARE UN OGGETTO BEN IDENTIFICATO PER ARIA, CIASCUNO DEI QUALI HA DATO VITA PRIMA A UN GIOCO, POI A DISCIPLINE SPORTIVE SPETTACOLARI, APPASSIONANTI E DIVERSE.

L frisbee, l'oggetto di plastica dalla forma rotonda che ha come antenato il disco greco, unico strumento di quel tempo concepito e utilizzato solo a fini ludico sportivi, oggi si pratica in due forme diverse, freestyle e ultimate. Il primo è una prova di stile in cui le squadre composte da due o tre giocatori si esibiscono in lanci, prese e coreografie varie, mentre l'altro è uno sport giocato da due squadre composte da sette giocatori ciascuna, nella versione all'aperto, dove lo scopo è quello di mettere a segno più punti degli avversari, facendo avanzare il frisbee attraverso il campo di gioco verso la zona di meta avversaria, dove un giocatore deve ricevere il frisbee per segnare un punto. Vince chi raggiunge per primo quota quindici. Si tratta di un gioco-sport caratterizzato da assenza di contatto fisico e dall'auto arbitraggio, ovvero i giocatori fanno di doversi attenere alle regole e di dover risolvere qualsiasi contesa in modo collaborativo. L'ultimate frisbee richiede una combinazione di abilità fisiche, come la corsa, il salto e l'agilità, mixate alle tecniche di lancio e di



ricezione. Strategia e gioco di squadra sono fondamentali per il successo. In Italia l'organizzazione di riferimento è la Federazione italiana flying disc, che regola e promuove il frisbee in tutte le sue discipline e che fa parte delle federazioni europea e mondiale del flying disc. L'altro, il boomerang, è uno sport che si può praticare ovunque all'aria aperta e le gare individuali riconosciute a livello internazionale sono molteplici: di precisione, "accuracy", dove il boomerang deve atterrare il più vicino possibile all'area di lancio, di prese acrobatiche "trick catch",

in cui l'atleta deve effettuare il maggior numero di prese acrobatiche consecutive con una mano, dietro la schiena, con le gambe e con i piedi, di velocità, "fast catch", dove viene cronometrato il tempo impiegato per effettuare cinque prese consecutive del boomerang. Poi ancora, di resistenza, "endurance", dove viene conteggiato il numero di prese fatte in cinque minuti, di durata, "M.T.A. limited", per cui viene cronometrato il tempo in cui il boomerang resta in volo dal momento del lancio al momento della presa, di distanza "distance", dove viene misurata la distanza massima raggiunta dal boomerang e infine, l'australian round, in cui si somma il punteggio ottenuto lanciando il boomerang più lontano possibile e con un ritorno il più preciso possibile. Nel nostro paese questo gioco-sport è regolamentato dalla Società italiana boomerang e fuori dai confini nazionali, dall'International federation of boomerang associations.



**PRENDERSI CURA DI CAPI IN FIBRE TECNICHE
E SINTETICHE, ACCESSORI E ATTREZZATURE
NON È MAI STATO COSÌ FACILE.**

**Pretratta
le zone critiche.**

**Lava e proteggi le fibre
sintetiche e tecniche.**

**Rinfresca e igienizza le
calzature sportive.**





QUALIANO

SE PENSATE CHE LA CAMPANIA SIA SOLO NAPOLI, POMPEI E LA COSTIERA, PREPARATEVI A SCOPRIRE UN PICCOLO GIOIELLO A DUE PASSI DAL CAPOLUOGO PARTENOPEO: QUALIANO. UN COMUNE DELLA CITTÀ METROPOLITANA DI NAPOLI, CHE NASCONDE UN'ANIMA TUTTA DA SCOPRIRE, TRA STORIA, TRADIZIONI E SAPORI AUTENTICI E DOVE, IN VIA SANTA MARIA A CUBITO 28 NEL PARCO COMMERCIALE CATANIA, TROVERETE IL VOSTRO NEGOZIO PIÙME E LA PROFESSIONALITÀ SORRIDENTE DI RAFFAELLA FEMIANO, ANNA APUCA E ANGELA SCOGNAMIGLIO!

CENNI STORICI E CURIOSITÀ.

Il nome Qualiano deriva dal latino Qualianum, probabilmente legato al nome del proprietario terriero di un'antica villa rustica romana. La storia del borgo è legata a quella di Napoli, e il suo territorio ha visto l'avvicinarsi di diverse dominazioni. Un tempo feudo di varie famiglie nobiliari, oggi Qualiano si presenta come una vivace cittadina che ha saputo mantenere un legame saldo con le sue radici agricole.

TRA ARTE E PAESAGGI.

Qualiano conserva alcune testimonianze artistiche di grande interesse. Il cuore pulsante della vita religiosa e sociale è la Chiesa di Santo Stefano Protomartire, un edificio che racchiude secoli di storia e devozione. Al suo interno potrete ammirare pregevoli opere d'arte sacra, che raccontano la fede e l'identità della comunità locale. Ma la vera bellezza di Qualiano si trova nei suoi dintorni. Immerso in un territorio caratterizzato da terreni fertili, il paese si affaccia su un paesaggio che, pur essendo a ridosso dell'area metropolitana, regala scorci di serenità e tranquillità, ricordando l'antica vocazione rurale della zona.



TRADIZIONI E SAPORI.

La cultura di Qualiano si manifesta anche nelle sue tradizioni e, soprattutto, a tavola. La cucina locale è una celebrazione dei prodotti della terra. Qui, la mozzarella di bufala è di casa e non puoi non assaggiarla in una delle tante aziende casearie della zona, dove viene prodotta ancora secondo la tradizione. Ma non è finita qui: i broccoli friarielli, le salsicce e il vino Asprinio di Aversa, un bianco frizzantino e profumato, sono solo alcune delle prelibatezze che ti faranno innamorare di questo territorio. La sagra dedicata ai sapori locali, che si tiene periodicamente, è l'occasione perfetta per immergersi in un'atmosfera di festa, gustare i piatti tipici e conoscere la gente del posto.



COSA FARE A QUALIANO?

Qualiano è il punto di partenza ideale per esplorare i dintorni, grazie alla sua posizione strategica. Potrai raggiungere in pochi minuti il Parco Regionale dei Campi Flegrei, con i suoi laghi, crateri e siti archeologici, oppure immergerti nel cuore pulsante di Napoli per una pizza e un tuffo nella storia. Insomma, se cercate un'esperienza autentica, lontano dal caos delle grandi mete turistiche, Qualiano vi aspetta per svelarvi i suoi segreti e conquistarvi con la sua genuinità. Non è solo un comune della città metropolitana di Napoli, è un pezzo di storia, un crocevia di sapori e un angolo di pace che merita di essere visitato. Allora, che aspettate a fare le valigie?

info (tratte da) fonti varie

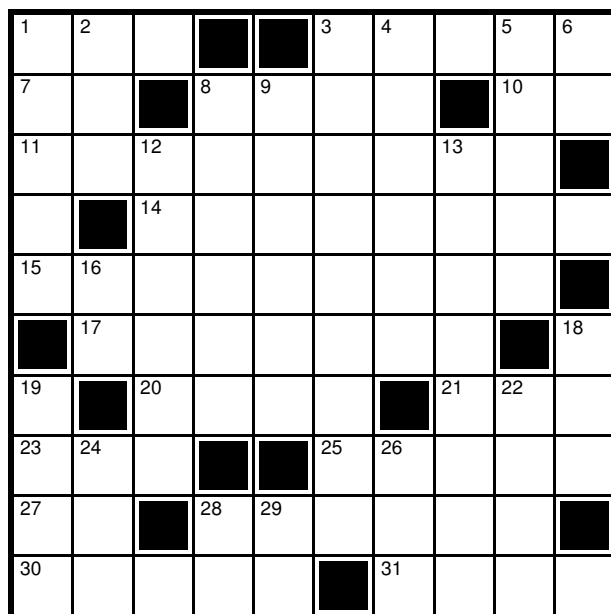
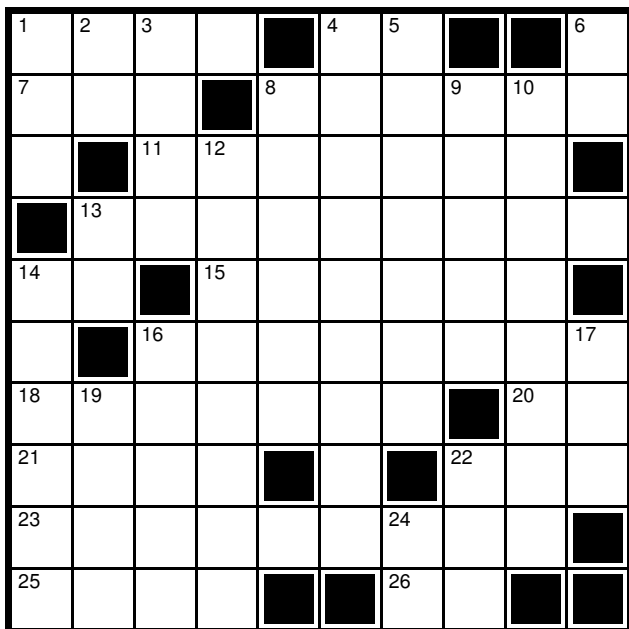
HARIBO



Haribo è la bontà che si gusta ad ogni età!



CRUCIVERBA



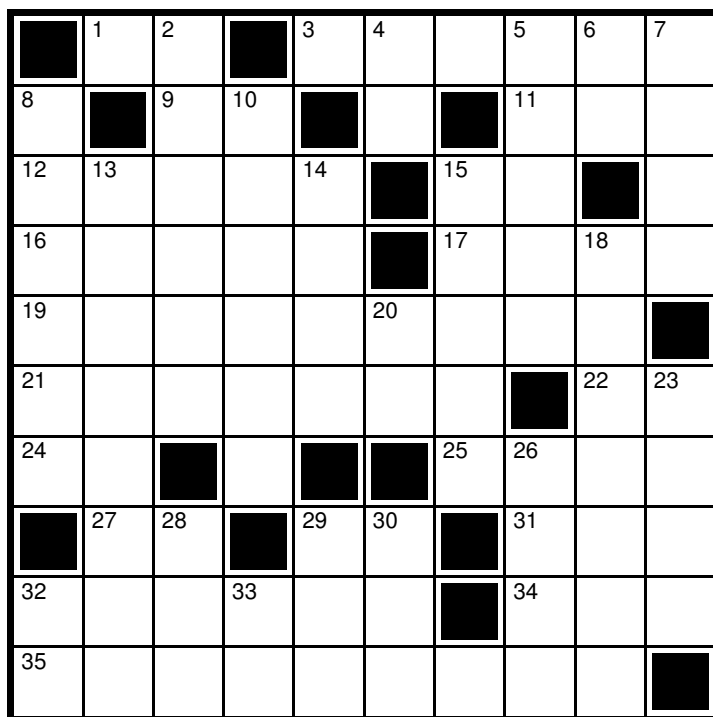
ORIZZONTALI: 1. Arto dell'albero – 4. Pari in stile – 7. Mendicava a Itaca – 8. Come il pesce appena pescato – 11. Afflizione, angoscia – 13. Attendibile – 14. Sigla di Palermo – 15. I "fiati" della banda – 16. Strato di malta sul muro – 18. Acredine, astio – 20. Il gangster Capone – 21. Vale 100 grammi – 22. Un'abbreviazione di questa – 23. Sei per sei – 25. L'Irlanda del Nord – 26. Poco ottimista.

VERTICALI: 1. Scorre in mezzo ai campi – 2. Le prime in arrivo – 3. Ricevette i dieci comandamenti – 4. Ristorante economico, osteria – 5. La impartisce il maestro – 6. Boccia la richiesta – 8. Cotto nell'olio bollente – 9. La città del "Palio" – 10. Sdraiati – 12. Moncherino – 13. Valore attuale – 14. Muro – 16. Gioca il derby col Milan – 17. Un'onda allo stadio – 19. Scuri o neri per il poeta – 22. Assortimento di oggetti – 24. Metà peso.

ORIZZONTALI: 1. Un noto formaggino – 3. Tipica costruzione eschimese – 7. Cade in centro – 8. Regali – 10. Coda di ghiri – 11. Ambita – 14. Approvato – 15. Infuso...tranquillante – 17. Piagnistei, lagne – 20. Monotonia, tedio – 21. Brucia in cucina – 23. Il Teocoli della tv – 25. Grosso felino asiatico – 27. Sigla di Trieste – 28. La Guida del cinema – 30. Infiammazione dell'orecchio – 31. Bobby cantante italiano.

VERTICALI: 1. Ordine militare di marciare – 2. Quelle di marzo furono fatali a Cesare – 3. Pendente da un lato – 4. Colorati come il limone – 5. Pregiato pesce di mare – 6. Fondo di serbatoi – 8. Pio, religioso – 9. Lo dice il rassegnato – 12. Fuma sul tetto – 13. Formaggio molle a pasta cruda – 16. Punta d'alabarda – 18. Moralmente audace – 19. Frazione di chilo – 22. Lago salato asiatico – 24. Si arrossa all'alba – 26. Istituto di Ricerca Sociale – 28. Gita senza pari – 29. Articolo per bimbe.

Trovi tutte le soluzioni a pagina 98 della rivista.

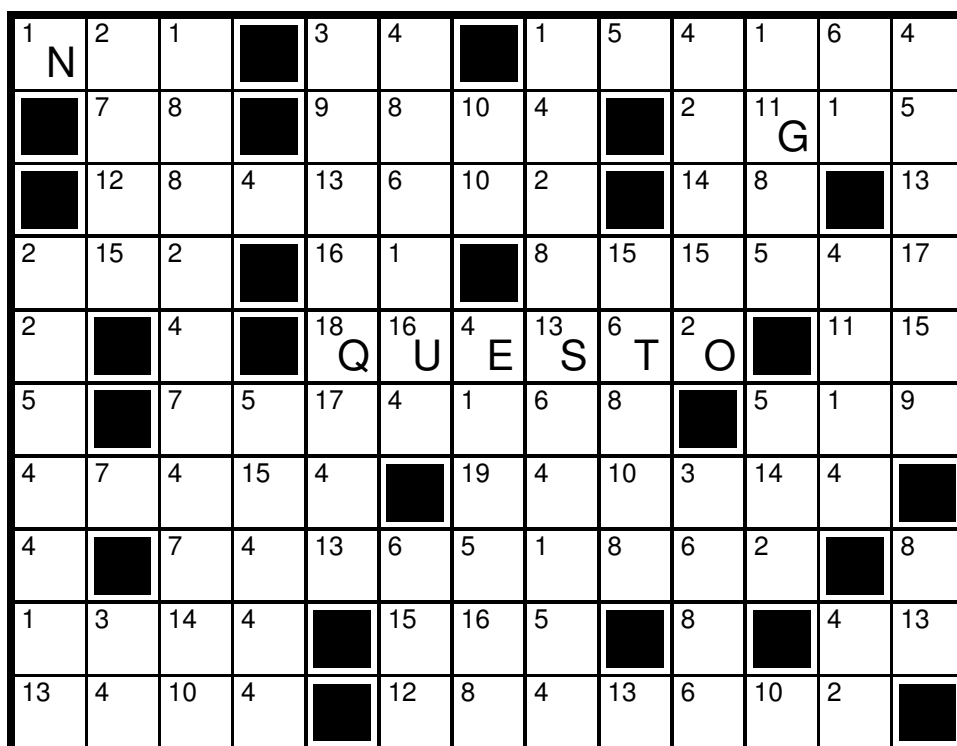


ORIZZONTALI: 1. Le gemelle a letto – 3. C'è anche quello del fucile – 9. Ultime nello sport – 11. Offerta Italiana Scambi – 12. Regione storica della Grecia – 15. Quinta e nona di Beethoven – 16. Stato dell'Asia – 17. Vale 100 grammi – 19. Metallo bianco-argenteo leggero – 21. Sensualità e fascino irresistibile – 22. Reggio Calabria sulle targhe – 24. Limiti di età – 25. L'uomo...delle nevi – 27. Mezzo... giro – 29. Poco ampio – 31. Zingari – 32. Mitico forzuto – 34. In mezzo – 35. Compressa medicinale.

VERTICALI: 2. Combinazione al totocalcio – 4. Il gangster Capone – 5. Bruno calciatore della Roma e della nazionale – 6. Due... romani – 7. Si getta al cane – 8. Andamento quotidiano della vita familiare – 10. Violento turbamento – 13. Affezione causata da carenza di vitamine – 14. Dà un ottimo legno per mobili – 15. Il Ford industriale automobilistico statunitense – 18. Enzo di "Portobello" – 20. Laggiù in fondo – 23. Vetta, apice – 26. Ripidi, scoscesi – 28. Pareggio sulla schedina – 29. Un fiabesco Babà – 30. L'attrice Ryan – 32. In mezzo alla steppa – 33. Poco ottimista.

LA MASSIMA CIFRATA

A numero uguale lettera uguale.



AIMS

AIMS (ASSOCIAZIONE ITALIANA SCLEROSI MULTIPLA) È L'UNICA ORGANIZZAZIONE IN ITALIA CHE SI OCCUPA A 360 GRADI DELLA SCLEROSI MULTIPLA (SM), UNA MALATTIA DEL SISTEMA NERVOSO CENTRALE, PROGRESSIVAMENTE INVALIDANTE, CHE COLPISCE PREVALENTEMENTE LE DONNE E I GIOVANI TRA I 20 E I 40 ANNI (CON UNA NUOVA DIAGNOSI OGNI TRE ORE IN ITALIA).

Fondata nel 1968, AISM è il punto di riferimento per i malati e le loro famiglie, operando su tre fronti principali:

• **SUPPORTO ALLE PERSONE:** offre accoglienza, informazione, orientamento e servizi capillari grazie a una rete di 98 Sezioni provinciali, 50 Gruppi operativi e 14.000 volontari. Questo supporto diretto mira a garantire l'autonomia e l'empowerment individuale, integrandosi con i servizi territoriali.

• **RICERCA SCIENTIFICA:** tramite la Fondazione Italiana Sclerosi Multipla (FISM), dal 1998, AISM promuove, finanzia e indirizza la ricerca scientifica per trovare terapie efficaci e una cura risolutiva, avendo investito oltre 80 milioni di

euro negli ultimi 10 anni e contribuendo significativamente ai progressi terapeutici degli ultimi 20 anni.

• **TUTELA DEI DIRITTI:** con un'azione costante di advocacy, AISM rappresenta le persone con SM e promuove la loro inclusione sociale. Dialoga con le Istituzioni per migliorare le politiche sociali, sanitarie e socio-sanitarie, favorendo anche l'informazione e la sensibilizzazione sulla malattia come emergenza sociale e sanitaria.

Le grandi sfide si vincono insieme. Il successo di AISM – associazione di persone con SM e patologie correlate – si fonda sull'impegno collettivo di volontari, ricercatori, donatori e stakeholder che, con la loro dedizione quotidiana,

contribuiscono a migliorare la vita delle persone con SM e dei loro familiari in ambiti cruciali come salute, inclusione e lavoro.

LA MELA DI AISM... l'iniziativa annuale dell'Associazione Italiana Sclerosi Multipla, è di nuovo ai nastri di partenza. I volontari AISM ti aspettano dal 3 al 5 ottobre 2025 in più di 5.000 piazze in tutta Italia. Con una donazione di soli 10 euro, potrai portare a casa un sacchetto di mele e contribuire a un'importante causa. Saranno distribuiti ben 250.000 sacchetti in tutta la penisola. I fondi raccolti sono cruciali: verranno impiegati per sostenere i servizi socio-sanitari dedicati a chi convive con la sclerosi multipla e patologie correlate sul territorio. Parte del ricavato finanzia anche la ricerca scientifica, l'unica speranza per trovare una cura definitiva.



INFORMAZIONI&CONTATTI

AIMS
Associazione Italiana
Sclerosi Multipla
Via Cavour 181/A
00184 - Roma
N° VERDE 800. 80. 30. 28
info: aism@aism.it
www.aism.it

**SCLE
ROSI
MULT
IPLA**
associazione
italiana

un mondo
libero dalla SM

**Di' Sì a
dare una
seconda
chance
agli
oggetti
che
ami**

Di' Sì a

LOCTITE **SUPER
ATTAK**

LOCTITE
SUPER ATTAK
Original 3g



LOCTITE
SUPER ATTAK
Power Gel
Mini Dosi 3x1g



**SCOPRI LA
GAMMA COMPLETA
DI ASSORBIUMIDITÀ**



ARIASANA
Aero 360 Tab Inodore
Tripack 3x450g

ARIASANA
Ricarica Inodore
2+1 busta 450g



ARIASANA
Kit Mini
Inodore 450g



ARIASANA
Aero 360 Tab Lavanda
Relax Tripack 3x450g



ARIASANA
Ricarica Lavanda
2+1 busta 450g

ARIASANA
AERO 360
Pure kit 450g



MUDI

**IMMAGINATE DI FONDERE
UN CANE PASTORE
CON UN... FOLLETTO,
E OTTERRETE IL MUDI.**

Originario dell'Ungheria e ancora oggi piuttosto raro al di fuori del suo paese, il Mudi è un vero concentrato di energia, intelligenza e duttilità. La razza si è formata naturalmente fra la fine dell'Ottocento e l'inizio del Novecento. Nonostante la documentazione sulla razza non sia abbondante, sappiamo che il Mudi nasce come cane da lavoro grazie alla sua naturale capacità di radunare e condurre il bestiame anche su terreni impervi, unita a un innato istinto di guardia. Di taglia media (38-47 cm al garrese), ha una struttura armoniosa e atletica. Il pelo è corto e liscio su testa e muso, mentre sul resto del corpo diventa più lungo, fitto e ondulato, a volte addirittura riccio. La gamma di colori è sorprendente, dal classico nero o marrone fino al bianco, grigio e alle particolarissime sfumature merle. Le orecchie, dritte e appuntite, tradiscono un'attenzione costante a ciò che lo circonda. Intelligentissimo, rapido nell'apprendimento e curioso, il Mudi è un allievo perfetto per chi ama



cimentarsi in discipline come agility, obedience o altri sport cinofili. È però un cane che va mentalmente e fisicamente stimolato ogni giorno: se lasciato inattivo può diventare irrequieto o sviluppare comportamenti indesiderati, dalla distruttività all'apatia. È molto affettuoso e leale con la famiglia, spesso con un legame privilegiato verso una o due persone, ma mantiene un atteggiamento prudente con gli sconosciuti, segnalando la loro presenza con un abbaio deciso. Non è certamente il compagno ideale per chi cerca un animale tranquillo e sedentario: il Mudi ha bisogno di spazio, movimento e interazione costante. In cambio, può

offrire una dedizione assoluta e una vivacità contagiosa. In sintesi: raro, brillante e attivo, il Mudi è il partner perfetto per persone dinamiche, sportive e pronte a condividere con lui avventure e attività all'aria aperta. Un piccolo gioiello ungherese che, una volta conosciuto, difficilmente si dimentica.



Sanicat®

— Nature at heart —

TI PRESENTIAMO LA NOSTRA NUOVA GAMMA SANICAT

Siamo fieri di proporre a tutti gli amanti dei gatti la nostra Gamma Completa di lettieri minerali, in versione non-agglomerante (Classic) e Agglomerante (Clumping), per una esperienza che solo uno specialista come SANICAT può offrirti, grazie alla sua incredibile esperienza di oltre 65 anni.



Diamonds 3,8L
(non agglomerante)

Gamma Classic
(non agglomerante)

Clumping
(agglomerante)

LE CARATTERISTICHE MIGLIORATE DELLA NUOVA GAMMA



L'esclusiva tecnologia **Oxygen Odor Control** garantisce l'eliminazione dei cattivi odori



La nostra lettiera è stata creata con una tecnologia de-polverizzante che impedisce la formazione della polvere.



I nostri imballaggi sono realizzati in carta e cartone con certificazione FSC e sono riciclabili al 100%.



Per saperne di più e ottenere ulteriori informazioni sulle incredibili caratteristiche delle nostre gamme, visita il sito www.sanicat.com oppure contattaci all'indirizzo info@sanicat.com.

**Ariete**

Le tue energie sono in crescita, ma ottobre ti invita a non sprecarle in mille direzioni. È il momento di affinare la concentrazione: scegli un obiettivo preciso e coltivalo con costanza. Ritrovare il ritmo giusto tra azione e pausa ti renderà più efficace anche sul lavoro. Prova a inserire una camminata mattutina o un rituale di respiro per iniziare bene la giornata. "Il futuro dipende da ciò che fai oggi" Mahatma Gandhi.

**Toro**

La stabilità è la tua forza, ma questo mese il benessere passa anche dalla capacità di lasciar andare ciò che non nutre più. Cura l'alimentazione con i prodotti di stagione e concediti momenti di bellezza quotidiana: un massaggio, un bagno caldo, la lettura di un romanzo. Abbellire gli spazi attorno a te ti aiuta a mantenere radici solide e cuore sereno. "Nulla può curare l'anima se non i sensi, così come nulla può curare i sensi se non l'anima" Oscar Wilde.

**Gemelli**

La tua mente è sempre in movimento, ma ottobre ti chiede di rallentare e scegliere meglio i pensieri a cui dare voce. Scrivere un diario, meditare o imparare qualcosa di nuovo ti aiuta a incanalare l'energia mentale. Non temere i silenzi: sono terreno fertile per intuizioni preziose. Dedica del tempo a letture che ti ispirino e ti nutrano. "Il silenzio è la pausa che dà senso alla musica" Wolfgang Amadeus Mozart.

**Cancro**

La casa e gli affetti diventano il tuo rifugio di benessere. Questo mese ti sarà utile dedicarti a rendere accogliente l'ambiente: riordina, cambia dettagli, crea piccoli rituali domestici che ti facciano sentire protetto. La cura dello spazio esterno riflette quella interiore, aiutandoti a ritrovare equilibrio emotivo e forza. "La casa non è un luogo, è un sentimento" Cecilia Ahern.

**Leone**

Il tuo bisogno di brillare trova nuove strade: ottobre ti invita a esplorare forme di luce interiore, più che esterna. Non sempre serve il palcoscenico: talvolta basta un progetto creativo coltivato in silenzio. Dedicati a un'attività che accenda la tua fiamma artistica, come dipingere, danzare o scrivere. L'autenticità sarà la tua vera forza. "Non andare dove il sentiero ti può portare; vai invece dove non c'è sentiero e lascia una traccia" Ralph Waldo Emerson.

**Vergine**

Questo mese la tua naturale precisione diventa risorsa preziosa, ma attenzione a non scivolare nell'eccesso di controllo. Il benessere nasce dal saper bilanciare disciplina e spontaneità. Organizza il lavoro, sì, ma lascia spazio a imprevisti creativi. Una nuova abitudine salutare, come la meditazione o una camminata quotidiana, ti aiuterà a mantenere centratura. "L'equilibrio non si trova, si crea" Janice Harris.

**Bilancia**

Ottobre, il tuo mese, mette al centro le relazioni: equilibrio non significa compiacere, ma costruire scambi che ti arricchiscano. Coltiva la bellezza, l'arte e la gentilezza, ma ricorda di mantenere i tuoi confini. Anche solo una cena ben curata potrà ridare leggerezza: la condivisione è una medicina per l'anima. "Non camminare davanti a me, potrei non seguirti. Non camminare dietro di me, potrei non guidarti. Cammina accanto a me e sii mio amico" Albert Camus.

**Scorpio**

Il tuo autunno inizia con la necessità di trasformare: eliminare il superfluo, fare pulizia, rinnovare. Questo vale per oggetti, relazioni, abitudini. Un detox fisico o digitale ti aiuterà a liberare energie stagnanti. Ascolta i tuoi sogni: contengono intuizioni preziose. In questa stagione puoi rinascere più leggero e autentico. "Ogni atto di creazione è innanzitutto un atto di distruzione" Pablo Picasso.

**Sagittario**

Il tuo spirito cerca nuovi orizzonti anche nei mesi freschi per studiare, viaggiare, aprire la mente a prospettive inedite. Non serve andare lontano: un corso, un museo o un'escursione in natura possono dare ossigeno. Coltiva curiosità e gratitudine: sono il carburante della tua energia. "Non smettiamo di esplorare, ed alla fine di tutta la nostra esplorazione arriveremo dove siamo partiti e conosceremo il posto per la prima volta" T. S. Eliot.

**Capricorno**

La tua forza sta nella disciplina, ma questo mese ricorda che non tutto dipende dallo sforzo. Impara a fidarti dei tempi della vita. Un progetto importante cresce meglio se accompagnato da pause rigeneranti. Cura la postura, la schiena, i muscoli: il corpo è la tua armatura, ma anche la tua guida. "Ciò che non siamo in grado di cambiare, dobbiamo almeno accettarlo serenamente" Viktor Frankl.

**Acquario**

Voglia di rinnovare reti e progetti? Le idee sono molte, scegli quelle che uniscono creatività e utilità collettiva. Circondati di persone stimolanti e crea spazi di confronto, dove anche una semplice chiacchierata può farti sentire subito meglio. Coltiva pratiche che connettano corpo e mente, come yoga o danza. "Le grandi menti discutono di idee; le menti ordinarie discutono di eventi; le piccole menti discutono di persone" Eleanor Roosevelt.

**Pesci**

Ottobre ti chiede radici: meno sogni ad occhi aperti e più concretezza. Il benessere passa dal dare forma a ciò che senti, e così metti in atto i tuoi progetti senza lasciarli dissolvere, liberandoti da quel lieve pessimismo che ti accompagna sicuramente da troppo tempo. L'acqua è il tuo elemento: concediti bagni caldi, nuoto o anche semplici passeggiate vicino al mare o a un lago. "Il modo migliore per realizzare i tuoi sogni è svegliarti" Paul Valéry.

LE SOLUZIONI
DEI GIOCHI

R	A	M	O	T	L				N
I	R	O		F	R	E	S	C	O
O		S	T	R	A	Z	I	O	
	V	E	R	I	T	I	E	R	O
P	A		O	T	T	O	N	I	
A		I	N	T	O	N	A	C	O
R	A	N	C	O	R	E		A	L
E	T	T	O		I		S	T	A
T	R	E	N	T	A	S	E	I	
E	I	R	E		O	T			

M	I	O			I	G	L	O	O
A	D		D	O	N	I		R	I
R	I	C	E	R	C	A	T	A	
S		A	V	A	L	L	A	T	O
C	A	M	O	M	I	L	L	A	
	L	I	T	A	N	I	E	O	
E		N	O	I	A		G	A	S
T	E	O			T	I	G	R	E
T	S		G	L	O	R	I	A	
O	T	I	T	E		S	O	L	O

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

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

Non c'è niente da fare ogni maestro ha solo un allievo e questo gli diventa infedele perché è destinato anche lui a essere maestro.
Friedrich Nietzsche



Per un mondo più pulito.





 **DEBORAH**
MILANO

24 ORE

make up **EFFETTO FILLER**

MATITA LABBRA
PER LABBRA PIENE E DEFINITE

MATT E CREMOSA
ARRICCHITA CON
VITAMINA E,
ACIDO IALURONICO,



MAXI LIP™



con
**TEMPERINO
COSMETICO
SPUGNINO
INTEGRATI**

**LUNGA TENUTA
WATERPROOF
NO TRANSFER**

Disponibile in 8 colori

*MAXI-LIP™

IS USED UNDER AUTHORIZATION OF SEDERMA