

# .italo

*I sensi del viaggio*



## **CINEMA**

Alessandro Gassmann  
racconta la sua carriera

## **MUSICA**

Mario Biondi in tour:  
«Sarà uno spettacolo»

## **TURISMO**

Parma e Cortina  
città da scoprire

# Venezia

Tutta la magia dei ponti della Serenissima,  
piccoli grandi gioielli architettonici  
che collegano le 121 isole della laguna veneta



# PASSIONE NATURALE

## PALM BECH RESORT & SPA MALDIVE

SCOPRI LE ALTRE DESTINAZIONI

SRI LANKA - OMAN

DUBAI - ABU DHABI



[www.sportingvacanze.it](http://www.sportingvacanze.it)

*#solonellemiglioriagenziediviaggio*



Innovation  
that excites

NISSAN  INTELLIGENT MOBILITY



## NUOVA NISSAN MICRA. COMPLICE PERFETTA.

Tutto diventa più avvincente con il complice giusto. Design innovativo, personalità audace e tecnologie intelligenti: Nuova Nissan Micra è pronta a rompere gli schemi. Insieme tutto è possibile. Scopri di più sul tuo complice perfetto su [nissan.it/micra](http://nissan.it/micra).

VALORI MASSIMI CICLO COMBINATO: CONSUMI 5,1 l/100 km; EMISSIONI CO<sub>2</sub> 115 g/km.




## **LIBRI E TRENI: QUEL LEGAME CHE NON SI INTERROMPE MAI**

C'erano sempre nei vecchi scompartimenti dei treni di una volta, un signore compunto, una ragazza con gli occhiali o una anziana allegra che, per passare il tempo, aprivano un libro e si sprofondavano nella lettura. Oggi i loro eredi si perdono in un tablet o nel computer, ma lettura e treno restano fratelli. Qual è, secondo voi, il miglior romanzo con il treno protagonista? Nello struggente "Treni strettamente sorvegliati" di Hrabal, si affollano partigiani, soldati e un impiegato che trova erotici usi perfino per il timbro dei biglietti. La saga magica di "Harry Potter" nasce sulla piattaforma invisibile

**“Oggi i loro eredi si perdono in un tablet o nel computer, ma lettura e treno restano fratelli”**

dell'"Hogwarts Express", treno a vapore che porta gli scolari della J.K. Rowling a scuola. In "Anna Karenina" di Tolstoj il treno è destino per l'infelice eroina, in "L'uomo che guarda" di Simenon, Kees Popinga è predestinato già dal titolo. Per la Christie ferrovia è giallo da "Orient Express", per il capolavoro di Zola, "La bestia umana" è epopea della nostra vita. Leggeteli tutti, ma in treno!

@riotta 

# TED

LOBSTER AND BURGERS

LOBSTER ROLL

Astice fresco dal Canada  
in un soffice e fragrante  
pane tostato

*a prati*

## L'ASTICE

VIA TERENCEIO 12/14/16

00193 - ROMA / PRATI

+39 06.945.171.68

[www.tedlobsterburger.it](http://www.tedlobsterburger.it)

- OPEN -  
EVERY DAY  
FROM 12 AM  
TO 2 AM



## **CON IL RISO VIENE MEGLIO!**

Esistono diverse varietà di riso in Italia, tutte assicurano ai consumatori un prodotto sempre di alta qualità, coltivato con una ricca tradizione secolare. Con il programma televisivo "Alessandro Borghese 4 Ristoranti" ho dedicato un'intera puntata a questa eccellenza italiana. I produttori controllano i terreni, le acque irrigue e lavorano sui metodi di produzione. Il chicco di riso, quando arriva nel tuo piatto, deve avere sempre una certificazione che ne attesti la tracciabilità con le note sulla coltivazione. Il riso vialone nano è coltivato prevalentemente fra le province di Verona e di Mantova. Ha un chicco di media grandezza ed è più rotondo di uno originario. Amo la sua misura nel rilasciare amido nella cottura e il suo legarsi stretto agli altri ingredienti. Le sue caratteristiche lo rendono perfetto e versatile per ogni tipo di preparazione. Si tratta di una varietà di riso che si mantiene duttile, provalo alla fine di un menu tête-à-tête, in un budino di latte di mandorle, vaniglia e caffè o nel "supplì al telefono" per un pasto mordi e fuggi. L'ho servito come primo piatto durante la cena di un banchetto nuziale con duecentocinquanta ospiti. Con la mia brigata, l'abbiamo mantecato all'onda, al momento, di fronte a tutti, con della salsiccia sotto grasso, sbriciolata a crudo e del finocchietto rinfrescante al palato con il suo sapore di liquirizia, per finire con una pioggia di perle di aceto balsamico. Il riso abbonda sulla bocca degli sposi!

# IL GRANDE MUSEO DEL DUOMO

FIRENZE



L'INVERNO DIVENTA SPECIALE!  
L'arte non conosce stagione

Scopri tutte le offerte su [www.duomo.sale](http://www.duomo.sale)

Un unico biglietto per visitare il nuovo **Museo dell'Opera del Duomo**,  
**il Campanile di Giotto**, **il Battistero di San Giovanni**,  
**Santa Reparata** e le mostre temporanee.





44



34



52



16

**5**  
**OPINIONE** DI GIANNI RIOTTA  
Libri e treni, quel legame  
che non si interrompe mai

**7**  
**OPINIONE** DI ALESSANDRO BORGHESE  
Con il riso viene meglio!

**14**  
**EDITORIALE** DI PAOLO POSTERARO  
Il nostro viaggio sempre  
più appassionante

**16**  
**COVER STORY** DI SILVIA PINO  
Venezia

**23**  
**DAL MONDO**  
News  
Appuntamenti

**32**  
**VIAGGIO NEI 5 SENSI**



48

## SOMMARIO

### VISTA

34

#### IL PERSONAGGIO

DI STEFANO COCCI

Gassmann di nome e di fatto

38

#### PARMA

DI CRISTINA GRINER

L'arte del gusto

44

#### CORTINA D'AMPEZZO

DI CRISTINA GRINER

Regina delle nevi

48

#### DESIGN

DI LEONARDO IANNACCI

Discovery: stile unico

52

#### HOTEL

DI SILVIA DORIA

56

#### OROLOGI

DI SILVIA PINO

58

#### LIBRI

DI DARIO MORCIANO

59

#### CINEMA

DI STEFANO COCCI

### UDITO

60

#### CONCERTI

DI DARIO MORCIANO

Sarà la musica che gira intorno:

il 2017 suona live!

66

#### L'INTERVISTA

DI DARIO MORCIANO

Biondi dieci e... lode

70

#### MUSICA

DI DARIO MORCIANO

72

#### HI-TECH

DI FRANCESCA COLELLO

74

#### MOTORI

DI LUIGI MASSARI

75

#### JOHN PETER SLOAN

Impara l'inglese divertendoti

### GUSTO

76

#### ECCELLENZE DEL TERRITORIO

Gemme preziose in cucina

80

#### LA RICETTA DEL MESE

82

#### RISTORANTE

DI FRANCESCA COLELLO

Trattoria Trombetta

84

#### LOCALI

DI FRANCESCA COLELLO

72



60





L'ESCLUSIVO **OUTLET**  
**DEL LUSO** NEL CUORE  
DELLA TOSCANA

I marchi più esclusivi  
della moda ai prezzi  
più convenienti di sempre

THE UNIQUE  
**LUXURY OUTLET** IN  
THE HEART OF TUSCANY

*The most exclusive  
Fashion Brands  
at the best bargain prices*



THE | MALL  
FIRENZE

Via Europa, 8 - 50066 Leccio Reggello (Firenze) - Italia  
Info T +39 055 8657775  
**www.themall.it**

Il Servizio Navetta e Autobus Diretto sono prenotabili online  
<https://themall.busitaliashop.it/>  
oppure potete rivolgervi alla Portineria/Conciierge dell'albergo.  
For Shuttle Bus and Direct Bus services book online  
<https://themall.busitaliashop.it/> or ask to the Conciierge of your Hotel.

## SOMMARIO



76

### TATTO

86

**MODA UOMO** DI VALERIA ONETO  
Stampe d'effetto

88

**NEWS MODA UOMO**  
DI MONICA CODEGONI BESSI

90

**MODA DONNA**  
DI VALERIA ONETO  
Di bianco vestita

92

**NEWS MODA DONNA**  
DI MONICA CODEGONI BESSI

94

**MODA BIMBA**  
DI MONICA CODEGONI BESSI



82

96



### OLFATTO

96

**BENESSERE** DI MARZIA CICCOLA  
Il segreto di una pelle perfetta

100

**L'INTERVISTA** DI MARZIA CICCOLA  
Allenamenti open air

104

**BEAUTY DONNA-UOMO**  
DI MARZIA CICCOLA



92

.italo

#### REDAZIONE ITALO

Enrica Garofalo  
enrica.garofalo@ntvspa.it

#### EDITING E IMPAGINAZIONE

**Edipress Srl - Adversign Srl**  
[www.edi-press.com](http://www.edi-press.com)

Marta Centra, Francesca Colello,  
Stefano Cocci, Silvia Doria,  
Stefania Esuperanzi,  
Dario Morciano, Paola Papeschi,  
Silvia Pino, Paolo Posteraro,  
Giulia Rinaldi, Cosimo Santoro

#### OPINIONI DI

Alessandro Borghese, Gianni Riotta

#### HANNO COLLABORATO

Marzia Ciccola (Beauty), Monica Codegoni Bessi  
(Moda), Cristina Griner (Turismo),  
Leonardo Iannacci (Design),  
Luigi Massari (Motori), Valeria Oneto (Stylist)

#### PROGETTO GRAFICO

Likecube.it

#### FOTOGRAFIE

Getty Images, iStockPhoto

#### CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ

**Sport Network Srl**  
Via Messina 38, 20154 Milano  
Tel. 02/34962420

#### PREPRESS E STAMPA Poligrafici il Borgo S.r.l.

Via del Litografo, 6 40138 Bologna  
Tel. +39 051 6034001  
Fax +39 051 603401

Allegato al numero di AM Automese  
Marzo 2017

Direttore Responsabile:  
Andrea Brambilla

Direzione, redazione, amministrazione:  
Via del Lavoro, 7 - 40068 S. Lazzaro di Savena (BO),  
Tel. 051.6227111 - fax 051.6227242  
AM AUTOMESE, pubblicazione mensile reg. presso  
il Tribunale di Bologna il 17-6-1996, n. 6580

Conti Editore S.r.l. - Via del Lavoro n.7  
40068 San Lazzaro di Savena (BO)  
Tel. 051/6227101 - Fax 051/6227309.  
Responsabile del trattamento dati (D.Lgs 196/2003): Andrea Brambilla

# GIOIELLERIA GRANDE



Passione, competenza, dinamismo e affidabilità sono il patrimonio genetico della Gioielleria Grande, un'azienda che dagli anni '40 è impegnata nel mantenere la propria tradizione di eccellenza nell'offerta dei migliori prodotti di gioielleria ed orologeria.

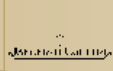
Partner di marchi prestigiosi quali Rolex, Cartier, Jaeger-LeCoultre, Damiani, Omega, Breitling, Longines, Montblanc, Gucci, la Gioielleria Grande segue con interesse anche le produzioni innovative dei maestri orafi

dal talento straordinario ed è da sempre attenta alle produzioni con gli standard qualitativi più elevati, al fine di soddisfare il desiderio del cliente di acquistare oggetti di grande pregio, raffinata eleganza ed indiscusso valore.

Le felici intuizioni, le scelte coraggiose ed il desiderio di migliorare, fanno della Gioielleria Grande un'azienda che continua ad investire nel futuro e che dal futuro si lascia ispirare, mantenendo vive le tradizioni ed i valori del passato.



Cartier



OMEGA

BREITLING

DAMIANI

MONTBLANC

LONGINES

GUCCI



## ROMA

Viale Parioli, 104  
Tel. 06 69302429 - 06 01901035  
roma@gioielleriagrande.it

## FROSINONE

Piazzale De Matthaeis, 4  
(angolo Via Aldo Moro) Tel. 0775 852770  
info@gioielleriagrande.it

## FROSINONE

Via Aldo Moro, 153  
Tel. 0775 211892  
info@gioielleriagrande.it

[www.gioielleriagrande.it](http://www.gioielleriagrande.it)



---

## **IL NOSTRO VIAGGIO SEMPRE PIÙ APPASSIONANTE**

---

Come promesso, mese dopo mese, "Italo" vi accompagna nei vostri viaggi, facendovi conoscere la nostra meravigliosa Italia e aggiornandovi sulle ultime novità: dal cinema alla musica, dall'editoria alla ristorazione, dalla moda al design, dall'hi-tech al wellness, ce n'è davvero per tutti i gusti.

Marzo l'abbiamo dedicato a Venezia, raccontandovi la storia delle centinaia di ponti che attraversano la laguna, congiungendo rive e calli famose in tutto il mondo.

E dalla Serenissima, passando per la splendida Parma, una delle tante città-gioiello dell'Italia

«Questo numero è dedicato ad alcuni gioielli della nostra Italia:  
Venezia, Cortina, Parma. E con loro grandi personaggi»

dei Comuni e delle Signorie, antica capitale di Maria Luisa d'Austria che fu la seconda moglie di Napoleone, ci spostiamo a Cortina. È ancora tempo di settimane bianche e la perla delle Dolomiti, luogo di ritrovo del jet-set internazionale e teatro dei più famosi cinepanettoni, ve la facciamo vivere portandovi nei grandi alberghi che ne hanno scritto la storia.

Ma non ci sono solo i viaggi. I cinque sensi di "Italo" vi faranno entrare in sintonia con grandi personaggi come Alessandro Gassmann, Mario Biondi e Fabio Inka.

Insomma, buon viaggio e buona lettura!



# ROMA TERMINI MILANO CENTRALE

Un treno ogni 30 minuti\*



## VIAGGIA CON NOI DA ROMA A MILANO

• 40 collegamenti al giorno tra Roma Termini e Milano Centrale • Un treno ogni 30 minuti nelle ore di punta • 15 corse No Stop • Un treno con arrivo a Roma Termini prima delle 9:00

**.italo**   
vai su [italotreno.it](http://italotreno.it)

\*Media calcolata nelle fasce orarie di punta (tra le 7:00 e le 10:00 e tra le 16.00 e le 19:00).

COVER STORY VENEZIA

# Tesori sospesi sulla laguna

Passeggiata tra i ponti di Venezia che ricamano il tessuto urbano della Serenissima in una continua sorpresa. Se ne contano oltre 400 e sono testimoni della storia di uno dei posti più belli al mondo

DI SILVIA PINO





Ponte San Biasio delle  
Catene, su Rio de l'Arsenal,  
con il Campanile di San  
Marco sullo sfondo.





U

na volta Venezia non aveva bisogno di ponti: si camminava poco, si remava molto. La vita cittadina si svolgeva prevalentemente sull'acqua e le imbarcazioni attraccavano agli ingressi principali dei palazzi che affacciavano direttamente sui canali, mentre le porte secondarie davano sulle calli, sul "retro", là dove oggi si passeggia. Ecco perché per i gondolieri la vera faccia di Venezia si vede solo dall'acqua. Per chi arriva in laguna il giro in gondola è d'obbligo, ma i ponti sono i veri testimoni della storia e con i loro nomi, indissolubilmente legati ai trascorsi delle calli che uniscono, rivelano uno dei profili più affascinanti di Venezia. La passeggiata su e giù per i ponti – se ne

contano circa 435 tra pubblici e privati – svela la fisionomia di una città che molti secoli fa ha dovuto adattarsi per essere vissuta anche a piedi. Le prime passerelle provvisorie cominciarono a essere costruite molto tempo dopo la fondazione, attorno al XII secolo, con l'incremento del traffico commerciale, quando Venezia aveva già un tessuto urbano sviluppato. Il primo fu il ponte di Rialto, centro nevralgico del commercio di ieri e di oggi, all'inizio niente più di una precaria passerella di legno posta su imbarcazioni affiancate, da percorrere pagando un pedaggio. Oggi il ponte di Rialto è il più celebre dei quattro ponti che attraversano il Canal Grande, imponente e caratteristi-



Navigando in gondola si conosce la vera Venezia, la cui vita, in passato, scorreva quasi esclusivamente sulla laguna.

Sopra, il ponte della Costituzione, progettato da Santiago Calatrava e inaugurato nel 2008.

In alto a destra, l'antico ponte del Chiodo, tra i pochi senza balaustre e, in basso, uno dei nove "ponte Storto" di Venezia, nel sestiere Cannaregio.

co con le sue botteghe che affacciano sulla passerella centrale. Insomma, prima sono venuti i palazzi, le chiese e le calli e poi i ponti, che si sono dovuti adattare a una città dal volto già ben definito. Lo dicono anche i nomi – ponte Storto –, oppure basta osservarne la struttura per notare come molti siano stati costruiti anche in obliquo pur di unire due rive non predisposte né destinate a essere collegate. Una scoperta sorprendente che rivela un tessuto eterogeneo di calli, campielli e rivette cuciti gli uni agli altri con un'eleganza casuale e irripetibile. Appena fuori dalla stazione e prima di immergersi nell'atmosfera veneziana, diamo un'occhiata al nuovo: il ponte del-



DIDIER DESCOUENS

Si contano  
435 ponti in pietra,  
ferro o legno  
che collegano le oltre  
100 isole della città



DIDIER DESCOUENS

la Costituzione, conosciuto come ponte di Calatrava, dal nome del famoso architetto spagnolo. È il più recente della città, inaugurato nel 2008. Pavimenti e corrimano in vetro su struttura in acciaio per il più controverso dei ponti di Venezia, che merita una visita soprattutto di sera, quando l'illuminazione ne esalta tutta la bellezza. Percorrendo verso sud il Canal Grande, si incontra il ponte degli Scalzi che, sinuoso ed elegante, dà il benvenuto nell'anima autentica della città. La chiesa degli Scalzi – attualmente in restauro – padroneggia, ma l'occhio viene inevitabilmente catturato dalle facciate dei palazzi sul "Canalazzo" che pullula di imbarcazioni.



Sopra, il ponte del Paradiso e quello dei Preti, nel sestiere Castello. L'adiacente calle del Paradiso custodisce gli archi più antichi della città.

Nella pagina accanto, in basso a sinistra, il ponte delle Tette. A destra, il ponte che prende il nome dal vicino Arsenale, cuore dell'industria navale veneziana dal XII secolo.

Dopo la sosta all'antico mercato di Rialto, adiacente all'omonimo ponte, è d'obbligo una visita al sestiere San Polo, il più piccolo di Venezia. In questo labirinto di calli, famoso per l'antica compresenza di "casa e bottega", nacquero i primi banchi pubblici. A questo punto si può attraversare il ponte per la canonica visita a San Marco percorrendo le strette vie delle Mercerie, antico luogo di scambio di stoffe e merletti. Il più meridionale dei ponti del Canal Grande è quello dell'Accademia, che collega i sestieri di Dorsoduro e San Marco. La struttura in legno, costruita in soli 37 giorni nel 1933 e nata per essere provvisoria, è oggi in ristrutturazione ed entro la fine dell'anno sarà svelata nella sua veste rinnovata e priva di barriere architettoni-

che. Eppure, la funzione dei ponti non si ferma al semplice congiungimento di due parti della città. Hanno scandito la storia e rivelano i segreti di Venezia. Per citare un esempio tra i più popolari, il ponte dei Sospiri, che collega il Palazzo Ducale alle Prigioni Nuove: una struttura chiusa, formata da due corridoi separati da una parete centrale, percorribile durante la visita al Palazzo Ducale. Qui centinaia di detenuti, attraversandolo, hanno guardato al di là delle piccole finestre rassegnati, affogando in un sospiro il dolore della libertà appena perduta. E poi c'è il ponte delle Tette, nel cui nome rivive il mestiere delle meretrici relegate dalla Serenissima in Ca' Rampane. Richiamo dantesco, invece, per il Ponte del Paradiso. Siamo

nel sestiere di Castello dove i vicini ponti dell'Inferno e del Purgatorio – entrambi privati – furono così chiamati in occasione della visita del Grande Poeta, che dedicò al vicino Arsenale alcuni versi del XXI canto dell'Inferno. Nella calle adiacente si possono ammirare gli archi del Paradiso, tra gli esempi di arte gotica più preziosi di Venezia. La rivalità storica tra le fazioni est e ovest della città si rivela, invece, attraverso i nomi di alcuni ponti, come quello della Guerra o quello dei Pugni, teatri di tremende scazzottate e vero e proprio ring sospeso: qui ancora oggi si vedono le impronte dei piedi in pietra bianca, punto di partenza prima di lanciarsi nella lotta. Sotto al ponte dei Pugni, poi, si può ammirare la grande varietà di ortaggi disposti sul barcone di frutta e verdura ormeggiato, una delle poche *tòpe* tradizionali rimaste in città, che rende lo scorcio ancora più pittoresco.

La passeggiata, a questo punto, si è rivelata un esercizio fisico non indifferente. Si continua a salire e scendere non solo sui ponti ma anche nelle calli e ci si rende conto che Venezia non è mai piatta. È giunto il momento di scegliere tra i tanti tour in laguna, ideali per ammirare il volto ufficiale della città, rilassandosi su una gondola con la macchina fotografica sempre pronta.



**.italo** 

**I COLLEGAMENTI**

**Venezia con Italo è sempre più vicina!**  
 4 le partenze giornaliere dalla città di Roma.  
 Il capoluogo Veneto è raggiungibile facilmente  
 anche da Firenze e da Bologna con 4 partenze  
 giornaliere ciascuna e dalla Campania,  
 con 3 partenze quotidiane da Napoli.

# TENDINI E LEGAMENTI NON SONO PIÙ TUOI AVVERSARI.



**FISH FACTOR®**  
NATURALMENTE EFFICACE

Fish Factor Tendini e Legamenti aiuta a supportare le strutture articolari e tendinee sottoposte a continue sollecitazioni durante lo sport.

- I suoi componenti specifici agiscono in modo naturale.
- RAME: contribuisce al mantenimento dei tessuti connettivi normali
  - VITAMINA C: contribuisce alla formazione del collagene
  - BOSWELLIA SERRATA: contribuisce alla normale funzionalità articolare
  - OMEGA-3 E GLUCOSAMINA



# Dal mondo



## Leila Bologna: parola d'ordine condivisione

*Debutta anche nel nostro Paese una biblioteca rivoluzionaria, dove si prestano gli oggetti e non i libri*

Sbarca anche in Italia un'idea progettuale sviluppata a Berlino e in Austria nel 2011. Nel capoluogo emiliano, grazie all'intraprendenza di cinque giovani professionisti, la biblioteca della condivisione ha aperto le sue porte a chi avesse bisogno di prendere in prestito oggetti o utensili, in modo da non doverli acquistare. Ma Leila Bologna è anche molto altro: un luogo in cui si promuovono le relazioni sociali, si condivide il rispetto per l'ambiente e si punta a ridurre gli sprechi e a risparmiare. "Pensare globale per agire locale" è il loro slogan. La mission del progetto è rimettere la persona al centro e ridare il giusto valore agli oggetti.

ARTE

## C'era una volta...

«Quando ero bambino volevo essere architetto e adesso che sono architetto mi piacerebbe a volte tornare bambino». Ecco come (e perché) Federico Babina ha dato vita ad *Architale*, meraviglioso progetto in cui immagina una serie di edifici ispirati alle fiabe più amate. Utilizzando le forme dell'architettura trasforma gli edifici in "oggetti narrativi" dando vita a 17 mondi illustrati che danzano tra realtà e fantasia.



DESIGN

## A Londra in una casa "al contrario"

Grazie a una partnership tra Airbnb e il Pantone Color Institute (un'autorità quanto a consulenza "cromatica" per i brand mondiali), da oggi è possibile dormire in una casa "al contrario", dove il Greenery, colore

del 2017, domina su tutto. La "Outside-In House" si trova a Clerkenwell, Londra e ha una foresta come reception, una serra per salotto e una cucina con orto botanico. Il tutto rigorosamente all'interno dell'edificio.

**SONO 16 GLI ITALIANI UNDER 30 CHE CAMBIERANNO IL MONDO. CHE TRA LORO CI SIA IL NUOVO ZUCKERBERG?**

– Forbes –



TURISMO

## Il Veneto a portata di clic

È nata Veneto Secrets, la prima guida di turismo esperienziale premium e lusso che permette ai moderni viaggiatori di andare a caccia delle migliori esperienze enogastronomiche e storico-estetiche della regione. Ogni ristorante o atelier, chicche distribuite nelle sezioni Rustico, Design, Lusso e Insolito, è stato accuratamente selezionato in base alla qualità e al livello di esperienza offerta. [www.venetosecrets.com](http://www.venetosecrets.com)

ITALIA DIGITALE

## I borghi 2.0

Si chiama civic crowdfunding la nuova frontiera della raccolta fondi, per la prima volta adottata dalle comunità per la valorizzazione del territorio. I primi progetti lanciati da Assiteca Crowd, in partnership con l'associazione i Borghi più belli d'Italia, coinvolgono Furore (SA), Laigueglia (SV) e San Benedetto Po (MN). Si può contribuire cliccando su [assitecacrowdonor.com](http://assitecacrowdonor.com)





**ECCELLENZE**

## Nasce FICO Eataly World

80.000 mq di parco tematico con 7.000 mq di colture, 4.000 di stalle e 9.000 di botteghe e mercati, a cui si aggiungono 7.300 mq di ristoranti, 4.000 di centro congressi e un'area di 44.000 mq di pannelli fotovoltaici. Sono solo numeri?

Ebbene no. Si tratta di una rivoluzione per Bologna: il FICO Eataly World. Nascerà entro quest'anno per raccogliere l'eccellenza italiana a tutto tondo, dal campo alla forchetta. [eatalyworld.it](http://eatalyworld.it)



**ARTE**

## Con Tooteko le opere parlano



Tutta italiana la start up che ha ideato il modo di rendere fruibili le bellezze artistiche anche per i non vedenti. Tooteko è un anello hi-tech che permette di esplorare con il tatto riproduzioni tridimensionali delle opere - a volte anche quelle originali - e di ricevere informazioni audio pertinenti sul dettaglio toccato.

**ASSOCIAZIONI**

## Giornate per conoscersi



L'associazione romana Datemiunazampa, con sede al rifugio Montelibretti a nord di Roma, organizza delle giornate speciali in cui, immersi nella natura, è possibile incontrare gli amici a quattro zampe ospiti del canile. E chissà che non nasca qualche amore... [www.datemiunazampa.it](http://www.datemiunazampa.it)



*I fatti sono la cosa più testarda del mondo*

- Michail Bulgakov -

**APP**

## Il videogame del MANN

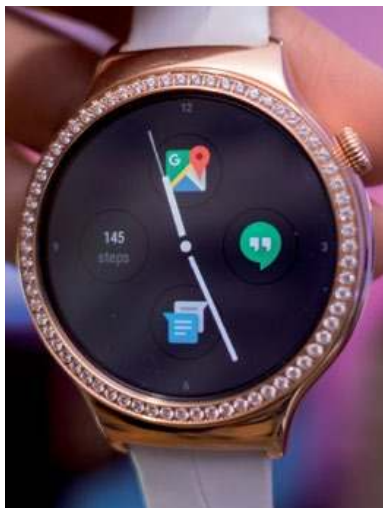


È in arrivo il primo videogame del mondo prodotto e distribuito da un museo. Father and son, con 20 minuti di musiche originali, 10 personaggi e 3 km di strade di Napoli disegnate a mano, è un'idea del Museo Archeologico Nazionale di Napoli, un'esperienza rivoluzionaria tra passato e presente.

SMARTWATCH GOOGLE

## Ancora più "smart"

Finalmente gli smartwatch con sistema operativo Google stanno per diventare un po' più smart: il gigante del web ha annunciato l'aggiornamento del sistema operativo Android Wear a partire da febbraio, mese in cui ha avuto inizio il rilascio graduale anche sui dispositivi già esistenti. Android Wear 2.0 assicura migliorie in grado di trasformare gli smartwatch già in commercio e rendere più intelligenti quelli di nuova generazione.



POWERRAY

## Il drone pescatore

Pescare è la vostra passione? Allora vi innamorerete di PowerRay, il drone multiuso per la pesca sportiva, capace di monitorare il movimento dei pesci fino a 70 metri di profondità, con un margine di errore di circa 10 centimetri. Particolarmente versatile, consente un'esperienza di realtà virtuale

nell'esplorazione dei fondali marini grazie all'app PowerRay Mobile (per iOS e Android), con cui visualizzare foto e video in 4K registrati dalla fotocamera dotata di obiettivo grandangolare da 100 gradi e modalità scatto fotografico in sequenza rapida da 12 megapixel.

IL NAVIGATORE TRASPARENTE

## Stop distrazioni

Si chiama Hypersuit il navigatore ideato da una startup francese che simula perfettamente il volo. Si indossa un visore e, mentre il corpo si adagia su una struttura metallica, le mani impugnano due manopole. L'illusione creata dal visore e dalla struttura è quella di tuffarsi nel vuoto e sfrecciare nell'aria.





**iCAVOUR**  
VICINO A TERMINI, VICINO A TE.



## Convegni a Roma

### 40 sale vicino a Termini



iCavour è un sistema integrato composto da tre centri congressuali situati nel cuore della Capitale a due passi dalla stazione Termini. Quaranta sale tecnologicamente avanzate consentono di rispondere alle esigenze più diverse, grazie alla particolare suddivisione degli spazi ed alle ampie superfici espositive. Cavour, Carte Geografiche e Villa Palestro vi aspettano per una riunione riservata, un meeting, una convention, con la proverbiale qualità nei servizi di ristorazione, dai coffee break ai buffet alle colazioni di lavoro. Progettati su misura per ciascun evento.

  
**CAVOUR**  
CENTRO CONGRESSI

  
**CARTE GEOGRAFICHE**  
CENTRO CONVEGNI

  
**VILLA PALESTRO**  
CENTRO CONVEGNI

Via Cavour, 50/a - 00184 Roma  
Centro prenotazioni e informazioni: Tel. 06.4871777 Fax 06.4871077  
[www.icavour.it](http://www.icavour.it) - [info@icavour.it](mailto:info@icavour.it)

DYNAMO CAMP

## LA MIGLIOR MEDICINA

Svago e divertimento si confermano la cura più efficace per bambini affetti da patologie e le loro famiglie



Un bambino che lo ha conosciuto lo racconta così: “Neppure con i sogni più belli si possono immaginare l’esperienza, le emozioni e tutto ciò che accade qua”. Dynamo Camp è appositamente strutturato per accogliere bambini e ragazzi affetti da gravi patologie e far vivere loro un periodo speciale offrendo programmi di Terapia Ricreativa volti allo svago e a far riacquisire fiducia in se stessi e nelle proprie capacità. I piccoli, provenienti da tutte le regioni d’Italia, sono accolti in modo gratuito. Al Camp sperimentano attività che non pensavano di poter fare: arrampicata, tiro con l’arco, andare a cavallo, piscina, creare programmi radio, fare teatro, realizzare cortometraggi e opere d’arte. Tutto questo in un ambiente meraviglioso, un’oasi affiliata WWF, sotto la supervisione di uno staff specializzato.

Sempre qui da cinque anni si tiene il Dynamo Team Challenge, evento di sport e raccolta fondi in programma il 27 e 28 maggio. Sarà una due giorni emozionante con diverse sfide: la Bike Challenge, con percorsi di gran fondo e cicloturismo; l’Adventure Challenge; la Tennis Challenge; la nuova Dynamo Trail Challenge, in due varianti, con percorsi adatti a tutti. C’è inoltre una quinta sfida: chi non potrà essere in loco potrà iscriversi come partecipante virtuale. [dynamoteamchallenge.org](http://dynamoteamchallenge.org)

**“È BELLO STARE QUI, IL POSTO È MAGNIFICO, ANZI AFFASCINANTE, UN CONTINUO SALI E SCENDI NEL VERDE. CON LO SGUARDO PUOI ABBRACCIARE UN PANORAMA CHE TI LASCIA SENZA FIATO. IL VERO VALORE È DATO DAI SORRISI DI CHI TI ACCOGLIE E DA CHI LI AVRÀ QUANDO SARÀ QUI”.**

– Giovanni Bruno, direttore di SKY SPORT HD,  
media partner di Dynamo Team Challenge –

L’ASSOCIAZIONE

### Cos’è Dynamo Camp

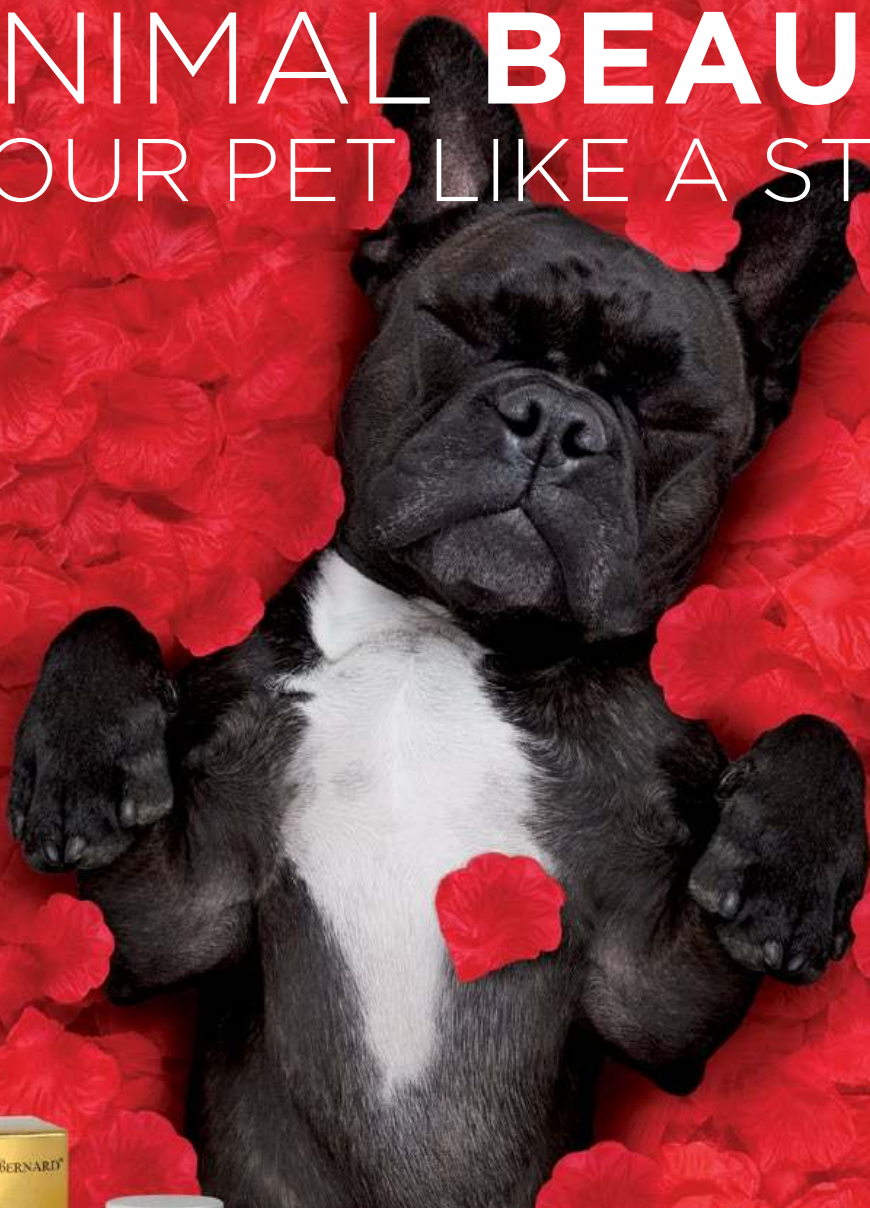


L’Associazione Dynamo Camp Onlus offre gratuitamente programmi di Terapia Ricreativa a bambini e ragazzi dai 6 ai 17 anni, affetti da patologie gravi e croniche, alle loro famiglie. Le attività si svolgono a Limestre (Pistoia), accogliendo bambini da tutte le regioni d’Italia, e in Outreach nelle maggiori città italiane in ospedali, case famiglia, associazioni di pazienti e a bordo del truck DynamoOffCamp. Dynamo Camp, in 10 anni, ha accolto 5.745 bambini in programmi a loro esclusivamente dedicati e 5.432 bambini, ragazzi e genitori nei programmi rivolti anche alle famiglie; 12.878 bambini sono stati coinvolti in attività di Outreach nelle principali città italiane. L’Associazione ha coinvolto e formato 4.593 volontari da tutta Italia e ha oggi 56 dipendenti e 76 persone di staff stagionale. Il network comprende oltre 140 ospedali e associazioni in tutta Italia.



Iv SAN BERNARD®

ANIMAL **BEAUTY**  
YOUR PET LIKE A STAR



I NOSTRI PRODOTTI SONO UNA VERA  
E PROPRIA CURA DI BELLEZZA,  
FARANNO SENTIRE IL TUO CANE E GATTO  
COME UNA VERA STAR

SCOPRI IL NOSTRO PROFUMO  
E MOLTO ALTRO SU:

[ivsanbernard-shoppingonline.it](http://ivsanbernard-shoppingonline.it)

SEGUICI SU:



[facebook.com/lvSanBernardHQ](https://facebook.com/lvSanBernardHQ)

**Bari**  
**9 MARZO**

## La scienza a teatro

Luca Mercalli chiude al Teatro Forma la tournée di "Non ci sono più le quattro stagioni", un viaggio in musica nella storia del clima che unisce arte, scienza e comicità. Dalla Piccola Età Glaciale al riscaldamento globale, il climatologo affronta il tema dei cambiamenti climatici, insieme alla Banda Orisis, in maniera originale e irriverente.



**Firenze**  
**FINO AL 2 APRILE**

## Klimt Experience

La chiesa sconsacrata di Santo Stefano al Ponte, nel centro di Firenze, ora auditorium multifunzionale, ospiterà "Klimt Experience", un inedito evento espositivo in cui protagonista assoluto sarà il pittore austriaco e la sua arte in una nuova rappresentazione multimediale immersiva.



**Milano**  
**FINO AL 18 GIUGNO**

## Il genio di Keith Haring

Palazzo Reale ospita la mostra "Keith Haring. About Art" che celebra il geniale artista statunitense. 110 opere, alcune monumentali, altre inedite o mai esposte in Italia, provenienti da collezioni pubbliche e private. Il progetto dell'artista attivista-globale era di ricomporre i linguaggi dell'arte in un unico personale, quell'immaginario

simbolico, al tempo stesso universale, in cui l'arte testimonia una verità interiore che pone al suo centro l'uomo e la sua condizione sociale e individuale. All'interno del percorso, i lavori di Haring dialogano con le sue fonti di ispirazione, dall'archeologia classica fino ai maestri del Novecento come Pollock, Dubuffet, Klee.



**Torino**  
**16 E 17 MARZO**

## Ed Sheeran da record

Tutti pazzi per il 25enne inglese che continua a inanellare successi e che per l'avvio del nuovo tour mondiale ha scelto il Pala Alpitour di Torino, doppiando la prima data subito sold out. Oltre ai record discografici - maggior numero

di streaming in un giorno e in una settimana su Apple Music - Ed Sheeran è il primo solista a essersi esibito, nel luglio 2015, senza una band al Wembley Stadium, davanti a più di 240.000 persone in tre serate consecutive.

**I BAMBINI SANNO QUALCOSA  
CHE LA MAGGIOR PARTE DELLA GENTE HA DIMENTICATO**

— KEITH HARING —

**Roma**  
**8 MARZO**

## Venditti live

Tutto pronto al PalaLottomatica per l'evento straordinario che Antonello Venditti, con "Viva le donne", dedicherà a quel mondo femminile che tanto spazio continua ad avere nelle sue canzoni, fino all'ultimo successo "Cosa avevi in mente".

**Bologna**  
**17 - 20 MARZO**

## Cosmoprof

È l'osservatorio per eccellenza delle tendenze beauty. Da non perdere l'Extraordinary Gallery, che ospita i marchi più innovativi della profumeria internazionale, i workshop, gli eventi dedicati a hairstylist e barbieri e tanti altri appuntamenti.

# COLAVITA®

L' EXTRA VERGINE DI OLIVA ITALIANO

*un Italiano Vero*







# Viaggiare nei 5 sensi

Anche un viaggio di mille miglia inizia con un passo.

— LAO TZU —

## Vista

### Finestra sul mondo

C'è una grande differenza tra vedere e osservare. Sul treno basta un'occhiata al di là del finestrino per capire che tutto, attorno a noi, cambia. Basta aprire lo sguardo per scoprire la diversità: nuovi colori, forme mai viste arricchiscono la percezione della realtà.

## Udito

### Il piacere di ascoltare

Rilassatevi sulla vostra poltrona: isolando i sensi riuscirete a godere a pieno di ciascuno di essi. Ogni giorno i suoni sono disturbati dai rumori, ma è proprio nel viaggio che si ha più tempo per ascoltare.

## Gusto

### Il sapore del nuovo

La cultura è da sempre legata al gusto. I sapori di ogni cucina esprimono l'essenza stessa di una città o di un popolo. Assaporare il nuovo aiuta a comprenderlo. E ad apprezzarlo. Qui il gusto si sfoglia e si ricerca tra i maestri e le tradizioni italiane.

## Tatto

### Piacere prenatale

Il primo senso che l'essere umano sviluppa, ancor prima di nascere. Sono le terminazioni nervose che ci regalano da sempre la prima percezione del mondo. E attraverso il contatto l'energia fluisce.

## Olfatto

### L'odore del ricordo

La memoria olfattiva imprime nella mente odori che non potranno mai essere modificati, influisce sulle emozioni e sui ricordi, ci lega a persone, oggetti, luoghi di cui non si potrà mai perdere traccia.

# Gassmann di nome e di fatto

Al cinema con *Beata Ignoranza* insieme a Marco Giallini, Alessandro racconta gli incontri della sua carriera e l'eccessiva carica di aspettative sui social e la Rete

DI STEFANO COCCI

# A

ttore, regista teatrale, figlio d'arte. Alessandro Gassmann ha nel sangue la recitazione, il palcoscenico e un'innata simpatia. È nelle sale cinematografiche di tutta Italia con *Beata Ignoranza*, film scritto e diretto da Massimiliano Bruno, al fianco di Marco Giallini e Carolina Crescentini. Gassmann è Filippo, un insegnante ossessionato dai social

network che si ritrova come collega Ernesto, ex amico da cui si è diviso per colpa di una donna, completamente impermeabile a qualsiasi tipo di tecnologia. Dopo un litigio, i due decidono di scambiarsi i ruoli: uno rinuncia al cellulare, l'altro "entra" nel mondo del web e della chat online. Tra di loro una figlia e rapporti tesi a scuola.



**IDENTIKIT**

**ALESSANDRO GASSMANN**

**NATO A ROMA**

**IL 24/02/1965**

Figlio di Vittorio e dell'attrice francese Juliette Mayniel, Alessandro Gassmann si divide tra cinema, tv e teatro. Ha vinto un David di Donatello come Miglior attore non protagonista per *Caos Calmo* nel 2008, ruolo che gli ha assicurato anche un Nastro d'argento, un Globo d'oro e un Ciak d'oro. Dal 2010 al 2014 è stato direttore del Teatro Stabile del Veneto Carlo Goldoni. In televisione è reduce dal successo de *I bastardi di Pizzofalcone*.



Nelle immagini tratte da *Beata Ignoranza* il confronto tra Ernesto (Giallini) e Filippo (Gassmann).

I due attori sono al terzo film insieme dopo *Tutta colpa di Freud* e *Se Dio vuole*.

**Gassmann, lei è ormai al terzo film di Massimiliano Bruno, il vostro sta diventando un vero e proprio amore artistico?**

«Sì, ormai è conclamato e presto andremo a vivere insieme (ride, ndi)! C'è una grande amicizia e la mia enorme stima artistica per l'uomo e il regista che fa la commedia come piace a me, a volte divertente come penso sia *Beata Ignoranza*, altre commuovente come *Gli ultimi saranno ultimi*: quando scrive e dirige i momenti drammatici riesce a farti ridere, in quelli comici riesce a farti pensare».

**In *Beata Ignoranza* lei interpreta Filippo, diventato insegnante un po' casualmente, con un percorso passato anche dalla politica, ossessio-**

**nato dalla tecnologia, dal chattare, dai social ed eternamente bambino. Chi sono i Filippo italiani?**

«Sono tutti coloro che, secondo me, utilizzano la Rete e i social in manie-

ra eccessiva. Io sono convinto che sia un mondo in cui è rappresentato tutto il meglio e tutto il peggio della nostra società, sono dei mezzi potentissimi ma anche pericolosissimi. Penso che vada introdotta al più

presto nelle scuole l'educazione all'uso dei social perché è un universo in cui si ha l'accesso alle cose più orribili, cosa che la mia generazione non ha vissuto ed è anche il motivo per cui i genitori devono essere molto più attenti che nel passato a porre dei limiti ai minori in Rete. Tornando al mio personaggio, Filippo è un paraculo, come si dice a

---

«Con Giallini abbiamo scoperto di essere uno l'opposto dell'altro»

---



corte, è uno che ha preso delle scorciatoie, che ha voluto divertirsi e che da cinquantenne ha trovato nella Rete un modo per ricominciare, farsi apprezzare dalle persone che lo circondano e avere successo nella vita».

**Anche con Giallini non è il primo incontro sullo schermo.**

«Purtroppo no, ma il mercato è questo che offre (ride nuovamente, ndi). È sempre un grande piacere lavorare con un amico, una persona divertente e a cui voglio molto bene come Marco Giallini. È il terzo film con lui e, lavorando insieme, abbiamo scoperto una complementarietà molto rara, siamo davvero uno l'opposto dell'altro. I nostri ruoli sono io il rompiscatole e lui quello che subisce e si arrabbia, e, se ci rifletti, è il classico esempio della comicità e per noi è molto facile e divertente lavorare insieme».

**Abbiamo parlato di Bruno e Giallini,**

**ma quali sono stati gli incontri più importanti della sua carriera?**

«Sicuramente mio padre; poi quello con Ferzan Ozpetek che con *Il Bagno Turco* mi ha permesso di mettermi in luce; il connubio con Giammarco Tognazzi mi ha formato e mi sono divertito tantissimo; Nanni Moretti in *Caos Calmo* è stata un'altra tappa fondamentale, ma ogni volta che mi sono stati offerti dei personaggi nuovi, per me si è trattata di un'occasione di crescita, al di là della riuscita del film».

**Mi racconta il viaggio in treno più bello che ha fatto?**

«Quelli fatti in vagone letto, quando entravi in stazione, ti mettevisti a dormire e poi ti svegliavi in una nuova città il mattino dopo. Una volta si andava in vagone letto anche a Torino, oggi non più, è un viaggio molto più breve, si va velocissimi. Ti dirò, a volte, invece è bello anche andare più lenti».

**IL FILM**

**BEATA IGNORANZA  
DAL 23 FEBBRAIO  
AL CINEMA**

Ernesto (Marco Giallini) e Filippo (Alessandro Gassmann) hanno due personalità agli antipodi e un unico punto in comune: sono entrambi professori di liceo. Il primo è un tradizionalista che non ha telefonino e computer, il secondo è perennemente collegato al web. Un tempo erano "migliori amici" ma uno scontro profondo e mai risolto li ha tenuti lontani, fino al giorno in cui si ritrovano fatalmente a insegnare nella stessa classe. I loro punti di vista opposti li portano inevitabilmente a una nuova guerra. Saranno obbligati ad affrontare il passato, che ritornerà nelle sembianze di Nina, una ragazza che li sottoporrà a un semplice esperimento che si trasforma in una grande sfida: Filippo dovrà provare a uscire dalla rete ed Ernesto a entrarci dentro. Nel cast del film diretto da Massimiliano Bruno anche Valeria Bilello, Carolina Crescentini e Teresa Romagnoli.



VISTA PARMA

# L'arte del gusto

Nella "piccola capitale", città creativa per la gastronomia. Tutto il bello e il buono di Parma, dove l'eccellenza è di casa

DI CRISTINA GRINER



Sulla piazza del Duomo  
si affacciano, oltre alla Cattedrale,  
il Palazzo Vescovile, il Battistero  
e Palazzo Dalla Rosa Prati.





Q

ual è la ricetta dei veri tortelli di Parma? Alla domanda ingenuamente rivolta a un'amica parmigiana Doc, mi sono sentita rispondere: "Ce l'hai un po' di tempo? Perché la questione è complessa...". Da lì ho capito che il cibo, a Parma, non è cosa che si possa liquidare sbrigativamente. Passione, culto, vocazione e una totale dedizione hanno trasformato la "piccola capitale" di Maria Luigia d'Austria, di cui ricorrono i 2200 anni dalla fondazione, "capitale della food valley", incoronata da Unesco "Città creativa per la gastronomia". Questione di Dna, certo, ma anche di capacità imprenditoriale, con una rete di consorzi e di aziende capaci di valorizzare le eccellenze del territorio con un cir-

cuito di musei del cibo ([www.museidelcibo.it](http://www.museidelcibo.it)), scuole di cucina, eventi gourmet ([www.golagolafestival.it](http://www.golagolafestival.it)) e una biblioteca gastronomica, quella dell'Accademia Barilla ([www.academiabarilla.it](http://www.academiabarilla.it)), che conta oltre 8500 volumi e un'importante raccolta di menù storici. Inevitabile, quindi, che un tour della città includa non solo le pregevoli architetture e le magnifiche opere d'arte, ma sia anche un viaggio nel gusto e nei suoi luoghi.

#### Sacro cuore

Una premessa: il centro storico di Parma si gira benissimo a piedi o in bicicletta. Le bici le mette a disposizione dei suoi ospiti il b&b Al Battistero d'Oro, a pochi passi dal Duo-





In Piazza Garibaldi, pagina accanto, movimentato crocevia cittadino, si trovano il Municipio e il Palazzo del Governatore.

Il Duomo a tre navate, a lato, costruito tra l'XI e il XII secolo, custodisce affreschi e sculture di notevole interesse.

Il Museo del Prosciutto, sulla sinistra in basso, è stato realizzato all'interno dei locali dell'ex Foro Boario di Langhirano.

Il centro storico di Parma, in basso sulla destra, è a misura d'uomo e si gira piacevolmente a piedi o in bicicletta.



#### GLI APPUNTAMENTI

Dal 25 febbraio al 5 marzo ritorna **Mercanteinfiera**, l'appuntamento di antiquariato, modernariato e collezionismo vintage di Fiere di Parma, una grande kermesse della creatività del made in Italy che ogni anno attira oltre 50.000 visitatori. Dal 23 al 25 marzo, poi, sempre a Fiere di Parma, anche le nuove tecnologie saranno protagoniste con **MECSPE 2017**, evento di rilievo per l'industria manifatturiera.

mo. Si affaccia invece direttamente sulla piazza della Cattedrale l'aparthotel Palazzo Dalla Rosa Prati, ottimo punto di partenza per visitare i principali monumenti, accanto al celebre Battistero a pianta ottagonale che porta la firma di Benedetto Antelami.

Così come la Deposizione all'interno della basilica romanica, che vanta una magnifica cupola affrescata dal Correggio. Alle sue spalle, il complesso monastico di San Giovanni Evangelista, di cui fanno parte la Chiesa e il Convento, custodisce opere del Correggio e del Parmigianino. Tutte le mattine, salvo la domenica, si possono visitare anche le tre sale dell'antica Spezieria, colme di vasi, mortai e alambicchi. Per una pausa golosa c'è la vicina Trattoria dello Zingaro, dove ordinare un tagliere di salumi, un piatto di tortelli o un tris di carne equina, specialità della casa. Per un pranzo con vista potrete invece scegliere l'Angiol d'Or, accanto al Duomo, con finestra e dehor affacciati sul Battistero.

## .italobus

### PARMA FIERA

Raggiungi Parma Fiera con Italo Bus! Il 25 Febbraio e il 4 Marzo, in occasione dell'evento Mercanteinfiera Primavera, i pullman ItaloBus fermeranno anche a Parma Fiera. Dal 23 al 25 Marzo inoltre, ItaloBus fermerà a Parma Fiera anche in occasione del MECSPE, la fiera di riferimento per l'industria manifatturiera. Scendendo da un treno Italo presso la stazione di Reggio Emilia AV Mediopadana, tutti coloro che vorranno recarsi ai due eventi potranno usufruire di due corse ItaloBus dirette a Parma Fiera: una alle 8.45 e una alle 11.45. Per tornare alla stazione Mediopadana saranno attivi gli ItaloBus delle 10.05, delle 13.05, delle 16.05 e delle 18.05. Per raggiungere entrambi gli eventi sarà necessario acquistare il biglietto integrato treno più bus con destinazione finale Parma Fiera.





Dai tavoli dell'Angiol d'Or, in alto, in piazza Duomo, superlativa vista sul Battistero e sulla Cattedrale.

Piatti della tradizione rivisitati nel menù del bistro Borgo 20, sopra, uno dei locali più frequentati.

Il Museo del Salame, nel Castello di Felino, sopra sulla destra, fa parte del circuito Musei del cibo.

Nelle vie del centro si incontrano trattorie dal sapore antico, come al Tribunale, pagina accanto, e dei Corrieri.

### La città ducale

Dopo una sosta alla Basilica di Santa Maria della Steccata, affrescata dal Parmigianino, oltrepassata Strada Garibaldi, si può andare alla scoperta della città ducale e del cinquecentesco Palazzo della Pilotta. Vi si accede dal grande Piazzale della Pace, recentemente trasformato dall'architetto ticinese Mario Botta in area verde e diventato un frequentato punto di ritrovo cittadino. In parte ricostruito dopo la Seconda Guerra Mondiale, il Pa-

lazzo ospita la Biblioteca Palatina, il Museo Archeologico, la Galleria Nazionale e il ligneo Teatro Farnese ricostruito

negli anni Cinquanta secondo i disegni originali del XVII secolo. Da qui il ponte Verdi conduce direttamente all'ingresso del Parco Ducale dove tra l'altro il prossimo 20 maggio arriverà la terza tappa della mitica Mille Miglia. Tornando invece verso Strada Garibaldi, non perdetevi la visita al

Teatro Regio (dura circa 30 minuti e si prenota allo 0521203995) fatto costruire da Maria Luigia.

---

Le specialità  
si gustano nelle  
botteghe e nelle  
tante trattorie  
della città

---

## Gusti eccellenti

Dopo le eccellenze storico-artistiche, è ora di dedicarsi a quelle gastronomiche. E in città non mancano certo le botteghe dove fare incetta di prelibatezze. A cominciare dalla Salumeria Garibaldi, al 42 dell'omonima strada, famosa per la selezione di classici del territorio: dal Parmigiano Reggiano, proposto in tutte le stagionature, al prosciutto di Parma, dal culatello di Zibello al salame di Felino. Per i vini, da comprare ma anche da degustare insieme a qualche ottima tartina, c'è l'Enoteca Tabarro, all'inizio di Strada Farini, che propone nettari selezionati con competenza e con amore dall'oste Diego Sorba. Per i tortelli e gli anolini, "fatti in casa" come da tradizione, l'indirizzo giusto è il Panificio Rosetta, altra storica bottega del centro. Per la cena, l'opzione è tra il centrale Borgo 20, bistrot contemporaneo molto in voga, che propone piatti della tradizione rivisitati, e l'inossidabile Cocchi, oltre il Parco Ducale, con il miglior carrello dei bolliti di tutta la città.



# italobus

## I COLLEGAMENTI

Scegli Italobus per raggiungere Parma. Grazie a Italobus la città emiliana è raggiungibile grazie a ben 14 collegamenti giornalieri partendo dalla stazione di Reggio Emilia AV Mediopadana (o, viceversa, da Parma si può andare in stazione).



## ALBERGHI

### Palazzo Dalla Rosa Prati B&B

Al secondo piano di un nobile palazzo accanto al Battistero, camere, suite e appartamenti con vista sul Duomo. Caffetteria e centro fitness.

Strada Al Duomo, 7  
tel. 0521 386429  
[www.palazzodallarosapрати.it](http://www.palazzodallarosapрати.it)

### Al Battistero d'Oro B&B

In un palazzo del '700, due doppie con ingresso indipendente e arredi d'epoca. Colazione in camera e biciclette a disposizione.

Strada Sant'Anna, 22  
tel. 338 4904697  
[www.albattisterodoro.it](http://www.albattisterodoro.it)

## RISTORANTI

### Da Cocchi

I migliori bolliti di Parma, senza dimenticare tortelli, anolini & Co., accompagnati da ottimi vini. Una certezza dal 1925.

Via Gramsci, 16/a  
tel. 0521 981990  
[www.ristorantecocchi.it](http://www.ristorantecocchi.it)

### Osteria dello Zingaro

Salumi di grande qualità e piatti della tradizione. Tra le specialità, la carne di cavallo: dal pesto crudo alla tartare, al filetto.

Borgo Correggio, 5  
tel. 0521 207483

### Trattoria Ai Due Platani

Appena fuori porta, i classici della cucina emiliana, dai tortelli alla zuppa inglese, in una rara atmosfera da trattoria di campagna.

Via Budellungo, 104/a, Coloreto  
tel. 0521 645626

## NEGOZI

### Panetteria Rosetta

Per comprare i tortelli alle erbe e gli anolini fatti a mano, ma anche torte dolci e salate e molto altro ancora.

Strada XXII Luglio, 10/a  
tel. 0521 234240  
[www.panetteriarosetta.it](http://www.panetteriarosetta.it)

### Salumeria Garibaldi

Dagli anni Cinquanta il punto di riferimento per le eccellenze gastronomiche del territorio.

Strada Garibaldi, 42  
tel. 0521 235606  
[www.salumeriagaribaldi.com](http://www.salumeriagaribaldi.com)

VISTA CORTINA D'AMPEZZO

# Regina delle nevi

Sportiva, glamour, gourmet. Tra alberghi storici, nuovi chef ed eventi internazionali, Cortina è sempre in vetta

DI CRISTINA GRINER





# D

alle Olimpiadi del 1956, trasmesse per la prima volta in TV, che proiettarono Cortina nell'empireo delle mete di vacanza invernali, ai Mondiali di sci che si terranno nel 2021. In mezzo, solo l'eccellenza della montagna. A cominciare proprio dalle Dolomiti, che qui sono più chiare, sfumate, monumentali e scultoree che altrove. E con le loro vette, tra cui i tremila delle Tofane, del Cristallo e della Croda Rossa, fanno da quinta scenografica a una conca dalla forma quasi perfetta.

Prediletta dall'aristocrazia e dall'élite economica, politica e culturale, che dal secondo dopoguerra ne ha animato i salotti contribuendo al mito della Dolce Vita, la valle ampezzana non è soltanto regina degli sport invernali, ma anche e soprattutto di ospitalità. Tanto da far parte, unica località italiana, della prestigiosa associazione Best of the Alps, marchio di qualità internazionale che riunisce i dodici paesi più famosi ed esclusivi dell'intero arco alpino.



E se i Giochi Olimpici hanno fatto da motore al suo sviluppo, sono stati poi re e regine, industriali, attori e personaggi dello showbiz a consacrare la fama internazionale e il glamour. Che hanno portato a Cortina anche molti protagonisti della cultura, da Indro Montanelli a Dino Buzzati, da Goffredo Parise a Fernanda Pivano, che proprio qui incontrò Ernest Hemingway. Lo scrittore americano alloggiava al Posta, dove era solito soggiornare in una camera al primo piano. Oggi la stessa stanza, con gli arredi originali, porta il suo nome e fa parte del pedigree dell'Hotel de la Poste, storico albergo gestito da oltre due secoli dalla famiglia Manaigo, che annovera tra i suoi ospiti anche Hussein di Giordania e i reali di Svezia. Il suo successo è andato di pari passo con quello del suo mitico "Bar", regno da oltre cinquant'anni di Antonio Di Franco e frequentato dall'aperitivo al

dopo cena, un tempo fino all'alba, da artisti e da intellettuali.

Sul fronte del gusto la sfida è lanciata da un altro simbolo ampezzano, il cinque stelle lusso Cristallo, che propone cene realizzate a quattro mani dallo chef Fabrizio Albini con i maggiori colleghi stellati d'Italia. E per i più avventurosi, colazione in elicottero sorvolando il paesaggio spettacolare di Passo Giau o cena tra le stelle nella singolare location della funivia Faloria, a oltre duemila metri di altezza. Inaugurato nel 1901 e oggi completamente rinnovato, al Cristallo Hotel Spa & Golf hanno soggiornato Amedeo d'Aosta e Umberto di Savoia, Arthur Rubinstein e Vladimir Nabokov. Dalle due Presidential suite, veri e propri appartamenti con butler service e hammam privato, si sono fatti incantare persino Frank Sinatra, Peter Sellers e Tina Turner.

Inaugurato nel 1901, l'Hotel Cristallo, sopra, ha ospitato alcune tra le personalità più significative del secolo scorso.

Il Bar dell'Hotel de la Poste, pagina accanto in alto, è da oltre cinquant'anni il regno del barman Antonio Di Franco.

Al ristorante Il Gazebo dell'Hotel Cristallo, nella pagina accanto al centro, la vista spettacolare fa da cornice alle proposte gourmet.

Al de la Poste si può prenotare la stanza prediletta da Hemingway e cenare nell'elegante Salon Dolomieu, a destra.



## CORTINAMETRAGGIO

Un "corto" lungo vent'anni. Dall'impacciato Alberto Sordi di "Vacanze d'inverno" agli spericolati inseguimenti di James Bond-Roger Moore in "Solo per i tuoi occhi", Cortina ha sempre avuto un feeling particolare con il cinema.

E anche quest'anno ospita, dal 20 al 26 marzo, Cortinametraggio, manifestazione dedicata al cortometraggio italiano, nata nel 1997 e curata da Maddalena Mayneri. Oltre alle proiezioni al Cinema Eden, sono in programma incontri per appassionati e addetti ai lavori, soprattutto per quanto riguarda la sezione Videoclips, ma anche tra i protagonisti e il pubblico.

Tra le novità in concorso, una sezione dedicata ai videoclip musicali, che avrà come direttore artistico Cosimo Alemà (regista di Ligabue, Gianna Nannini, Max Pezzali e tanti altri) e YouCortinametraggio, rivolto ai registi amatoriali, mentre la sezione Coltura&Cultura sarà interamente dedicata all'agricoltura grazie al premio Bayer, tra gli sponsor della manifestazione.

[www.cortinametraggio.it](http://www.cortinametraggio.it)



## CORTINA - INDIRIZZI UTILI

### ALBERGHI

#### Hotel de la Poste

Quattro stelle in posizione centrale, in un edificio di inizio '900, con 73 camere arredate in stile classico e due ristoranti à la carte.

Piazza Roma 14  
tel. 0436 4271  
[www.delaposte.it](http://www.delaposte.it)

#### Cristallo Hotel Spa & Golf

Pluripremiato cinque stelle lusso, in posizione panoramica, con 74 camere, centro benessere, piscina coperta riscaldata e tre ristoranti gourmet.

Via Rinaldo Menardi 42  
tel. 0436 881111  
[www.cristallo.it](http://www.cristallo.it)

### RISTORANTI

#### Ospitale

Sulla strada per Dobbiaco, in uno dei più antichi ristoranti ampezzani da poco ristrutturato, classici della tradizione in un ambiente accogliente e romantico.

Loc. Ospitale 1  
tel. 0436 4585  
[www.ristoranteospitale.com](http://www.ristoranteospitale.com)

#### El Camineto

Specialità locali con un pizzico di fantasia, in una bella sala dal soffitto con travi a vista ai piedi delle Tofane.

Località Rumerlo  
Tel. 0436 4432  
[www.ilmeloncino.it](http://www.ilmeloncino.it)

### RIFUGI

#### Col Gallina

Per una notte sotto le stelle si prenota la Starlight Room, camera matrimoniale circondata dalla natura, a pochi metri dal rifugio, con il soffitto e le pareti in vetro.

Passo Falzarego  
tel. 0436 2939

#### Scoiattoli

Immersi nell'acqua calda, sorseggiando un drink, di fronte allo spettacolo grandioso delle 5 Torri. Si può nella vasca-botte accanto al rifugio, riscaldata da una stufa a legna.

Loc. 5 Torri  
tel. 0436 867939  
[www.rifugioscoiattoli.it](http://www.rifugioscoiattoli.it)

Elegante, versatile,  
comodo e di lusso:  
il nuovo SUV  
targato Land Rover,  
giunto alla quinta  
generazione,  
ancora una volta  
è pronto a stupire

DI LEONARDO IANNACCI



# Discovery: stile unico

**T**

utto il fascino Land Rover e il know-how tecnologico del glorioso marchio inglese sono gli assi nella manica della quinta generazione del Discovery, modello che ha più di un asso nella manica per conquistare e stupire: ha sette posti, un aspetto estetico gradevole malgrado la lunghezza (quasi 5 metri), la versatilità da... monovolume e motori moderni, tutti appartenenti alla famiglia Ingenium. Gli stessi delle Jaguar.

È un Suv in grado di affrontare l'off-road ma di essere anche protagonista di

una serata elegante visto il design intrigante e gli interni in puro stile Range per qualità dei materiali e ricchezza degli accessori. Spiega Gerry McGovern, Design Director e Chief Creative Officer di Land Rover: «Per me il design è tutto, il mondo senza estetica non sarebbe lo stesso... Il nostro team Land Rover sa bene che arte e design sono il fulcro della creazione di veicoli desiderabili e dal forte richiamo emotivo. Credo che arte e design arricchiscano la vita di tutti, sotto ogni aspetto. E il nostro Discovery, unitamente alla





Nella pagina accanto:  
Gerry McGovern, Design Director  
e Chief Creative Officer  
di Land Rover con il Discovery.

Il nuovo Discovery  
è perfetto per l'off-road  
ma non disdegna nemmeno  
una serata elegante.

nuova Land Rover che presenteremo a  
breve al Salone di Ginevra, rappresen-  
tano l'essenza del nostro marchio».

Lungo quasi 5 metri (4,97), il nuovo  
Discovery è proposto con motori Inge-  
nium a benzina e a gasolio (la versione  
d'attacco ha il quattro cilindri 2.0 SD4  
da 180 cv, in alternativa ci sono l'altro  
turbodiesel Sd4 da 240 cv e il benzina  
V6 3.0 da 340 cv) abbinabili al cam-  
bio automatico ZF a manopola e alla  
trazione integrale. Il listino parte da  
52.700 euro. Grazie all'ampio utilizzo  
di materiali speciali (alluminio per la





---

Gerry McGovern:  
«Per me il design  
è tutto, il mondo  
senza l'estetica  
non sarebbe lo stesso»

---

piattaforma, magnesio per i longheroni, materiale composito per il portellone) il peso è stato ridotto (-480 kg) rispetto al Discovery 4 che andrà a sostituire. Il sistema Terrain Response 2, poi, gestisce al meglio le condizioni di marcia in base al tipo di terreno affrontato: Guida Generica; Erba, Ghiaia e Neve; Fango e Solchi; Sabbia; Roccia. Sempre McGovern aggiunge: «Il sistema multimediale InControl Touch Pro è stato affinato e prevede wifi a bordo, display da 10,2" e la possibilità di in-



teragire con le App dedicate per accedere a tutta la “vita” della Discovery anche dal proprio smartphone. Funzionale l'apertura elettrica del grande portellone posteriore e la possibilità di configurarsi gli interni, in base alle proprie necessità». I sedili della terza fila possono essere abbassati elettricamente anche singolarmente, così come quelli della seconda fila. In pochi secondi si trasforma da Suv elegante in grado di ospitare sette persone a... lussuoso transporter a due soli posti. Il baule, ampio, ha una capacità che va da 1231 a ben 2500 litri.



**Il nuovo Discovery può passare agevolmente da 7 posti a 2 trasformandosi così in un lussuoso transporter.**

**Gli interni, in puro stile Range per qualità dei materiali e ricchezza degli accessori, possono essere configurati in base alle proprie necessità.**

**Il veicolo è lungo 4,97 metri, ha motori Ingenium a benzina e a gasolio, gli stessi già in dotazione alle Jaguar.**



## VISTA HOTEL



HOTEL HASSLER - ROMA

## ELEGANZA SENZA TEMPO

Per l'iconico Hotel della Città Eterna è tempo di rifarsi il look. Conosciuto dall'élite politica ed economica nazionale e internazionale e da personaggi illustri del mondo della cultura e dello spettacolo, l'Hotel Hassler, dalla sommità della Scalinata di Piazza di Spagna, continua a offrire un lusso elegante e raffinato e strizza un occhio al rinnovamento. Dall'inizio dell'anno una nuova categoria di camere è a disposizione degli ospiti, le Executive Suite, volute e ideate da Roberto E. Wirth – proprietario e Gene-

ral Manager dell'Hotel – con l'aiuto dell'interior designer Astrid Schiller Wirth. Più spaziose, luminose e confortevoli, si distinguono per uno stile contemporaneo che racchiude in sé il tocco classico tipico di Hassler. "Less is more" è l'idea che ha guidato il cambiamento, dove l'arredo è sapientemente studiato e ogni dettaglio ed elemento decorativo è scelto puntando sulla qualità. Il tutto con una costante: una vista da sogno sugli incantevoli scorci della Città Eterna.

Piazza Trinità dei Monti, 6 - Roma  
www.hotelhassler.com



## RESIDENZA BORGO 27 - GREZZANA (VR)

## Un viaggio nella storia



La Residenza Borgo 27, a Grezzana in provincia di Verona, è una dimora di fine Ottocento, un piccolo gioiello incastonato ai piedi della Lessinia, nel cuore della Valpantena, valle che parte da Verona e sale verso i Monti Lessini, in una straordinaria posizione panoramica. Luogo ideale per chi ama immergersi nella storia e dimorare in suite e saloni arredati con mobili d'epoca, immersi in incantevoli giardini. Qui è anche possibile conciliarsi con la natura, fare lunghe passeggiate nel vicino Parco Naturale Regionale della Lessinia, visitare le cascate di Molina o concedersi un suggestivo viaggio alla scoperta di due meravigliose ville come Villa Arvedi in Valpantena e Villa Mosconi Bertani in Valpolicella. Per ristorarsi e intrattenersi non resta che cedere al piacere di degustare i sapori e i prodotti del territorio come l'olio o le famose bollicine e i pregiati vini DOC e IGT delle due tenute. Via Borgo 27 - Grezzana (Verona)  
www.borgo27.it



# ITALOBUS. UN UNICO BIGLIETTO PER TANTE NUOVE DESTINAZIONI.



Si parte in bus e si prosegue comodamente in treno o viceversa,  
verso tutta l'Italia.



# .italo

ACQUISTI: 06.07.08 • ITALOTRENO.IT • AGENZIE DI VIAGGIO • INFO: 89.20.20

SEGUICI SU:



SCARICA L'APP:





HOTEL CAVALLINO BIANCO - ORTISEI

## A MISURA DI FAMIGLIA

L'hotel Cavallino Bianco di Ortisei è stato riconfermato anche quest'anno come miglior struttura per famiglie al mondo dai Travelers' Choice® Awards 2016 di TripAdvisor. Situato in una delle zone più incantevoli dell'Alto Adige, la Val Gardena, circondato dallo spettacolo delle Dolomiti, il Cavallino Bianco è il luogo ideale dove trascorrere una vacanza con tutta la famiglia, ma senza rinunciare a nulla. Con uno staff preparatissimo che può seguire anche i neonati (accolti da un mese di età), mamma e papà possono dedicarsi allo sport, al relax o semplice-

mente stare un po' da soli. Tutto è ispirato alla filosofia Time is Life - Live it now!, che ormai da diversi anni è parte integrante del soggiorno targato "Cavallino Bianco": una vacanza equilibrata e armoniosa, in cui il tempo è suddiviso tra i momenti di coppia, quelli passati con i bambini e quelli dedicati esclusivamente a se stessi. La struttura comprende anche l'area benessere Aqva-Sana, la palestra panoramica, un centro beauty all'avanguardia e un'area giochi attrezzata di oltre 1.250 metri quadrati.

Immerso  
nel magico  
scenario delle  
Dolomiti

Strada Rezia, 22 - Ortisei (Bolzano)  
[www.cavallino-bianco.com](http://www.cavallino-bianco.com)

### HOTEL IL GUERCINO - BOLOGNA

## Relax in pieno centro

Nel centro di Bologna, a pochi passi da Piazza Maggiore, l'hotel Il Guercino è il luogo ideale per trascorrere una tranquilla vacanza nel capoluogo emiliano. La struttura, situata in una posizione strategica, è composta da tre edifici storici raccolti all'interno della stessa corte, immersa in un'area che garantisce un soggiorno sereno e rilassante, grazie anche al centro benessere. Via Luigi Serra, 7 - Bologna  
[www.guercino.it](http://www.guercino.it)



### B&B SUITE 39 - SALERNO

## A due passi dal mare

Nel centro di Salerno, tra le magiche atmosfere della Costiera Amalfitana e il Cilento, il B&B Suite 39 promuove una nuova idea di ospitalità, a soli 200 metri dal lungomare. L'attenzione ai dettagli, allo stile e al design si sposano con la scelta di materiali e servizi all'avanguardia. Il tutto per accogliere turisti e offrire una valida alternativa ai viaggiatori business. Via dei Principati 39, Salerno  
[www.suite39.it](http://www.suite39.it)



# La settimana bianca a bordo delle nostre vetture con gomme invernali


Il Presidente Fondatore  
Tommaso Progitto



## MERCEDES VITO 9 POSTI

## OPEL MOKKA X 4x4



 Sicily by Car auto  europa

Numero Verde  
**800 - 334440**

091.6390311 - 091.6390324  
091.6390301 - 091.6390302



[www.sicilybycar.it](http://www.sicilybycar.it)  
[sbc@sbc.it](mailto:sbc@sbc.it)



## VISTA OROLOGI



HUBLOT

## LA PERFEZIONE DELL'INVISIBILE

La Maison svizzera gioca con la trasparenza per un esemplare che mette a nudo tutta la sua esclusività

Invisibile visibilità o visibile invisibilità: nessun concetto esisterebbe senza il suo contrario. Con questo principio e fondendo insieme il visibile e l'invisibile, Hublot crea *Big Bang UNICO Magic Sapphire* celebrando l'esperienza e la maestria acquisite nella lavorazione dello zaffiro, materiale che è riuscito a "democratizzare" lavorando al di là delle serie a bassissima tiratura. Lo zaffiro, un materiale complesso, duro quasi quanto il diamante, è il più resistente ai graffi e il più cristallino che esista. Nel *Big Bang UNICO Magic Sapphire* il minimal è protagonista per una costruzione semplificata che offre maggiore visibilità perfetta, all'interno della

cassa, ma anche una maggiore resistenza agli urti data dai componenti monoblocco. La totale trasparenza di carrure, lunetta e fondo della cassa

**Il gioco degli opposti in un'edizione di 500 esemplari in cui lo zaffiro è il protagonista**

contrasta con le finiture e l'aspetto del quadrante emblematici del *Black Magic*: quadrante nero scheletrato e iconica lancetta rossa dei secondi. A completare l'opera, un cinturino in caucciù naturale nero. Quanto a impermeabilità, questa nuova edizione resiste fino a 50 metri sott'acqua. Con questo pezzo, la Casa svizzera conferma lo spirito pionieristico e innalza lo zaffiro al rango dei propri "basic" distintivi ed esclusivi senza fargli perdere la sua unicità.

[www.hublot.com](http://www.hublot.com)



MICHAEL KORS

### Techno chic

Moda e tecnologia non sono mai andati così d'accordo come nello smartwatch *Michael Kors Access*, dotato di sistema operativo Android Wear™. Display animato, fitness tracker e avvisi per messaggi e mail. Il modello è disponibile in argento, color zibellino e oro.

[www.michaelkors.com](http://www.michaelkors.com)



SKAGEN

### Gusto ibrido

Insospettabilmente smart, *Skagen Hagen Connected* è un orologio analogico dal design classico, con sensori che consentono di monitorare l'attività fisica. Una discreta vibrazione informa dell'arrivo di sms e mail sullo smartphone collegato.

[www.skagen.com](http://www.skagen.com)



ROMA CAPITALE

REGIONE LAZIO

CONSIGLIO REGIONALE DEL LAZIO

ITALIA CONI

FEDERAZIONE ITALIANA DI ATLETICA LEGGERA

COMITATO REGIONALE ROMA

ACSI



XIX EDIZIONE

# ROMA APPIARUN



9 APRILE 2017

PARTENZA Ore 9,30  
**STADIO delle TERME di GARACALLA**

Corri sulla strada più moderna dell'antica Roma!

## MANIFESTAZIONE DI CORSA SU STRADA

- GARA AGONISTICA km 13
- GARA NON COMPETITIVA km 13
- NON COMPETITIVA km 4
- "FULMINE DELL'APPIA" V Edizione

PROVA DI VELOCITÀ SULLE DISTANZE DI 30/50 METRI E CIRCUITI DIVERTENTI  
CON DIVERSE SPECIALITÀ PER RAGAZZE/I DA 1 A 17 ANNI

IN COLLABORAZIONE CON

ACSI  
ITALIA ATLETICA



MEDIA PARTNER

Corriere dello Sport  
SPORTSNEWS ITALIA

Radio  
Radio  
FM 104.5  
SKY 518

ROMATODAY.IT

[www.appiarun.it](http://www.appiarun.it) • [info@appiarun.it](mailto:info@appiarun.it)



ALAN FRIEDMAN

## QUESTA NON È L'AMERICA

La fragilità celata della superpotenza  
Tra rivelazioni shock e storie inedite, un libro che svela  
tutti i retroscena e i segreti degli Stati Uniti di Trump

Che cosa è successo all'America? Che fine ha fatto il sogno americano? E, soprattutto, qual è il vero significato dell'arrivo di Donald Trump? Queste sono le complesse domande a cui cerca di dare risposta Alan Friedman nel suo nuovo libro "Questa non è l'America". Giornalista e scrittore estremamente colto e mai scontato approfondisce in modo inedito la storia di una nazione lacerata, impaurita e rabbiosa, indagando sulle tensioni interne e analizzando la sofferenza e la profonda divisione che si celano dietro l'immagine di superpotenza mondiale. Un libro che riesce in maniera impeccabile a descrivere il cuore fragile e stanco

di una nazione scossa da continue crisi: un racconto vivido nato da un'indagine sul campo, da un rapporto personale con i connazionali e le loro storie. In-

L'analisi sarà arricchita da interviste a persone comuni e a economisti e politici di primo piano

terviste a persone comuni e a figure di primo piano della politica e dell'economia statunitensi arricchiscono infatti la sua complessa analisi, che non mancherà di evidenziare le cause della terribile disuguaglianza dei redditi che affligge gli Stati Uniti, mettendo in luce una cultura vasta e contraddittoria. Dalla povertà estrema di alcune zone rurali, agli eccessi di Wall Street, fino all'avvento di Donald Trump: così Friedman mette a nudo una nazione raccontando la vera America. Newton Compton Editori. Euro 12,90



## Gin tonic a occhi chiusi

Marco Ferrante

Caustico e spietato il nuovo romanzo di Marco Ferrante. Il ritratto impietoso di una famiglia altoborghese fra gossip, scandali e corruzione sullo sfondo di una Roma sfavillante, vuota e dissoluta. Giunti Editore. Euro 16



## Il minuto di silenzio

Gigi Garanzini

Uno degli autori più romantici del giornalismo sportivo, costruisce con arte una storia lirica del calcio mondiale. Un'impresa romantica, un libro scritto in stato di grazia. Mondadori. Euro 18

## VISTA CINEMA

**Elle**

di Paul Verhoeven

Straordinaria prova dell'attrice Isabelle Huppert in un ruolo profondamente amorale e una storia che non mancherà di colpire tanto che Verhoeven ha volutamente scelto di girarlo fuori dagli USA. Distribuito da Lucky Red sarà in tutte le sale dal 23 marzo.

**LOGAN**

**N**ove film e diciassette anni dopo il primo, Hugh Jackman dice addio a Wolverine, probabilmente l'X-men più famoso: In tutte le sale italiane dal 1° marzo, Logan sarà l'ultima volta in cui l'attore australiano "vestirà" gli artigli di adamantio del celebre personaggio. La trama del film è tratta dal fumetto Old Man Logan e dovrebbe essere ambientato in un futuro alternativo. Spiega Jackman: «È un universo cinematografico leggermente diverso. È proprio un paradigma diverso, tutto questo diventerà più chiaro quando vedrete il film». Il film è diretto da James Mangold.

**Kong: Skull Island**

di Jordan Vogt-Roberts

Lontano dal film di Peter Jackson, questa nuovo capitolo (in sala dal 9 marzo), si richiama per certi aspetti al film che ha dato vita al mito di King Kong del 1933. Nel cast, un manipolo di buoni attori, a partire da Tom Hiddleston, Brie Larson, Samuel L. Jackson, John Goodman e John C. Reilly.



## NETFLIX

**LOVE 2 dal 10 marzo**

Creata, scritta e prodotta da Judd Apatow, Paul Rust e Lesley Arfin, Love è un'istantanea inflessibile, divertente e incredibilmente autentica delle relazioni moderne.

**Marvel: Iron Fist dal 17 marzo**

Serie che fa parte del Marvel Cinematic Universe e della saga dei Defenders come Daredevil, Jessica Jones e Luke Cage. La stagione sarà composta da 13 episodi.

**Lo chiamavano Jeeg Robot dal 20 marzo**

Vincitore di 7 David di Donatello. Tornerà anche dal 20 al 31 marzo il canale Sky Cinema David di Donatello HD dedicato ai film che hanno vinto la statuetta.

**In Treatment 3 dal 25 marzo**

Tratta da un format internazionale, in Italia il protagonista è Sergio Castellitto e dal suo stesso creatore, Hagai Levi, quella italiana è considerata la migliore versione.

**UDITO**  
CONCERTI

# SARÀ LA MUSICA CHE GIRA INTORNO: **il 2017 suona live!**

Dal grande ritorno degli U2 di Bono ai sold out di Coldplay ed Ed Sheeran passando per Tiziano Ferro e Ligabue, sarà un anno di grandi concerti

DI DARIO MORCIANO





In alto: i londinesi Coldplay capitanati dal carismatico cantante Chris Martin in Italia per un doppio appuntamento allo Stadio San Siro di Milano il 3 e 4 luglio.

A destra: il cantautore britannico Ed Sheeran protagonista al PalAlpitour di Torino il 16 e 17 marzo.

Nella pagina accanto: la leggendaria band irlandese degli U2 in concerto allo Stadio Olimpico di Roma il 15 e 16 luglio.

# S

i scrive 2017, si legge un anno all'insegna della musica live. E se come sostiene il fresco vincitore del Premio Nobel per la Letteratura, Bob Dylan, "Il bello della musica è che quando ti colpisce non senti dolore", le occasioni per essere colpiti nei prossimi mesi saranno davvero molte. Sì, perché da Ligabue a Tiziano Ferro passando dagli U2 ai Coldplay, sono tante le eccellenze italiane e internazionali che in questo 2017 attraverseranno in lungo e largo lo Stivale per stregare il pubblico del Belpaese dal vivo. Rock, pop, dance, elettronica, cantautorale, poco importa. Basta scegliere, ce n'è davvero per tutti i gusti.





LUISA CARCAVALE



TONI THORMIBERT

In questa pagina Luciano Ligabue, in tour nei palazzetti italiani fino alla fine di maggio, Fiorella Mannoia (in alto a destra) pronta a un lungo tour nel Belpaese dopo il secondo posto al recente Festival di Sanremo e Giorgia (a destra) in tournée per presentare dal vivo il suo ultimo lavoro in studio "Oronero".



EOLO PERFIDO

### Gli italiani

Sfogliando i calendari dei tour a tinta tricolore, il gladiatore indiscusso di questo 2017 è senza ombra di dubbio Luciano Ligabue, che dopo aver dovuto rimandare il debutto nella Capitale del "Made In Italy - Palasport 2017" per un problema alle corde vocali, ha intrapreso lo scorso 14 febbraio da Acireale il suo lungo viaggio musicale che lo vedrà calcare i palchi dei più prestigiosi palazzetti d'Italia sino a fine maggio. E quando il rocker di Correggio spegnerà i riflettori della sua tournée consegnerà il testimone a un altro pezzo da novanta: Tiziano Ferro. Il cantautore di Latina, dopo aver entusiasmato il pubblico dell'Ariston, si sta infatti preparando per un'estate davvero caldissima che lo vedrà protagonista negli stadi a partire dall'11 giugno a Lignano Sabbiadoro,



fino alla data conclusiva dell'Artemio Franchi di Firenze il 15 luglio, non prima di aver conquistato Torino, Bologna, Bari, Messina e Salerno e soprattutto la Scala del calcio, San Siro, per tre serate uniche, e dopo aver messo a segno una doppietta anche allo Stadio Olimpico di Roma. E parlando di record non si può non nominare il bluesman italiano per eccellenza, Zucchero, che con il suo "Black Cat World Tour 2017" farà tappa all'Arena di Verona per altre dieci date live (dall'1 al 5 maggio e dal 21 al 25 settembre) dopo gli 11 sold out della passata stagione nella splendida cornice dell'anfiteatro veronese. Ma non finisce

qui, perché il 2017 è pronto ad abbracciare anche i live di altri grandi artisti del panorama musicale nazionale come Bersani, Biondi, Capossela, Il Volo, Litfiba, Mannoia, Modà, Zucchero e Giorgia.

### Le stelle internazionali

Detto degli italiani, il 2017 sarà anche l'anno in cui sarà possibile ammirare dal vivo grandi stelle internazionali. Tra prime volte (Hans Zimmer) e appuntamenti da cerchio rosso sul calendario (vedi Depeche Mode, Sting, Green Day o Aerosmith), l'evento più atteso, e non ce ne vogliono gli altri, è senza ombra di dubbio il grande ritorno degli U2 sul prato verde dello Stadio Olimpico di Roma. E che il concerto della rock band di Dublino sia l'evento live più caldo dell'estate lo testimoniano i biglietti della doppia data capitoli-

In questa pagina: Tiziano Ferro (in alto) da giugno protagonista negli stadi italiani, Zucchero (in alto a sinistra) live in giro per il mondo con un tour che farà tappa all'Arena di Verona per cinque date a maggio e cinque a settembre e gli Aerosmith (a sinistra) sul palco dell'Ippodromo del Visarno a Firenze insieme a Placebo e Deaf Havana.



I Green Day, in concerto a giugno a Lucca e Monza. La band statunitense ha pubblicato lo scorso 7 ottobre il suo ultimo disco: "Revolution Radio".

na polverizzati in pochi minuti. Doppio appuntamento (3 e 4 luglio) e stessa dinamica per accaparrarsi i ticket di un'altra grande band, i Coldplay, che sul palco dello Stadio San Siro presenteranno al pubblico italiano l'"A Head Full Of Dreams Tour", spettacolo che ha entusiasmato i fan di America Latina, Stati Uniti ed Europa, con incredibili concerti tra cui quattro serate sold-out al Wembley Stadium di Londra. Da Roma a Milano passando per Torino, la storia non cambia. A far registrare il tutto esaurito sotto la Mole è, infatti, il cantante inglese Ed Sheeran che dal PalaAlpitour taglierà il nastro di un tour mondiale che toccherà Regno

Unito, Irlanda, Messico e America del Sud. E per gli amanti delle sonorità più rock? Nessun problema. Aerosmith, Red Hot Chili Peppers, Green Day, Depeche Mode: il 2017 non farà mancare davvero nulla agli amanti dei live. Fino

---

## Grande attesa per l'unica data italiana dei Guns N'Roses

---

all'unica data italiana di un gruppo che ha scritto pagine indelebili nel sacro libro della musica mondiale, i Guns N'Roses che il 10 giugno sbarcheranno all'Autodromo di Imola per l'unica data italiana del "Not In

This Lifetime Tour", che ha già venduto oltre 2 milioni di biglietti nel mondo nel 2016 e si candida a diventare il tour rock di maggior successo dell'anno. Vedere per credere!



## TUTTE LE DATE\*

### MARZO

**Samuele Bersani** (1 Torino, 4 Bari, 6 Catania, 7 Cosenza, 12 Firenze, 14 Genova, 15 Bologna), **Vinicio Capossela** (1 Bologna, 3 Padova, 6 Lecce, 7 Bari, 9 Catania, 10 Enna, 12 Reggio Calabria, 13 Cosenza, 15 Napoli, 18 Assisi, 19 Livorno, 21 Reggio Emilia, 23 Varese, 24 Udine, 27 Trento, 29 Novara, 30 La Spezia), **Ed Sheeran** (16 e 17 Torino), **Giorgia** (19 Mantova, 22 Bologna, 24 Milano, 28 Genova, 30 Napoli), **Korn** (12 Milano), **Ligabue** (3 e 4 Castel Morrone, 6 e 7 Perugia, 10 e 11 Livorno, 13 e 14 Milano, 17 e 18 Trieste, 20 Pesaro, 22 e 23 Firenze, 25 e 26 Genova, 28 e 29 Torino), **Litfiba** (24 Livorno, 29 Padova, 31 Milano), **Modà** (3 Livorno, 6, 7 e 10 Milano, 14 Conegliano, 16 Pesaro, 18 Torino), **Sting** (23 Milano), **Antonello Venditti** (8 Roma)

### APRILE

**Vinicio Capossela** (2 Firenze, 4 Parma, 5 Ancona, 10 Roma), **Giorgia** (1 e 2 Roma, 6 Acireale, 8 Bari, 9 Eboli, 12 Perugia, 13 Firenze, 15 Rimini, 18 Ancona, 20 Verona, 22 Padova, 23 Conegliano, 26 Torino), **Ligabue** (1 e 2 Brescia, 4 e 5 Milano, 7 e 8 Bologna, 10 Rimini, 12 e 13 Roma, 19 Bolzano, 21 e 22 Padova, 24 Ancona, 26 Jesolo, 27 Reggio Emilia), **Litfiba** (5 Roma, 7 Firenze, 11 Bari, 13 Acireale) **Fiorella Mannoia** (7 Ascoli Piceno, 9 Cittanova, 10 Crotona, 12 Lecce, 13 Bari, 18, 19 e 20 Napoli, 22 Genova, 23 Reggio Emilia), **Nek** (28 Cascina, 29 Bologna)

### MAGGIO

**Elio e le Storie Tese** (21 Assago), **Enrique Iglesias** (19 Bologna, 20 Milano), **Ligabue** (6 e 7 maggio Mantova, 9 Conegliano, 17, 19, 20 e 21 Roma, 23 Bari, 26 Cagliari), **Fiorella Mannoia** (2 Bologna, 3 Montecatini, 5 Mantova, 6 Bergamo, 8 Cremona, 9 Varese, 11 Parma, 13 e 14 Firenze, 16 Roma, 18 e 19 Milano, 20 Padova, 22 Torino,

24 Trieste, 27 Bologna), **Nek** (2 Trieste, 5 Montecatini, 8 Sanremo, 9 Torino, 10 Varese, 12 Firenze, 13 Bergamo, 15 Milano, 17 Ancona, 18 Bari, 21 Verona), **Samuel** (11 e 12 Torino, 18 Milano), **Il Volo** (5 Torino, 6 Bologna, 9 Milano, 12 e 13 Roma, 15 Ancona, 17 Livorno, 19 e 20 Verona), **Zucchero** (dal 1 al 5 Verona)

### GIUGNO

**Aerosmith** (23 Firenze), **Ariana Grande** (15 Roma, 17 Torino), **Bruno Mars** (12 Bologna, 15 Milano), **The Cranberries** (12 Milano), **Deep Purple** (22 Roma, 26 Bologna, 27 Milano), **Depeche Mode** (25 Roma, 27 Milano, 29 Bologna), **Green Day** (14 Lucca, 15 Monza), **Guns N' Roses** (10 Imola), **Samuel** (27 Roma), **Hans Zimmer** (29 Milano), **Daniele Silvestri** (24 Roma), **Il Volo** (1, 3 e 4 Taormina, 10 Napoli)

### LUGLIO

**Coldplay** (3 e 4 Milano), **David Guetta** (28 Piazzola sul Brenta), **Evanescence** (4 Milano), **Jamiroquai** (11 Firenze), **Kasabian** (19 Taormina, 21 Roma, 22 Piazzola sul Brenta, 23 Lucca), **Marilyn Manson** (25 Roma, 26 Villafranca di Verona), **Nek** (7 Marostica, 8 Brescia, 13 Roma, 20 Napoli, 23 Taormina), **The Offspring** (27 Barolo), **Red Hot Chili Peppers** (20 Roma, 21 Milano), **Sting** (25 Cividale del Friuli, 28 Mantova), **Robbie Williams** (14 Verona, 17 Barolo), **U2** (15 e 16 Roma)

### AGOSTO

**Nek** (9 Pescara, 12 Forte dei Marmi), **The Offspring** (2 Roma, 4 Lignano Sabbiadoro)

### SETTEMBRE

**Elisa** (12, 13 e 15 Verona), **Fiorella Mannoia** (17 Verona), **Zucchero** (dal 21 al 25 Verona)

### OTTOBRE

**Daniele Silvestri** (21 Milano)

### NOVEMBRE

**James Blunt** (12 Roma, 13 Firenze, 14 Milano), **Bryan Adams** (10 Padova, 11 Milano, 12 Torino, 14 Roma, 15 Rimini, 16 Bolzano)

Il deejay e produttore francese David Guetta, il 28 luglio al Festival di Piazzola sul Brenta.

in basso Piero Barone, Ignazio Boschetto e Gianluca Ginoble, in arte Il Volo, live in Italia tra maggio e giugno.



\*aggiornato al 17 febbraio

# Biondi dieci e... lode

Il crooner siciliano si racconta alla vigilia del "Best of Soul - Tour" che lo vedrà protagonista nei teatri più prestigiosi d'Italia per festeggiare i primi dieci anni di carriera

DI DARIO MORCIANO

# B

iondi fa dieci e festeggia. E quale modo migliore se non farlo con chi, in questa prima decade di carriera, ti ha ascoltato, seguito e permesso di diventare una delle voci più apprezzate del panorama italiano e non solo? Lo sa bene Mario Biondi che, dopo aver raccolto in un doppio album ("Best of Soul") il suo intenso percorso musicale, è pronto a festeggiare con un tour teatrale che partirà il 6 marzo da Genova e chiuderà il 24 aprile nella Capitale. Due mesi su e giù per il Belpaese per raccontare live una passione coltivata sin da bambino e cresciuta negli anni grazie a un melting pot di esperienze: dai cori in chiesa ai turni nelle sale di registrazione per etichette di nicchia, senza trascurare l'influenza dei grandi interpreti e autori del pano-

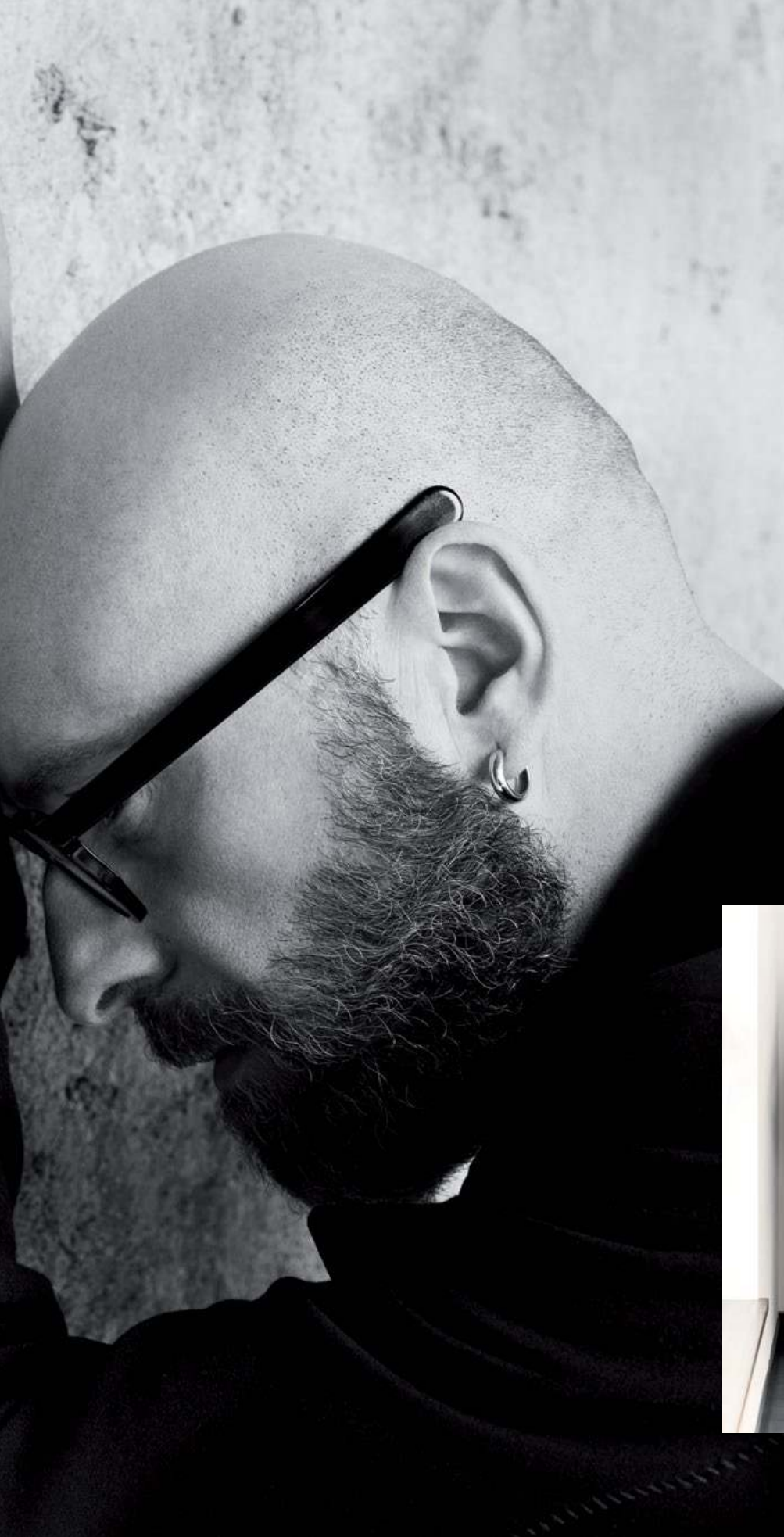
rama internazionale - primo tra tutti Ray Charles - per cui ha aperto alcuni concerti. Mario Biondi *is best of soul*.

**A marzo parte il "Best of Soul Tour", che spettacolo sarà?**

«Sarà uno spettacolo di spettacolo (ride, ndr). Sul palco con me ci saranno degli elementi in più che porteranno dei miglioramenti. Abbiamo da poco finito di montare la scaletta e posso anticipare che saranno due ore intense. Un percorso musicalmente interessante con dei brani che non presento al pubblico da tanto tempo e sono sicuro che apprezzeranno molto».

**Dal debutto il 6 marzo a Genova alla chiusura il 24 aprile a Roma. Due mesi di live senza sosta... Cosa la**





## IDENTIKIT

### MARIO BIONDI

Mario Biondi, all'anagrafe Mario Ranno, deve il suo nome d'arte al padre Giuseppe Ranno, alias Stefano Biondi, anch'egli cantante. Nato a Catania il 28 gennaio 1971, Mario Biondi ha coltivato la sua passione per la musica sin da bambino passando dai cori in chiesa ai turni nelle sale di registrazione per etichette di nicchia. Dal 1988 ha aperto alcuni concerti di interpreti e autori del panorama internazionale, primo tra tutti Ray Charles. Ma l'opportunità più grande arriva con la pubblicazione in Giappone del singolo "This is what you are", che rimbalza sulla consolle di Norman Jay, celebre dj della BBC1, che - innamorato del pezzo - lo rilancia per tutta Europa. Nel 2006 pubblica il primo album, "Handful of Soul". Ma Biondi non è solo musica. Dopo aver reinterpretato nel 2008 le due colonne sonore del film d'animazione "Gli Aristogatti", nel 2010 continua la sua collaborazione con la Disney prestando la sua voce al brigante Uncino nel film d'animazione "Rapunzel - L'intreccio della torre" e nel 2011 è Miguel nel film d'animazione "Rio".



**spaventa di più di questo tour?**

«Rispetto a quelli che ho fatto negli anni passati è uno dei tour più brevi. La stagione scorsa abbiamo fatto oltre 100 date in 25 Paesi nel mondo. Quest'anno, invece, dopo le sette date in Inghilterra a febbraio torneremo in Italia carichi di vibrazioni positive, senza nessuna paura ma solo grande gioia di voler condividere questo nuovo spettacolo».

**La data del 18 aprile a Catania non sarà come tutte le altre, vero?**

«Sarà una reunion con i miei vecchi amici. Il ritorno a casa fa sempre un certo tipo di effetto».

**Le location di questi due mesi di live saranno per la maggior parte i teatri. Una scelta voluta?**

«L'ambientazione teatrale, con l'orchestra, mi è sempre piaciuta. Il teatro è il luogo ideale per un certo tipo di sonorità che renderebbero di meno in un palazzetto dello sport o in strutture simili».

**Il tour sarà un modo per festeggiare dal vivo 10 anni di carriera che ha già racchiuso in un doppio album uscito a fine anno. Come sta andando il disco e cosa si aspetta dal tour?**

«Questo 2017 mi piace perché mi fa festeggiare non solo i 10 anni da "Handful of Soul", ma anche i 30 anni che sono sul palco in giro per il mondo. Il tour sarà un modo per guardarsi indietro e vedere quanto fatto, quanto seminato e per raccogliere i frutti dal vivo sul palco».

**E cosa rappresentano questi 10 anni?**

«La realizzazione musicale, aver conosciuto artisti strepitosi a cui sono molto legato e grazie ai quali sono cresciuto. È tutto un bel vedere. 10 anni pieni di fotogrammi da conservare».

**Riavvolgendo il nastro di questi 10 anni dove metterebbe pausa?**

«In diversi punti, ma in particolare sui concerti con Burt Bacharach per godere ancora della sua presenza sul palco».



**Quanto e in cosa è cambiato il Mario Biondi di "Handful of Soul" oggi?**

«Tanto, tanto, tanto. In questi 10 anni sono cresciuto e ho frequentato artisti molto bravi che mi hanno insegnato ad avere molta più fiducia in me e a crescere anche per quel che riguarda la lingua. Mi sono buttato in questa cosa di cantare in inglese, ma non sono madrelingua e mi accorgo che negli anni, grazie a Burt Bacharach, Earth, Wind & Fire, Al Jarreau (recentemente scomparso, ndi), ho fatto sicuramente dei miglioramenti e capito tante cosine stando intorno a loro. E spero di impararne anche tante altre».

**Quanto, invece, le sue origini meridionali l'hanno aiutata nel suo percorso di crescita professionale?**

«La capa tosta (ride, ndi). Quella è proprio nel nostro dna anche se alcune volte mi sono detto "ma perché devo essere così, perché devo spingere così tanto senza

**MARIO BIONDI  
CONSIGLIA  
TRE BRANI  
DA ASCOLTARE  
DURANTE  
LA LETTURA  
DELLA SUA  
INTERVISTA**



**"Brother To Brother"**  
di Gino Vannelli



**"After the love has gone"** Earth, Wind & Fire



**"Besame mucho"**  
di Carmen McRae e Cal Tjader

dormire o mangiare per giorni?”. Oggi so il perché, la testardaggine mi ha portato ai risultati che ho ottenuto nel tempo».

**A proposito di passato. Il Mario Biondi bambino come si è avvicinato a questo genere non propriamente italiano?**

«Mi è capitata una cassetta tra le mani dove c'erano artisti del calibro di Al Jarreau, George Benson, Michael McDonald con i Doobie Brothers, tutto quello che poi è diventata quella nicchia jazz-fusion degli anni '80 che mi ha aperto un mondo e fatto avvicinare al jazz».

**E c'è una canzone che ascolta per ricaricarsi prima di salire sul palco?**

«No, però nei momenti in cui sono stanco metto in cuffia o “Live in Rio” degli Earth, Wind & Fire o “Brother To Brother” di Gino Vannelli che mi danno una carica incredibile».

**Di recente ha dichiarato che le piacerebbe approcciare alla musica rock...**

«Non ho pregiudizi a livello musicale e non metto mai limiti alla sperimentazione. Mi piace misurarmi in territori che tendenzialmente non sono miei, ma che mi ispirano e mi danno voglia di fare».

**Il fatto che le piace sperimentare lo testimonia l'esperienza come doppiatore in alcuni cartoni animati: da Rapunzel a Miguel nel film Rio. Un modo per far divertire di più lei o i suoi figli?**

«Mi sono divertito tanto io. Devo ringraziare tantissimo Roberto Morville (direttore artistico della Disney Italia, ndi), Marco Guadagno e Tonino Accolla che mi hanno trasferito tanta forza e cultura».

**Un passato ricco di soddisfazioni, nel presente c'è il tour, ma cosa c'è in cantiere nel futuro di Biondi?**

«Sto facendo il direttore artistico e insieme a Max Greco stiamo producendo un'artista che amo e stimo da molti anni che è Marcella Bella. Stiamo finendo il suo disco, ci stiamo lavorando tanto e sono sicuro che avrà un grande successo perché è un progetto davvero molto bello».



**BEST OF SOUL - TOUR**

3 marzo	Crema	22 marzo	Parma
6 marzo	Genova	24 marzo	Brescia
8 marzo	Milano	25 marzo	Sanremo
9 marzo	Milano	27 marzo	Montecatini
11 marzo	Cremona	28 marzo	Trento
13 marzo	Bologna	30 marzo	Padova
14 marzo	Torino	31 marzo	Bergamo
16 marzo	Firenze	18 aprile	Catania
17 marzo	Varese	20 aprile	Bari
19 marzo	Udine	22 aprile	Napoli
20 marzo	Trieste	24 aprile	Roma





## Il Codice della Bellezza

**Samuel**

Un DNA speciale per persone speciali, fatto di eleganza, sensibilità, ironia. Questa è la vera bellezza per Samuel. Non un concetto puramente estetico ma qualcosa di più profondo da cui trarre ispirazione. Ispirazione che il leader dei Subsonica ha trovato per "Il Codice della Bellezza", suo primo album da solista composto da dodici brani inediti, in uscita il 24 febbraio. Sony Music Italy



## SPIRIT

Una garanzia dal 1981, oltre 100 milioni di copie vendute e più di 30 milioni di fan ai loro concerti: i numeri dei Depeche Mode parlano chiaro. Innovatori e fonte di ispirazione, continuano a raccogliere consensi di pubblico e critica. Adesso, a distanza di quattro anni dall'ultimo lavoro, si presentano con un nuovo album – il quattordicesimo –, "Spirit" in uscita in tutto il mondo il 17 marzo. Ad anticipare il loro ennesimo capolavoro musicale ecco il singolo "Where's The Revolution", in radio e digitale già dal 3 febbraio.

Columbia Records



## Pace

**Fabrizio Moro**

Dopo la terza esperienza sul palco di Sanremo con il brano "Portami via", una metafora sull'amore universale capace di abbattere qualsiasi paura, Fabrizio Moro è pronto per l'uscita del suo nuovo album di inediti "Pace", prevista per il 10 marzo. Lavoro che l'artista presenterà in anteprima live il 20 aprile al Fabrique di Milano e il 26 maggio al Palalottomatica di Roma.

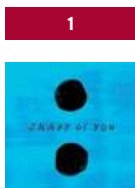
Sony Music Italy



### TOP DIGITAL

Classifica download e streaming di Fimi/GfK

\*classifica aggiornata al 9 febbraio



**1**  
**SHAPE OF YOU**  
Ed Sheeran  
Atlantic Records Uk  
Wmi



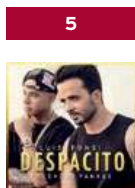
**2**  
**ROCKABYE**  
Clean Bandit  
feat. Sean Paul  
& Anne-Marie  
Atlantic Records Uk  
Wmi



**3**  
**PIZZA KEBAB**  
Ghali  
Sto Records  
Believe Distribution  
Services



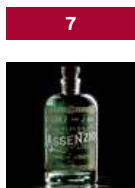
**4**  
**IL CONFORTO**  
Tiziano Ferro ft.  
Carmen Consoli  
Universal Music  
Uni



**5**  
**DESPACITO**  
Luis Fonsi ft.  
Daddy Yankee  
Universal Music  
Uni



**6**  
**PICCOLE COSE**  
J-Ax & Fedez  
ft. Alessandra  
Amoroso  
Sony Music



**7**  
**ASSENZIO**  
J-Ax & Fedez  
ft. Stash &  
Levante  
Sony Music  
Sme

# Ar in redi?

## IMPARA L'INGLESE SU ITALO

Ora puoi imparare o migliorare il tuo inglese **comodamente a bordo di Italo** divertendoti con un insegnante d'eccezione, **John Peter Sloan**.

Basta accedere **gratuitamente** al portale di bordo **italolive** e godersi le numerose tips. **See you there!**



John Peter Sloan®  
*La Scuola* 

Per accedere a **italolive** collega il tuo dispositivo alla rete Wi-Fi "italo". Apri il browser e attendi la comparsa automatica dell'Home Page del portale. Se non visualizzi la home page puoi accedere direttamente dall'indirizzo <https://portal.italolive.it>

## UDITO HI-TECH



LG SIGNATURE OLED TV W

## IL NUOVO TELEVISORE ULTRA SOTTILE E LEGGERO

Occhi puntati sul nuovo LG Signature OLED TV W, talmente sottile e leggero da poter essere appeso tramite supporti magnetici. Lo spessore di appena 2,57 mm non è la sola caratteristica che fa di questo televisore un unicum nel suo genere: anche le prestazioni sono al top con un pannello 4K, supporto alla modalità HDR e compatibilità con la tecnologia Dolby Atmos, per offrire il meglio dell'esperienza multimediale anche dal punto di vista del comparto sonoro. Le funzionalità smart sono gestite dalla piattaforma web OS 3.5, aggiornata per l'occasione. Due i modelli proposti sul mercato: OLED65W7P con diagonale da 65 pollici e OLED77W7P da 77 pollici. [www.lg.com/it](http://www.lg.com/it)



### Un audio di qualità superiore da Samsung

Dopo aver introdotto la tecnologia QLED per i TV della gamma 2017, Samsung ha presentato al CES l'altoparlante wireless H7, dal look rétro e minimalista, e la soundbar MS750, col subwoofer incorporato nell'unità principale: i primi due prodotti dotati di audio UHQ - Ultra High Quality, capaci di portare a 32 bit i contenuti audio di qualunque sorgente, partendo dai segnali originali a 8 o 24 bit. [www.samsung.com](http://www.samsung.com)

### SMARTPHONE

## Il nuovo BlackBerry

Grandi novità dal CES 2017 sul fronte degli smartphone: è stato presentato il nuovo BlackBerry che potrebbe tornare a far volare il marchio dopo anni difficili. Lo smartphone, frutto della nuova era TLC e del cui nome si sa ancora poco (stando agli ultimi rumors potrebbe chiamarsi "Mercury" o "Press"), avrà tastiera Qwerty ma, accanto alla tastiera fisica, ci sarà anche un display completamente



touchscreen e un sistema operativo Android 7.0 Nougat. Il nuovo BlackBerry, di cui sono state svelate solo alcune caratteristiche, dovrebbe avere un display da 4,63 pollici con 420 pixel di densità, processore Snapdragon con 3 GB di RAM e 32 GB di hard disk interno. Inoltre, sarà ancora presente la suite di sicurezza per le aziende, così come applicazioni appositamente pensate per i professionisti. Il dispositivo, top di gamma, sarà lanciato sul mercato a partire da marzo. [global.blackberry.com](http://global.blackberry.com)





www.tagliatore.com

**TAGLIATORE**

## UDITO MOTORI



NISSAN QASHQAI

## UN PO' SUV E UN PO' BERLINA

Quando uscì, nel 2007, più del nome impronunciabile suscitò perplessità l'innovativo concetto che la ispirava, quello di unire le doti di un SUV con quelle di una normale berlina: posizione di guida rialzata, grandi ruote e buona altezza da terra ma abitacolo simile a quello di un'automobile normale e la trazione anteriore in alternativa a quella integrale. Invece in dieci anni la Qashqai ha fatto proseliti ed è diventata la crossover compatta più venduta d'Europa (2,3 milioni di esemplari). Oggi è disponibile con motori a benzina (1.2 e 1.6 litri) e diesel (1.5 e 1.6) e con le assistenze elettroniche alla guida, l'infotainment e la connettività delle moderne vetture.

www.nissan.it - Prezzo da: 20.830 euro



PORSCHÉ 718 CAYMAN

## Due cilindri in meno, ma con il turbo

Aggiornata lo scorso autunno, la più piccola delle Porsche (disponibile anche come spider) presenta le novità più importanti sotto la carrozzeria. Cambia infatti il motore, sempre boxer e montato in posizione centrale, ma non più a 6 bensì a 4 cilindri turbo, di 2.0 litri (300 cv) e, per la Cayman S, 2.5 litri (350 cv). La 2.0 tocca i 275 km/h e scatta da 0 a 100 orari in 5"1. La S fa 10 km/h in più e arriva ai 100 mezzo secondo prima.

www.porsche.com - Prezzo da 54.139 euro

## JAGUAR XE

## Anche a trazione integrale

L'eleganza è di casa alla Jaguar, non meno della sportività, due aspetti che si fondono anche sulla berlina XE, il modello di accesso alla produzione del Giaguaro. Il profilo slanciato della carrozzeria, quasi da coupé a quattro porte, è ingentilito da cromature discrete ma distintive, mentre all'interno dell'abitacolo la scelta dei rivestimenti è ampia, fino alla pelle di pregio.

L'infotainment può contare su un display



di 10,2" con navigatore e disponibilità di un hot-spot cui collegare fino a 8 dispositivi elettronici: chi ama la musica può scegliere un impianto hi-fi con 17 altoparlanti e 825 W. Fra i sistemi di assistenza alla guida figurano anche quello per il mantenimento della corsia di marcia, il regolatore della velocità che rispetta la distanza di sicurezza e perfino il monitoraggio dello stato di attenzione di chi è al volante. Il ventaglio di motori spazia dai 2.0 litri a benzina (200 e 240 cv) al V6 a benzina di 3.0 litri (340 cv) ai diesel di 2.0 litri (163 e 180 cv). Il diesel più potente è abbinabile alla sofisticata trazione integrale integrata inoltre da un sistema in grado di riconoscere le condizioni della strada.

www.jaguar.it - Prezzo da: 38.050 euro



# IMPARA L'INGLESE DIVERTENDOTI CON

## John Peter Sloan® La Scuola

MIGLIORA IL TUO INGLESE OGNI MESE CON NOI!



In the last few decades, people from all over the world have wondered why everybody felt the need to communicate that a cat was on the chair, or that a pen was on the table!

Già: perché quando si studia inglese tutti menzionano sempre questi due esempi per dimostrare di “masticare” la lingua? Ecco la risposta: tra la penna sul tavolo e il gatto sulla sedia, c'è “puzza” di preposizioni!

**What are prepositions? Prepositions are essential bricks,** mattoncini importantissimi per la costruzione della frase! **They are like glue, they stick words together,** incollano le parole tra loro e ci permettono di creare frasi lunghissime! **Just like this one:**

Yesterday I woke up **in** my bed **before** 9 a.m, went **into** the kitchen to eat something and looked **out of** the window and I saw that the sky **above** me was blue, the mountains **behind** my house were snow-white and it was the perfect day for a walk **around** the place!

**Do you want to try to translate it into italian? Easy!** Basta conoscere i nostri mattoncini, ad esempio: IN/INTO (in), BEFORE (prima), OUT (fuori), ABOVE (sopra), BEHIND (dietro), AROUND (intorno). And what about the verbs? Yes, there are a lot of irregular past simple verbs! “Woke up: wake up (svegliarsi); went: go (andare); looked: look (regolare!), (guardare), saw: see (vedere); was/were: be (essere). Now think and give it a try!

ieri mi sono svegliato nel mio letto prima delle 9, sono andato in cucina per mangiare qualcosa e ho guardato fuori dalla finestra, e ho visto che il cielo sopra di me era azzurro, le montagne dietro la mia casa erano bianche come la neve ed era il giorno perfetto per una passeggiata lì intorno (al luogo)!

### IDIOM OF THE MONTH

## “To be under the weather”

As you probably know, the British love to talk about the weather, it's a national obsession! Questo mese vi presentiamo allora una delle numerose espressioni idiomatiche legate proprio a lui, al METEO, uno degli argomenti “top” per ogni britannico che si rispetti! Ma guai a farsi fregare dalla traduzione letterale: “to be under the weather” non si traduce letteralmente, non siamo “sotto al tempo” ma stiamo... “così così”, un po' giù di tono, insomma. If you are “under the weather”, you are **gloomy, depressed, miserable**: avvilito, depresso, infelice. So what are you waiting for? **CHEER UP and smile!**



### YOUR TURN

## Prova a tradurre le seguenti frasi

Contengono vocaboli che hai trovato in questa pagina! Some of them may make no sense, alcune forse non hanno senso ma... they're fun!

- 1) Amo parlare del meteo: se il cielo sopra di me è blu, non sono infelice!
- 2) Quando sei sottotono, mangia qualcosa di dolce (=sweet) e tirati su di morale!
- 3) Ieri mi sono svegliato prima delle 7: il gatto era sulla sedia dietro al tavolo e guardava intorno alla cucina.
- 4) Che ne pensi delle montagne? Erano la mia ossessione, come probabilmente sai!

**Traduzioni:**  
 (1) I love to talk about the weather: if the sky above me is blue I'm not miserable!  
 (2) When you are under the weather, eat something sweet and cheer up!  
 (3) Yesterday I woke up before 7 a.m, the cat was on the chair behind the table and was looking around the kitchen.  
 (4) What about the mountains? They were my obsession, as you probably know!

[www.jpescuola.it](http://www.jpescuola.it)  
**MILANO - 02.2024 2154**  
**info.milano@jpescuola.it**  
**via Boscovich 61 (angolo**  
**c.so Buenos Aires) - MM1 Lima**  
**ROMA - 06.5656 8261**  
**info.roma@jpescuola.it**  
**via Cola di Rienzo 149 -**  
**Metro A Lepanto**

# Gemme preziose in cucina

Nutrienti, saporite, con mille varietà: cipolle e germogli sono perfetti per completare ricette semplici, ma anche le più fantasiose

# C

ipolle e germogli, ingredienti presenti nelle cucine di tutto il mondo, danno quel pizzico in più, quel tocco che manca a un piatto per renderlo unico. Lo completano, in pratica, come una ciliegina su una torta, come il guanciale nella carbonara, come il cacio sulla pasta. Insomma, farne a meno è tutt'altro che semplice.

La cipolla presenta tantissime varietà, suddivise in categorie basate sul periodo di consumo e raccolta. Abbiamo così cipolle primaverili-estive e autunnali-vernive. La pianta pare che sia originaria dell'Asia centrale e occidentale. Ricca di potassio, fosforo, vitamina C, acido folico e vitamina B6, la cipolla mantiene buona

parte dei suoi valori nutrizionali anche da cotta. In genere, se consumate crude, hanno una nota piccante e intensa, che diventa dolce e morbida se vengono rosolate o stufate, più facili da digerire. La cipolla è inoltre ricca di flavonoidi e contiene glucochinina, un ormone vegetale ipoglicemizzante. Le kcal sono poche: 100 grammi ne forniscono circa 38.

Gli strati interni della cipolla, disposti in anelli concentrici e molto succosi, sono protetti dalle bucce esterne sottili che, seccando, assumono colori compresi tra il bianco e il porpora, a seconda della specie. E in base alla specie e al clima cambiano molto anche forme, dimen-







Sopra: le cipolle dorate, tipiche di autunno e inverno. Quella di Parma è tra le più note.

A destra: marmellata di cipolle preparata con la rossa di Tropea IGP, altra cipolla autunnale.

Nella pagina accanto: germogli di piselli, abbastanza ricchi di proteine (8 grammi su 100).



sioni, sapore e dolcezza. Notoriamente quelle rosse sono più dolci di quelle bianche. Tra queste ultime, in particolare tra quelle estive si segnalano la precoce di Barletta, la bianca di maggio o Maggiaiola, la bianca gigante di Giugno, l'Italia bianca, la cipolla bianca di Tripoli, la cipolla argentea di Nocera.

Le cipolle autunnali-vernine possono essere bionde, con un gusto più intenso. Tra queste la bionda di Imola, la dorata di Parma, la vernina di Firenze, la grossa

#### CIPOLLE: CONSIGLI PER L'ACQUISTO E LA CONSERVAZIONE

Accertatevi che le cipolle siano compatte e senza germogli, che il colore sia omogeneo e non vi siano evidenti ammaccature.

E non commettete l'errore di riporle in frigorifero. Conservatele invece in un luogo asciutto, a temperatura ambiente e possibilmente buio, per evitarne la germogliazione. Un punto riparato della dispensa è l'ideale per farle durare a lungo.



## IN CUCINA

Non c'è limite all'impiego in cucina delle cipolle. Alla base di salse e sughi, si consumano anche cotte al vapore, fritte, al forno, gratinate. Nelle insalate sono perfette sia cotte che crude. Deliziose in agrodolce, immancabili nella preparazione di peperonata e caponata, si sposano comunque con tutti gli ortaggi, ma anche con la carne e con molte ricette a base di pesce. Noti sono il fegato alla veneziana, il tonno con cipollata, il pesce spada con cipolla in agrodolce. Senza dimenticare la gustosa frittata di cipolle. E anche delle deliziose composte, ottime abbinate a formaggi sapidi.



ramata di Milano. Ma le cipolle autunnali sono anche rosse, come la piatta di Bassano e la famosa rossa di Tropea Igp.

I germogli non sono altro che semi di cereali o legumi fatti germinare per essere consumati. Ingredienti di tante ricette

fantasiose, sono sempre più reperibili sul mercato. I più indicati e sperimentati sono i germogli di frumento, di soia verde o mung, di soia rossa o azuki, miglio, ceci, crescione, fagiolo, fieno greco, grano saraceno, lenticchie, senape, alfa alfa.

Ottimi sono anche quelli di orzo, zucca, riso, avena, piselli. Oggi è facile trovare in vendita anche germogli di barbabietola rossi e di ravanello. Naturalmente, a seconda del seme, variano colore, sapore, aspetto e anche alcuni valori nutrizionali. Quelli più indicati per il consumo a crudo sono i germogli di cere-

ali (grano, segale e orzo), quelli di legumi (soia verde e lenticchie) ma anche quelli di senape, sesamo e girasole. Assolutamente da evitare è invece il consumo di semi di solanacee (di pomodori, melanzane, peperoni, patate) perché contengo-

no sostanze velenose. E per evitare rischi, i germogli di piselli, soia verde e ceci devono essere consumati solo dopo essere stati sbollentati. A fronte di un basso apporto calorico, i germogli regalano un autentico concentrato

di vitamine e sali minerali. Ecco perché sono molto indicati anche in casi di stanchezza e in tutte le situazioni che necessitano di un maggiore apporto di nutrienti. E anche in fatto di proteine non si scherza: 100 grammi di germogli di soia, per esempio, ne contengono 13, i germogli di piselli 8, quelli di lenticchie 9.

---

**I germogli sono un autentico concentrato di vitamine**

---

## GERMOGLI: GUIDA ALL'USO

Anche i supermercati tradizionali offrono, soprattutto in questa stagione, tante varietà di germogli fra cui scegliere. Si trovano freschi nei banchi della verdura ma, prima di acquistarli, è meglio controllare l'etichetta, per accertarsi che non siano stati trattati con pesticidi o anticrittogamici. Se non li consumate subito, potete conservarli fino a una settimana. L'ideale sarebbe trasferirli all'interno di vasetti di vetro perfettamente puliti, in modo da evitare contaminazioni che rischierebbero di rovinarli. E per gustarli, potete preparare squisite e colorate insalate, contorni a base di verdure e germogli, oppure utilizzarli per arricchire il sapore di polpette e sfornati vegetariani.





# Cima ripiena alla genovese

Specialità di carne della cucina ligure, richiede una lunga ed accurata preparazione. Ecco alcuni trucchi per avere una "cimma", come la chiamano da quelle parti, davvero speciale

**U**n tempo piatto di recupero (nella sua preparazione si utilizzavano i vari avanzi), oggi la cima ripiena alla genovese è una delle specialità della cucina ligure, spesso presente sulla tavola in occasione delle festività più importanti. Ecco come prepararla al meglio.

Con un coltello affilato incidete la carne di vitello profondamente in modo da ottenere una tasca. Tagliate la cervella a pezzetti e tritate lo scalogno. In una padella, soffriggete la polpa tritata, la cervella e lo scalogno, poi aggiungete maggiorana, sale, pepe e spegnete il fuoco. Unite le uova, poi il prosciutto cotto tagliato a dadini, i piselli, i pinoli, poca noce moscata e regolate il sale. Quindi, insaporite con il formaggio grattugiato e mescolate bene con un cucchiaio di legno: dovete ottenere un im-

pasto abbastanza sodo. Riempite la cima con l'impasto per due terzi, perché in cottura le uova si espandono. Poi, chiudete il lato aperto con uno stecchino, avvolgete la cima in un telo e legatela con lo spago. Trasferitela quindi in una pentola d'acqua fredda e mettetela sul fuoco: quando l'acqua bolle, punzecchiate la cima con una forchetta, per impedirle di aprirsi, e salate. Lasciate cuocere per un'ora in tutto. Trascorso questo tempo, spegnete il fuoco e lasciate raffreddare la cima nella sua acqua di cottura. Poi, trasferitela in un colapasta, appoggiatevi sopra, come peso, la pentola piena d'acqua e lasciate scolare per una notte. Il giorno dopo, togliete la cima dal telo, tagliatela a fettine e, se vi piace, servitela con un contorno di patate lesse aromatizzate con prezzemolo.

## LA RICETTA

### Ingredienti per 6 persone

Cima di vitello <b>1,2 kg</b>	Scalogno <b>1</b>
Uova <b>6 intere</b>	Formaggio grattugiato <b>80 g</b>
Polpa di manzo tritata <b>200 g</b>	Pinoli <b>20 g</b>
Prosciutto cotto 1 fetta da <b>100 g</b>	Maggiorana, Noce moscata
Piselli <b>50 g</b>	Olio extravergine d'oliva
Cervella di vitello <b>100 g</b>	Sale e pepe

# TRATTORIA TROMBETTA

## Gustosa semplicità

Un ampio bancone con cucina a vista coinvolge i commensali in uno "streaming gastronomico" dei piatti nel cuore di Milano

DI FRANCESCA COLELLO

**N**el nome c'è tutta l'idea del locale: "Trattoria" e proprio della trattoria vengono recuperati i valori più veraci, pur con la consapevolezza che il mondo è cambiato, i gusti si sono evoluti e il cibo si è trasformato in un'esperienza polisensoriale. Una cucina immediata, un menù "pulito" a partire dai nomi dei piatti, un rapporto quotidiano con produttori selezionati, una materia prima autentica, ancorata alla ciclicità della natura, un'elaborazione culinaria attenta al gusto, questi i tratti distintivi della filosofia di trattoria di Giancarlo Morelli e della sua Trattoria Trombetta nel cuore di Milano.

Il menù è una sinfonia di accostamenti e note gastronomiche, con accenti legati alla memoria sensoriale della tradizione, mescolata ad un concetto di cucina rispettosa della materia prima e dell'individuo. La semplicità è nobilitata da tecniche contemporanee ed estro creativo. È prevista





“La carta dei piatti del giorno” con proposte semplici e convenienti, armonie culinarie dal gusto mai banale che sposano l'immediatezza regalata dalla natura nella sua stagionalità. E a partire dalle 19 scocca l'ora della proposta “I 14 Cocktail Classici” riveduti con erbe aromatiche fresche della cucina. Il mood del locale si gioca su uno spiccato contrasto tra lo stile contemporaneo e la memoria della trattoria, dove la semplicità dei materiali si sposa con elementi preziosi. A un'ampia sala principale fa da contraltare una saletta intima e avvolgente, eredità dell'architettura del palazzo ottocentesco all'interno del quale trova posto la nuova Trattoria Trombetta.

Trattoria Trombetta  
 Largo Bellintani 1, Milano  
 Info e reservation:  
 Tel 02.35941975  
[info@trattoriatrombetta.it](mailto:info@trattoriatrombetta.it)



Nella pagina in accanto, in alto, lo Chef Giancarlo Morelli; al centro: il tiramisù della casa; in basso: il risotto alla milanese.

Un gioco di contrasti tra lo stile contemporaneo e la memoria della trattoria ispirano il locale.

## GUSTO LOCALI



AMO - VENEZIA

## STILE E BUON CIBO

Il nuovo esclusivo ristorante della famiglia Alajmo, all'interno dell'edificio T Fondaco dei Tedeschi

**D**a pochi mesi i veneziani, e non solo, possono vivere una nuova esperienza all'interno della corte centrale dell'antico edificio T Fondaco dei Tedeschi: il ristorante AMO accompagna gli ospiti lungo l'intero arco della giornata, dalla raffinata caffetteria, per un'indimenticabile prima colazione a base di torte monoporzionamento e macaron, ma anche tramezzini gourmet, pizzette e un cicchetto fritto del giorno; al pranzo e alla cena con due diversi menu dedicati che includono una vasta scelta di piatti di carne, pesce e verdure, tre tipi di pizza (al forno, al vapore, frita) e classici Alajmo come il cappuccino di patate. Durante il giorno, AMO è un luogo

luminoso e accogliente: i dettagli in vetro di Murano creano un curioso gioco di luci, che culmina nel grande lampadario ideato dall'artista Aristide Najean.

La sera, quando chiudono i negozi all'interno del Fondaco, AMO si trasforma in un tempio della cucina, dal design riservato e raffinato: «Ogni pezzo di arredamento è un concentrato di spirito veneziano: i divani sono ispirati alle gondole, i vetri sono forgiati dai maestri vetrai di Murano, le pareti ritraggono fantasie ispirate al Carnevale»

parola di Philippe Starck, che di AMO ha curato il design. T Fondaco di Tedeschi by DFS Group San Marco 5556 - Venezia Tel. 041 2412823

**Philippe Starck  
ne ha curato  
il raffinato  
design**

T Fondaco di Tedeschi by DFS Group San Marco 5556 - Venezia Tel. 041 2412823

## SHINTO - NAPOLI

### Sushi partenopeo

All'interno del Nemea Energy Village ha aperto da poche settimane Shinto Napoli, il ristorante di sushi fusion giapponese occidentale, dove sperimentazione e tradizione convivono. Qui lo chef Johnny propone Tempura Maki con fragole, Shinto Chips Roll (tempura di gambero, salmone scottato e sfoglie di patata), e gli Ebi Tempura (gambero, tobikko e cetriolo). Via Pietro Donadio, Cardito (Na) Tel. 081 8305800



## DAD'S DELI - MILANO

### Dove gustare il pastrami

È di Donovan Costa e Davide l'idea di aprire Dad's Deli, un ristorante interamente dedicato al pastrami, specialità della cucina rumena. Un prodotto rigorosamente artigianale che utilizza solo materie prime come il pregiato petto di manzo di Angus. Da provare il Beef Cheese Pastrami Sandwich: Pastrami di manzo, Emmental, trevisana.

Via Pasquale Sottocorno, 1 - Milano Tel. 02 76003529





**SE VIAGGI CON  
GRIMALDI LINES, SI VEDE.**

**LE NAVI GRIMALDI LINES TI PORTANO IN  
GRECIA, SPAGNA, TUNISIA, MAROCCO, SICILIA E SARDEGNA**

**[grimaldi-lines.com](http://grimaldi-lines.com)**

# Stampe d'effetto

La classica giacca blu dal taglio sartoriale trova nuova vita se spezzata con una camicia fantasia e pantaloni a contrasto. Con accessori rigorosamente sportivi

DI VALERIA ONETO



**Leggeri**

**DSQUARED2**

Occhiali da sole dalla forma rettangolare con montatura in metallo e lenti scure.

[www.dsquared2.com](http://www.dsquared2.com)



**Chinos**

**EDEN PARK**

Pantaloni in cotone delavè dal taglio classico con tasche a pofilo.

[www.uk.eden-park.com](http://www.uk.eden-park.com)



**Microfantasia**

**FRADI**

Camicia in cotone con piccola fantasia floreale e particolari interni su collo e polsi a contrasto.

[www.fradi.it](http://www.fradi.it)





**Contrasti**  
**L.B.M.1911**

Giacca blu, camicia fantasia e pantaloni chinos.  
[www.lubiam.it](http://www.lubiam.it)



**Cronografo**  
**TOMMY HILFIGER**

Orologio multifunzione con cassa 44 mm, montatura in acciaio PVD gun, waterresistant 5 ATM.  
[it.tommy.com](http://it.tommy.com)



**Intrecciate**  
**BRIMARTS**

Slip on in pelle, con inserti elastici sul lato, punta e suola in gomma a contrasto.  
[www.brimarts.it](http://www.brimarts.it)

**Da viaggio**  
**BOGGI MILANO**  
Borsone da week-end in pelle con doppi manici e zip.  
[www.boggi.com](http://www.boggi.com)





ADIDAS FOOTBALL X PAUL POGBA

## STILE NON SOLO IN CAMPO

Considerato uno dei migliori centrocampisti del mondo, crea una collezione tra calcio e hip hop

Dopo la conquista del 32esimo scudetto con la Juventus, il ruolo decisivo agli Europei UEFA 2016 per regalare la finale alla Francia e il chiacchierato trasferimento al Manchester United, il calciatore Paul Pogba scende ancora in campo. Ma stavolta in quello del fashion, con una collezione di calzature, abbigliamento e accessori ispirata alla cultura hip hop. Disponibile da Colette a Parigi e presso rivenditori selezionati.

[www.adidas.com](http://www.adidas.com)



## Alessandro Gherardi

### Camicie d'autore

Tessuti inediti, dettagli di pregio e packaging di lusso: la camicia perfetta per festeggiare il papà.

[www.alessandrogherardi.it](http://www.alessandrogherardi.it)



## Wrangler

### Happy Birthday

Collezione dalle radici americane, ma un po' meno wild west e molto anni '70. Proprio come quelli che compie quest'anno.

[www.wrangler.it](http://www.wrangler.it)





JECKERSON

## EDIZIONI SPECIALI

Ogni stagione una capsule che omaggia l'arte

**N**oto per i suoi pantaloni con le toppe, con cui spopolò nei primi anni Duemila, Jecker-son ne fa oggi un punto d'orgoglio. Anzi di più: una capsule collection. Si chiama Jeckpatch e vede protagoniste le iconiche toppe, ad ogni stagione rivisitate con grafiche a tema, in linea con la filosofia del brand: il viaggio. Quelle della prossima collezione primavera/estate strizzano l'occhio al mondo dell'arte e dei grandi spazi di design. [www.jeckerson.com](http://www.jeckerson.com)



## Ermenegildo Zegna

Sul set

Due generazioni di attori a confronto per la campagna Primavera-Estate *Defining Moments*. Il primo è uno dei più grandi e amati di tutti i tempi, Robert De Niro, il secondo, il giovane McCaul Lombard. Ne sentiremo parlare. [www.zegna.com](http://www.zegna.com)



## NikeLab&StoneIsland

Coppia vincente

Nuova interpretazione della Sock Dart Mid, modello del 2002, che assicura protezione, traspirabilità e resistenza all'acqua. [nike.com](http://nike.com)  
[www.stoneisland.com](http://www.stoneisland.com)



## Momodesign

Tecnologia urbana

Nasce dal mondo di ispirazione motociclistica la Criuser Jacket in nylon stretch testurizzato tinto filo, antigoccia e zip waterproof. [www.momodesign.com](http://www.momodesign.com)



# Di bianco vestita

Linee morbide e scivolate per i capi primaverili che parlano di luce giocando con i toni naturali del bianco e del beige. Con piccoli dettagli a contrasto

DI VALERIA ONETO



**Candido**  
**SILVIAN HEACH**  
Giacca in tessuto fluido con collo a lancia, senza maniche, a un bottone.  
[www.silvianheach.com](http://www.silvianheach.com)



**Maxi bag**  
**ZANELLATO**  
Borsa Postina in materiale intrecciato ton sur ton con chiusura e dettagli argentati.  
[www.zanellato.com](http://www.zanellato.com)



**Raso terra**  
**CAR SHOE**  
Sandali in pelle a fasce intrecciate in tessuto con decoro di pietre.  
[www.carshoe.com](http://www.carshoe.com)



**Elegante**  
**SEVENTY**  
Total look  
in bianco.  
[www.seventy.it](http://www.seventy.it)



**A farfalla**  
**FURLA**  
Occhiali da sole dalla montatura grande in acetato trasparente con profili colorati a contrasto.  
[www.furla.com](http://www.furla.com)



**Classico**  
**SEALUP**  
Impermeabile doppiopetto in cotone, bottoni a contrasto e cintura in vita.  
[sealup.net](http://sealup.net)



**Componibile**  
**SWAROVSKI**  
Tris di anelli placcati oro rosa con motivi circolari e luminoso pavé di cristallo.  
[www.swarovski.com](http://www.swarovski.com)



PUMA

## ALLENAMENTO E SEDUZIONE

Kylie Jenner del clan delle Kardashian è il volto della collezione femminile Swan Pack

Ispirata alla sensualità e alla bellezza del cigno – animale elegante e perfetto – in bianco e nero con materiali iridescenti, stampe con motivi di piume e ad alto tasso di seduzione, la speciale capsule collection nata dalla collaborazione tra Kylie Jenner e Puma. Capi e la sneaker Fierce Strap Swan per il training, altamente performanti e dal tocco stresst style.  
[puma.com](http://puma.com)



## Gap

Figli d'arte crescono

"Generation Gap" è il film per il lancio della capsule collection Back to the 90's. Nel cast, talenti figli delle star come Lizzy Jagger, figlia di Jerry Hall, e Rumer Willis, figlia di Demi Moore. [www.gap.com](http://www.gap.com)



## MBT

Con le ali ai piedi

Una corretta postura giova alla salute del corpo: ogni scarpa ha una suola con curva brevettata che regala benefici all'equilibrio, al ritorno venoso e all'attivazione muscolare. [www.mbt.com](http://www.mbt.com)





TATRAS

## LEAFMOUFLAGE

La super modella Coco Rocha è protagonista della campagna adv PE 2017

**N**on più solo camouflage, tema seppur sempre caro a Tatras. Star della bella stagione l'inedita fantasia LeafMouflage, che prende ispirazione dalla natura e dai colori della terra, come i deserti della Baja California. Protagonisti della campagna pubblicitaria l'italiano Andrea Denver insieme alla top model canadese Coco Rocha, che interpretano una collezione che fonde preziosità e romanticismo.

[www.tatras.it](http://www.tatras.it)

## Lotto Leggenda

Grafica floreale

Leggera e femminile la sneaker Osaka W con fondo in EVA, battistrada dentellato, tomaia con lavorazione knitted e grafica japan style. [www.lottoleggenda.it](http://www.lottoleggenda.it)



## Jyuni by Asics

Design funzionale

Minimal e puro: si ispira al design made in Japan e invita a liberarsi da qualsiasi vincolo spazio-temporale la capsule "White collection". Tre i pezzi chiave: il Woven Hooded Jacket, il Knit Short Pant, e lo Short-Sleeve Top. In edizione limitata. [www.asics.com](http://www.asics.com)



TATTO MODA BAMBINA



**Da fiaba**

Monnalisa

Tulle e cristalli per il vestito a corolla.  
www.monnalisa.eu



**Belle e la rosa**

Gap per Disney

Leggings disegnati in cotone.  
www.gap.eu



**Per la pioggia**

Perletti per Disney

Ombrello in Pvc trasparente.  
www.perletti.com



**Stampa all over**

OVS per Disney

T-shirt con tutti i personaggi del film.  
www.ovs.com



LOOK DA PRINCESSA

**BELLA COME BELLE**

La moda kids ispirata al nuovo film "La Bella e la Bestia" in uscita al cinema

Èra il 1991 quando uscì sul grande schermo "La Bella e la Bestia", il mitico cult di Walt Disney. La favola torna nelle sale il prossimo 16 marzo con un nuovo film live action:

a vestire i panni di Belle sarà l'attrice Emma Watson. S'ispira proprio al film il costume con rouches e gonna lunga sbril-luccicosa fino ai piedi.  
www.disneystore.it



**Specchio**

Disney Store

Cover per iPhone.  
www.disneystore.it



**Favolose**

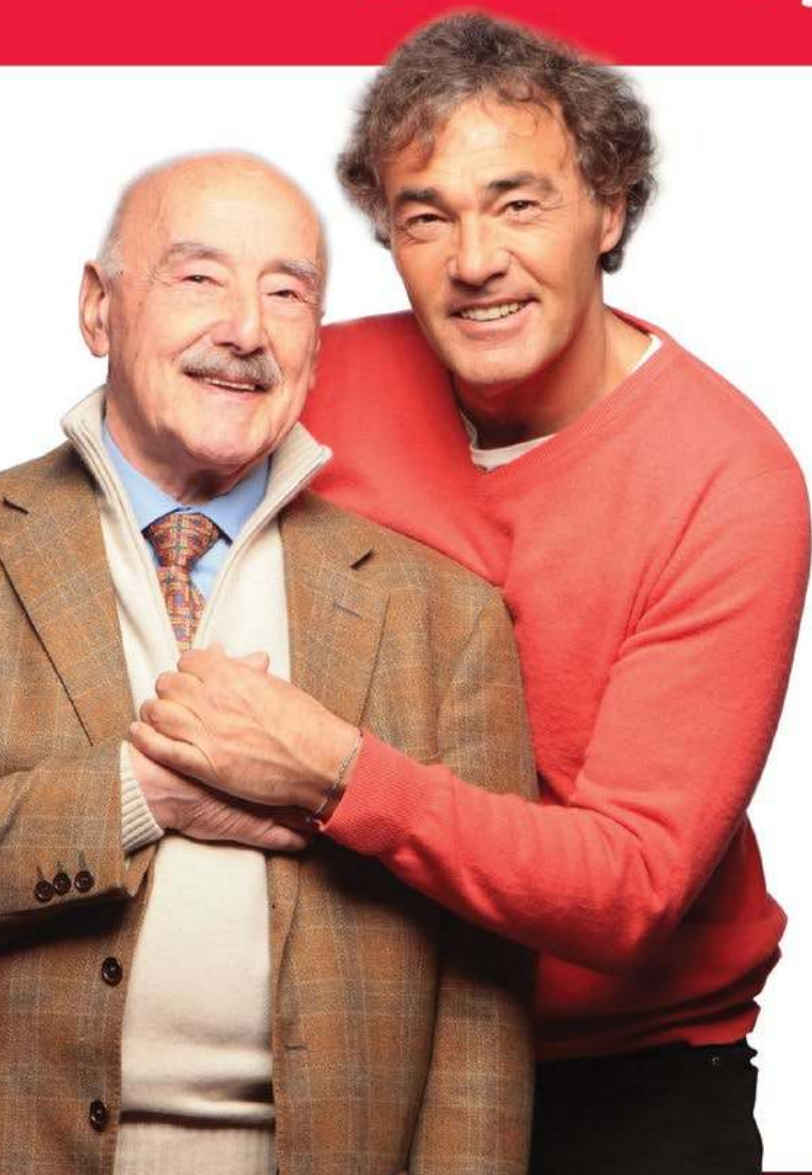
Havaianas

Classiche infradito in gomma.

www.havaianas-store.com

# *Giletti 1884*

*Filati per passione  
Calze tecniche per lo sport*



Giletti S.p.A.  
Via Provinciale, 51  
13835 Ponzzone Biellese (BI)  
Tel. +39.015.777041 r.a.  
Fax +39.015.777104  
E-Mail: [giletti@giletti.it](mailto:giletti@giletti.it)

Magazzino di Carpi:  
Via dell'Agricoltura, 29  
41012 Carpi (MO)  
Tel. + 39.059.645197  
Fax + 39.059.6229046

TUTTI I PRODOTTI  
SONO DISPONIBILI  
ONLINE SUL SITO

[www.giletti.it](http://www.giletti.it)

MADE IN ITALY



[facebook.com/gilettispa](https://facebook.com/gilettispa)

**OLFATTO**

**BENESSERE**





# Il segreto di una pelle perfetta

Detergere e tonificare la pelle, ogni sera prima di coricarsi. Pochi gesti per un viso sano e luminoso

DI MARZIA CICCOLA

# U

na pelle sana e luminosa è fondamentale per apparire al meglio. Più di abiti, make-up o acconciature. Lo ritiene il 66% delle Millennials, generazione “social” che con l’immagine ha un rapporto molto stretto. La ricerca, condotta da One Poll per conto di Panasonic, ha preso in considerazione l’opinione di mille persone su tutto il territorio nazionale, evidenziando come le donne italiane affermino per il 29% di non essere soddisfatta della propria pelle e di vivere in media sette “bad skin days” ogni mese. Tuttavia, nonostante la preoccupazione per l’aspetto della pelle e per i primi segni del tempo,

una ragguardevole percentuale delle italiane (ben il 73) non se ne prende cura regolarmente, e il 44% le dedica non più di cinque minuti al giorno.

Eppure è noto l’obbligo di struccare il viso accuratamente prima di coricarsi, per favorire una migliore ossigenazione, agevolare l’autoriparazione notturna dopo gli attacchi di inquinamento e raggi UV dei cheratinociti, le cellule cutanee più superficiali che sostengono il derma e incidono sull’elasticità della pelle. Fondamentale sapere poi che durante la notte la pelle perde acqua più intensamente, e l’ostruzione dei pori dovuta a trucco,



**Glov**

**COLOR ON-THE-GO**

Un innovativo guanto in microfibra per rimuovere il make-up con la sola acqua (13,90 euro).

[www.glov.co](http://www.glov.co)



**BioNike Defence**

**CREMA DETERGENTE**

Indicata per detergere la pelle del viso sensibile e intollerante. Formulata con un mix di oli e microsferi vegetali, ha una delicata azione esfoliante (17 euro).

[www.bionike.it](http://www.bionike.it)



Alexina Graham per L'Oréal Paris Detergenza Fiori Rari



**L'Oréal Paris Skin Expert  
FIORI RARI**

Una linea completa di sei prodotti di detersione a base di ingredienti naturali, per chi esige efficacia e delicatezza. La Crema struccante è ideale per pelli secche (6,99 euro).

[www.loreal-paris.it](http://www.loreal-paris.it)



**Darphin  
INTRAL AIR MOUSSE**

Un leggero liquido detergente che si trasforma in una soffice schiuma per rimuovere delicatamente le impurità rinforzando la barriera d'idratazione cutanea (27 euro).

[www.darphin.it](http://www.darphin.it)

impurità e sebo non rimossi provoca infiammazioni e aumenta ancora la dispersione acqua. Motivo per cui la pelle si secca ulteriormente, indebolendo la barriera cutanea. La pelle risulterà grigia e poco luminosa, quelle acniche potranno peggiorare e quelle grasse apparire più lucide. Tra gli effetti negativi a lungo termine poi c'è l'invecchiamento precoce, perché oltre a ostacolare la rigenerazione notturna, le particelle inquinanti che si depositano sulla pelle durante il giorno aumentano il "carico" di radicali liberi negli strati cutanei. Ma il mercato offre così tante soluzioni e formule, che è impossibile non trovare quella più adatta, che sia a composizione natura-



**Collistar Natura  
CREMA TRASFORMISTA**

Una nuova linea skin care con il 95% di ingredienti di origine naturale. La speciale Crema Essenziale Trasformista inaugura la cosmesi personalizzata: la crema funge da base per altri ingredienti, che la trasformano a seconda dei desiderata (36 euro).

[www.collistar.com](http://www.collistar.com)



**L'Erbolario  
ACIDO IALURONICO**

Mousse detergente con acido ialuronico che protegge dall'invecchiamento precoce preservando il capitale idrico dell'epidermide (15 euro).

[www.erbolario.com](http://www.erbolario.com)



**Sephora  
MICELLAR WATER & GEL**

Colori vitaminici per acque micellari al te verde (o al carbone) e gel allo yuzu (o al melograno), efficaci e senza risciacquo (5,90 euro).

[www.sephora.it](http://www.sephora.it)

le, senza risciacquo, da portare con sé in viaggio, per pelli sensibili. Per pigre o super attive. A cominciare dai buoni vecchi latte detergente e tonico, per tutti i tipi di pelle, tutto l'anno, alle mousse detergenti, da detergenti bifasici per gli occhi, alle veloci acque micellari. Ma anche Oli detergenti che idratano, nutrono e proteggono, gel dalla consistenza leggera e fresca, emulsioni a metà tra una crema idratante e un latte detergente per le pelli più sensibili. Per non parlare poi di tutti quei device elettronici per una pulizia ancor più profonda. E certo non si può tralasciare l'uso di una buona crema notte. Ma questa è ancora tutta un'altra storia.

**TECNOLOGIA SONICA**

**Pulizia in palmo di mano**

La pelle del viso è immediatamente più luminosa, la grana è affinata, l'aspetto subito più sano. La rivoluzione sono delle spazzole che con micro movimenti permettono una pulizia profonda con il massimo della delicatezza. Per vere "pro" del beauty.



**Imetec  
BELLISSIMA**

Face Cleansing Pro, con le sue 5 testine, è indicato per un trattamento quotidiano e uno specifico dall'azione più intensa. può essere utilizzato sotto la doccia (119 euro).

[www.bellissima.com](http://www.bellissima.com)



**Clarisonic  
MIA FIT**

Più di 300 micro-oscillazioni ultra delicate al secondo e movimento sonico brevettato per l'antesignana delle spazzole soniche. Oggi anche in versione mignon e waterproof (220 euro).

[www.clarisonic.it](http://www.clarisonic.it)



**Braun  
FACE BEAUTY SPA**

Dispositivo 2 in 1, per una pulizia profonda e un'epilazione di precisione. Con 3 nuove beauty brush intercambiabili per le diverse esigenze (99,90 euro, spazzole 29,99 euro).

[www.braun.com](http://www.braun.com)



**Panasonic  
SPAZZOLA DETERGENTE XC10**

Dispositivo 3 in 1 con micro schiuma: la piastra riscaldante scioglie il trucco e aiuta a rimuoverlo mentre la spazzola soft forma una schiuma che facilita la pulizia (179,99 euro).

[www.panasonic.com](http://www.panasonic.com)



# Allenamenti Open Air

Cinque volte la settimana per 20 minuti.  
È il segreto di lunga vita di Fabio Inka,  
il trainer più famoso della Capitale

DI MARZIA CICCOLA

# N

on un semplice trainer. Fabio Inka ha un curriculum di tutto rispetto, oltre ad essere training ambassador del marchio Asics: ex atleta, due lauree (Scienze Motorie e in Scienze della Comunicazione) e una in arrivo in Scienze della Nutrizione, è un Life e Sport coach certificato. A Roma è una delle figure di riferimento per chi vuole stare in forma, allena infatti migliaia di persone in tutti i parchi della Capitale dove pratica Impacto Training, rivoluzionario ed efficace sistema d'allenamento da lui creato.



### **Cos'è Impacto training?**

«È un programma di allenamento ad alta intensità che accelera il metabolismo e consente di consumare grassi e calorie non solo durante l'allenamento, ma anche nelle 48 ore successive. Migliora forza ed efficienza muscolare senza "gonfiare" i muscoli e aumenta coordinazione, equilibrio e flessibilità. Lo si pratica dove si vuole e quando si vuole. Non ha bisogno di alcun attrezzo, né di molto spazio: bastano pochi metri quadrati. I risultati sono evidenti già in otto settimane, allenandosi 5 volte a settimana per 20 minuti. Si può

---

**«È sbagliato pensare di iniziare con pochi allenamenti. Necessario avere fin da subito una giusta frequenza»**

---

adattare a differenti livelli di forma fisica quindi non si ha bisogno di essere già allenato per iniziare. Impacto Training è una guida per il benessere del corpo e della mente».

### **Quali sono i plus?**

«È breve, efficace, divertente e diversificato e dà risultati rapidamente. Ogni allenamento è differente e bastano poche lezioni per vedere e percepire i primi miglioramenti».

### **Perché predilige allenamenti all'esterno?**

«In Italia il concetto di fitness all'aperto, inteso non come una lezione all'aperto una tantum (magari a primavera) bensì come una vera e propria palestra open air attiva tutto l'anno, anche in inverno, è in un certo modo innovativo. I vantaggi sono molteplici: l'aria fresca, l'energia del sole, il silenzio della natura creano un'esperienza decisamente piacevole».



### **Allenarsi usando video o app è sempre più comune. Ma le lezioni di aerobica in videocassetta sono sempre esistite, dai tempi di Jane Fonda... Cosa è cambiato oggi?**

«Da questo punto di vista, il modo di fruizione sicuramente: oggi grazie agli smartphone e alla connessione internet possiamo allenarci ovunque senza essere vincolati a un videoregistratore».

### **Dal running alla bicicletta, dal crossfit alle discipline a più basso impatto, come pilates e yoga, ormai chi non pratica alcuno sport è letteralmente tagliato fuori...**

«L'esercizio fisico regolare è ormai riconosciuto come elemento fondamentale di un sano e corretto stile di vita. Sempre più persone si rendono conto che l'allenamento costante può essere considerato l'unico vero elisir di lunga vita. L'attività fisica favorisce la conservazione della massa proteica, ritarda gli effetti dell'invecchiamento e rallen-



Fabio Inka ha brevettato un sistema di allenamento rivoluzionario ed efficace: Impacto Training.

Migliaia di persone si ritrovano nei parchi di Roma per allenarsi all'aperto insieme al trainer più famoso della Capitale.



ta i processi degenerativi legati a esso: quindi grazie all'allenamento viviamo più a lungo e con una migliore qualità, perché non dovremmo farlo?».

#### **Cosa rende bravo un trainer?**

«Innanzitutto delle solide basi accademiche, poi l'esperienza e le doti comunicative, e soprattutto la capacità di far ottenere il massimo dei risultati ai propri allievi, che si tratti di sportivi di alto livello o persone che si avvicinano all'allenamento per il proprio benessere».

#### **Lei dà anche consigli dietetici sul blog.**

«Sto frequentando la Magistrale in Scienze della Nutrizione (sarà la mia terza laurea): sul mio blog do consigli di carattere generale per ottimizzare i risultati

di un buon allenamento avvalendomi della consulenza di vari specialisti della nutrizione».

#### **Cosa suggerisce a chi vuole iniziare a fare attività fisica, ma non essendo allenato si potrebbe arrendere facilmente?**

«È uno degli argomenti che ho trattato nel mio libro, spesso si crede erroneamente che, non essendo in forma, si debba cominciare con pochi allenamenti settimanali. In realtà iniziare subito con la giusta frequenza (tra 3 e 5 volte a settimana) è la scelta più salutare e porta migliori risultati. In letteratura sportiva è ampiamente dimostrato che anche e soprattutto in fase di adattamento,

Sul suo blog ([www.impactottraining.com](http://www.impactottraining.com)), Fabio Inka dà consigli dietetici avvalendosi di specialisti della nutrizione.

Inka è training ambassador della ASICS e ha conseguito due lauree: Scienze Motorie e Scienze della Comunicazione.

---

«Nel nostro Paese fare fitness all'aria aperta è un'innovazione e porta vantaggi»

---



la frequenza settimanale è più importante della durata di ogni singolo allenamento. Per adattare rapidamente il corpo sono meglio 5 allenamenti settimanali di 20 minuti che un allenamento da 100 minuti. Quel che deve essere graduale nelle prime 4-5 settimane è il carico di lavoro all'interno della sessione. Nonostante tanti siano convinti del contrario, allenarsi di più non è sempre produttivo. Infine, propongo sempre due versioni per ogni esercizio, una più facile (e senza saltelli) e una più difficile, entrambe efficaci».

**Come è avvenuto l'incontro con Asics? Quali valori condivide con il marchio?**

«Ho fortemente voluto e cercato la collaborazione con ASICS perché è un marchio di fama mondiale sinonimo da sempre di qualità. È l'acronimo di Anima sana in corpore sano, uno dei tanti valori che condividiamo».



FALCONERI

## IL LATO EMOZIONALE DEL PROFUMO

Collezioni di fragranze che traducono le caratteristiche di un marchio in note olfattive. Per veri appassionati

Falconeri, marchio conosciuto per la maglieria in cashmere e filati naturali, traduce la sensazione dei suoi capi in note olfattive. Il pack elegante e lineare ne richiama il mood e l'attenzione al dettaglio. Tre le fragranze, create da Rols, piccola realtà artigiana di grande qualità. Elicri-

so, dalla sensualità elegante, espressa da note intense di elicriso, anice stellato e vaniglia; Fico, sorprendente e irresistibile con le sue note esuberanti di pompelmo e limone; infine Ambra, in cui bergamotto e gelsomino subiscono la voluttà dell'ambra e dell'iris.

[www.it.falconeri.com](http://www.it.falconeri.com)



### Camicissima

Il profumo di una camicia bianca

Il nome delle fragranze, Black 31 e White 85, una maschile e una unisex, rimanda alla nuova immagine del brand e, contemporaneamente, celebra l'anno di nascita (1931) e il numero dei compleanni festeggiati dalla stessa azienda.

[www.camicissima.com](http://www.camicissima.com)



### Baldinini

Profumi da collezione

Il marchio calzaturiero debutta con una collezione di cinque eau de parfum unisex dal concept innovativo e di forte impatto ispirato al mondo della pelletteria.

[www.baldinini-shop.com](http://www.baldinini-shop.com)

### Zara Home

The perfume collection

La prima collezione di fragranze per lei e per lui declinata in sei universi olfattivi creati dai maître parfumeur Alberto Morillas e Jérôme Épinette.

[www.zarahome.com](http://www.zarahome.com)





## OLFATTO BEAUTY UOMO

**Paco Rabanne****Il fascino dell'invincibile**

Versione "Intense" di Invictus, un abbraccio di legni ambrati e un accordo marino che ricorda la pelle salata come dopo un bagno in mare, racchiuso nella scultura-trofeo dalle sfumature grigio scuro.

[www.pacorabanne.com](http://www.pacorabanne.com)



NEAL'S YARD REMEDIES

**COSE DA MASCHI**

Idee per la festa del papà, novità dedicate agli amanti dei prodotti naturali, agli sportivi, ai nostalgici e ai più modaioli. Per non sbagliare

Un balsamo lenitivo e protettivo che, con ingredienti naturali quali olio di oliva e di sesamo, centofoglie, calendula e amamelide, protegge dalle aggressioni ambientali, lenisce la pelle infiammata, cura le irritazioni e la tonifica subito dopo la rasatura. Abbinato alla Shave Cream che contiene argilla, succo di mela e avena, sono perfetti per una rasatura profonda, delicata e senza irritazioni. Perché il rito quotidiano della barba sia un piacere.

[www.nealsyardremedies.com](http://www.nealsyardremedies.com)

**Byblos****L'essenza di un uomo**

Fusione di forza e sensualità, l'ultima creazione maschile del marchio fashion, Byblos Fusion. Per l'uomo a cui piace mescolare carattere e anche delicatezza.

[www.byblos.it](http://www.byblos.it)

**Zippo****Icone senza tempo**

Il nuovo The Original è dedicato a un ragazzo che ama la vita e la propria indipendenza, ma cerca garanzia di autenticità che gli permette così di distinguersi ed esprimere la sua personalità.

[www.mavive.com](http://www.mavive.com)



NATURAL  
POINT

# MAGNESIO SUPREMO

naturalmente

# ANTISTRESS\*

*Il magnesio è un minerale che contribuisce a sostenere:*

- Il rilassamento muscolare
- Il benessere psicologico
- Il metabolismo energetico
- L'equilibrio degli altri minerali
- La struttura di ossa e denti
- Il transito intestinale
- La costruzione di proteine



*\* Il magnesio contribuisce alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento fisico e mentale*

## SCEGLI LA FORMULA ORIGINALE

*disponibile anche nei gusti Lemon e Ciliegia*

Il magnesio, minerale importantissimo per il nostro organismo, è il responsabile di ben 325 funzioni vitali. Se il magnesio va giù ci sentiamo stanchi, senza energie, stressati, nervosi, tesi e doloranti. Al contrario, un giusto livello di magnesio permette al nostro corpo di regolarsi come il meccanismo di precisione di un orologio e di sostenere il corretto svolgimento di molte funzioni chiave, dalla formazione delle proteine, alla

regolazione del livello di glucosio.

**MAGNESIO SUPREMO®**, marchio registrato di Natural Point, è un integratore alimentare a base di magnesio, solubile e dal sapore gradevole. La sua formula originale è in *polvere e a rapido assorbimento*. Sciolta in acqua, viene convertita in magnesio citrato.

*In vendita nelle erboristerie, farmacie e negozi di alimentazione naturale.*

**PERCHÉ  
MAGNESIO SUPREMO®**  
Selezione accurata delle materie prime  
Ciclo di produzione dedicato senza  
contaminazione di sostanze estranee  
No OGM  
Senza glutine e senza additivi



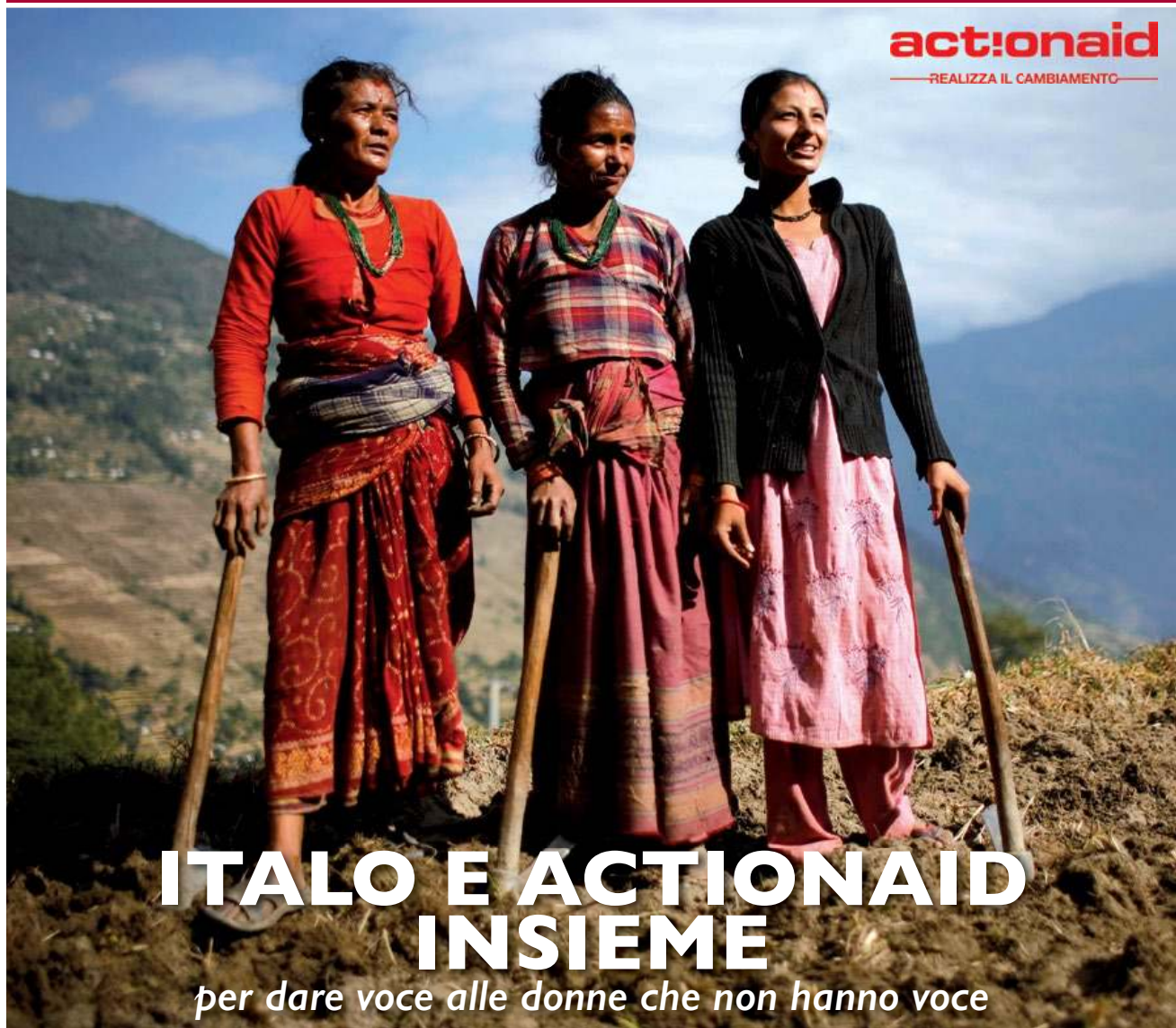
# .italo

I PIACERI DEL VIAGGIO



**act:onaid**

— REALIZZA IL CAMBIAMENTO —



## ITALO E ACTIONAID INSIEME

*per dare voce alle donne che non hanno voce*

**108** **News**  
Novità e anticipazioni dal mondo di Italo

**110** **Italolive**  
Tanto divertimento sul portale di bordo

**112** **Intrattenimento a bordo**  
Viaggia in compagnia dei migliori film

**115** **Le nostre offerte**  
Proposte e vantaggi per tutti

**116** **Il network**  
Collegiamo l'Italia all'insegna del comfort

**118** **Gli ambienti di viaggio**  
Il piacere di viaggiare con Italo



## Italo con ActionAid per la Festa della Donna

Italo sostiene l'associazione umanitaria nella campagna di sensibilizzazione contro la discriminazione e la violenza sulle donne e ospita dall'8 al 15 marzo due mostre fotografiche nelle Lounge Italo Club di Roma e Milano

Italo conferma il suo impegno concreto nella promozione della responsabilità sociale sostenendo ActionAid nella lotta contro la discriminazione e la violenza sulle donne. Ancora oggi, purtroppo, in diverse parti del mondo tra le quali Brasile, Kenya, India, Cambogia, Afghanistan, i diritti umani di milioni di donne e bambine vengono negati e calpestati: per questo motivo Italo, in occasione della Festa della Donna, affianca ActionAid nella sua attività di sensibilizzazione e informazione. Dall'8 al 15 marzo infatti, presso le sue

Lounge di Roma e Milano, Italo ospiterà gli ambasciatori di ActionAid e due mostre fotografiche dedicate alle aree di azione su cui l'associazione umanitaria si impegna maggiormente: il contrasto della violenza sulle donne e il loro diritto ad accedere e possedere la terra che lavorano. Presso la Lounge Italo Club di Roma Termini sarà allestita la mostra "Donne in Afghanistan": attraverso queste foto ActionAid racconta la quotidianità delle donne in quel Paese, la forza di piccoli gesti e i progressi fatti grazie al progetto "Stop alla violenza contro le

donne" in una terra in cui per una donna anche solo uscire di casa rappresenta un atto di coraggio. Saranno invece gli scatti della mostra "Donne agricoltrici del Sud del mondo" ad essere esposti presso la Lounge Italo Club di Milano Centrale. Questa mostra mira a promuovere il diritto delle donne a possedere ed ereditare la terra, ad avere l'accesso alla formazione e al credito per attività agricole, assieme all'istruzione e alla garanzia di una fonte di reddito. I viaggiatori di Italo che hanno accesso alle Lounge avranno la possibilità



Uno scatto di "Donne in Afghanistan", la mostra ospitata nella Lounge Italo di Roma Termini. Nella pagina accanto, una foto della mostra "Donne agricoltrici del Sud del Mondo", nella Lounge di Milano.

di passare il tempo di attesa del proprio treno ammirando questi suggestivi scatti che offrono spunti di riflessione su tematiche estremamente attuali e rilevanti. Presso le Lounge saranno presenti gli ambasciatori di ActionAid, pronti a fornire informazioni e approfondimenti sulle attività dell'associazione ai viaggiatori di Italo che ne faranno richiesta. Le Lounge, concepite per offrire il massimo del comfort e dei servizi ai viaggiatori, sono gli spazi ideali per ospitare simili eventi, rendendo sempre più originale e mai

banale l'esperienza di viaggio di chi sceglie Italo. ActionAid è un'organizzazione internazionale indipendente presente in 45 paesi che opera al fianco delle comunità più povere, contro fame, ingiustizia e disuguaglianza sociale. Da oltre 40 anni è a fianco delle comunità più povere e marginalizzate, per garantire loro migliori condizioni di vita e il rispetto dei diritti fondamentali. Il lavoro sul campo di ActionAid coinvolge circa 20 milioni di persone attraverso 800 progetti sviluppati in collaborazione con 2000 organizzazioni locali in cinque continenti.

## Continua il viaggio del Paese della Sera a bordo di Italo



**1,5 MILIONI DI LETTORI E PIÙ DI 120 STORIE DI SOLIDARIETÀ RACCONTATE IN SEI MESI DAL QUINDICINALE GRATUITO DISTRIBUITO SUI NOSTRI TRENI**

Oltre un milione e mezzo di lettori a bordo treno, più di 120 storie di solidarietà raccontate e una comunità appassionata e attiva di quasi 300mila utenti che si è raccolta sul web per sostenere il progetto con grande entusiasmo. Numerose le firme prestigiose del mondo della cultura e del giornalismo (da Erri De Luca, Giobbe Covatta, Enrico Bertolino fino a Maria Grazia Cucinotta) che hanno dato il loro contributo volontario sui temi della povertà, dell'accoglienza, della violenza sulle donne, della disabilità, della sostenibilità. Sono questi i dati presentati l'8 febbraio scorso, presso la Lounge Italo Club di Roma Termini durante l'incontro dedicato al bilancio dei primi sei mesi di avvio del progetto sociale "Il Paese della Sera", iniziativa nata dall'impegno dell'associazione White Stone Company in collaborazione con Italo, Comunità di Sant'Egidio, Fondazione Cariplo e Fondazione Bracco che promuove la cultura della solidarietà e del volontariato e l'inserimento lavorativo di ragazzi e ragazze in situazioni di disagio economico attraverso la distribuzione ogni mattina all'alba sui treni Italo a Milano e Napoli della omonima rivista. Oltre al bilancio più che positivo dei sei mesi appena trascorsi, il 2017 ha portato anche diverse novità come l'ingresso di nuovi e prestigiosi partner come il gruppo AdnKronos, Fondazione Allianz, Agire e Avis che sosterranno il progetto sociale che si è posto già due importanti obiettivi per il nuovo anno: l'aumento fino a 20 dei giovani coinvolti nella distribuzione sui treni Italo e nuovi canali distributivi per ampliare il numero di lettori. Grazie alla collaborazione strategica di Italo, "Il Paese della Sera" ha portato e continuerà a portare in viaggio il suo messaggio positivo di solidarietà e di innovazione sociale attraverso l'Italia così che Italo continui a essere un treno che connette non solo luoghi e persone ma sempre di più anche idee e progetti.

# Accomodate! Ecco il mondo di ItaloLive

Con l'intrattenimento di bordo il viaggio non sarà più lo stesso. Tanti contenuti per tutti i gusti, dai **film** ai **libri** passando per la **musica** e l'**informazione** e da oggi anche le **lezioni di inglese di J.P.Sloan**



Con Italo il divertimento viaggia ad alta velocità, scopri ItaloLive! ItaloLive è il portale di bordo di Italo grazie al quale è impossibile annoiarsi durante il viaggio. I contenuti infatti sono numerosi ed estremamente diversificati così da poter soddisfare i gusti di tutti i viaggiatori. Oltre a film, serie tv, musica e cartoni animati per i più piccoli, su ItaloLive potrai trovare anche quotidiani e libri in formato digitale.

Per essere continuamente informati, sono disponibili anche gli aggiornamenti dell'Ansa in tempo reale e gli aggiornamenti meteo. Ora è anche disponibile una ricca sezione dedicata a tutti coloro che vogliono imparare l'inglese divertendosi grazie ad un insegnante d'eccezione, John Peter Sloan. Tutti i contenuti del portale sono accessibili liberamente e gratuitamente da chiunque abbia con sé un proprio device personale.

## Cinema



Goditi un bel film a bordo di Italo scegliendo fra le oltre **130 pellicole**, anche in lingua inglese, a disposizione sul portale ItaloLive e targate **Medusa**. Puoi spaziare fra diversi generi, l'offerta è adatta al pubblico di ogni età, per garantire massimo intrattenimento durante il viaggio e far sì che questo sia sempre più piacevole. Tra i titoli per il **genere thriller** troverai: "L'ultima missione", "La talpa", "Red", "L'Impero dei Lupi", "La Doppia Ora", "Un alibi perfetto". Per il genere drammatico, potrai trovare, tra i tanti, anche "Il destino di un guerriero", "The Hole", "Baharia", "Disastro a Hollywood", "I giorni

dell'abbandono", "Il dolce e l'amaro", "La prima cosa bella", "La solitudine dei numeri primi", "La versione di Barney", "Provincia meccanica". Non mancano, ovviamente, i **cartoni animati** per i più piccoli come "Cinque bambini e It", "Garfield il supergatto", "Piccolo grande eroe", "Space chimps" e i film dedicati alla famiglia: "Ballare per un sogno", "Una famiglia perfetta" e "Andersen". Risate assicurate con il genere **commedia** all'interno del quale troviamo divertenti film come "Immaturi", "Il ricco, il povero e il maggiordomo", "Troppo bello" e "Matrimonio alla Bahamas".

## L'inglese divertendoti



Metti alla prova il tuo inglese grazie alla nuova sezione di ItaloLive "**L'inglese divertendoti**" powered by **John Peter Sloan - La Scuola®**.

Quattro diverse aree tematiche (Grammar, Pronunciation, Real English e Vocabulary), tre livelli di apprendimento (Easy, Intermedie e Difficult) e circa **70 mini-lezioni** ti daranno la possibilità di imparare e migliorare il tuo inglese, divertendoti. Potrai anche creare la tua playlist personale e ascoltare i tuoi contenuti preferiti durante il viaggio!

Per accedere a Italo live collega il tuo dispositivo alla rete Wi-Fi ".italo". Apri il browser e attendi la comparsa automatica dell'Home Page del portale. Se non visualizzi la home page puoi accedere direttamente dall'indirizzo **<https://portal.italolive.it>**

## Musica



Italo, in accordo con **R101**, **Radio 105**, **Virgin Radio** e **Radio Monte Carlo** mette a disposizione dei viaggiatori oltre **140 brani musicali** per tutti i gusti. Potrai spaziare tra musica italiana, pop, rock, hip-hop e r'n'b. Ascolta subito i tuoi brani preferiti con un semplice click: puoi passare facilmente da Cesare Cremonini con "Buon viaggio" ai Coldplay con "A Head full of dream" dai Linkin Park con "Castel of Glass" a David Bowie con "The Jean Genie" quando e come preferisci. Ascoltare della buona musica dal portale Italolive non impedisce tra l'altro di continuare a navigare su siti di proprio interesse. La grande musica viaggia a bordo di Italo! A tua disposizione **8 diverse**

**playlist** all'interno delle quali scegliere i brani da ascoltare durante il viaggio: **Radio 105 Hits**, che propone gli ultimi successi italiani e stranieri in vetta alle classifiche, **105 New For You**, dedicata alle novità discografiche del momento, **RMC Hits**, per gli amanti della musica di classe. **Virgin Rock Classic** e **Virgin Rock Hits** sono rivolte a chi preferisce il genere rock. Sono inoltre disponibili Enjoy the Music, la playlist contenente le hit del momento e i grandi classici dagli anni '80 fino agli anni 2000, **RCM Italia**, dedicata alla migliore musica italiana e Urban Night, all'interno della quale si potranno ascoltare brani che spaziano dalla musica Elettronica a quella House, passando per l'R&B e l'Hip Hop.

## Cartoni animati



Il portale Italolive pensa proprio a tutti, anche ai viaggiatori più piccoli. Proprio per i più piccoli è a disposizione un'intera sezione in cui trovare gli amatissimi episodi del cartone animato **Geronimo Stilton**, oramai una vera icona per tutti i bambini (la sua prima avventura è apparsa nel 2000). Il famoso topolino con gli occhiali che insieme ai suoi parenti e amici vive continuamente straordinarie avventure ambientate nella città immaginaria di Topazia, accompagna durante il viaggio tutti i suoi piccoli fan.

## Attualità



Per essere sempre informati Italo offre ai suoi viaggiatori la consultazione delle **news ANSA** in tempo reale, raccolte nelle 5 sezioni Italia, Spettacolo, Economia, Mondo, Sport. È inoltre possibile sfogliare i quotidiani in formato elettronico: **La Repubblica**, **Il Sole 24 Ore** e **la rivista di bordo Italo**. In questo modo si potrà essere costantemente informati riguardo i maggiori avvenimenti della giornata in tempo reale. L'informazione viaggia ad alta velocità a bordo di Italo!

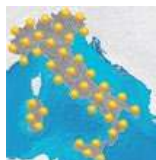
## Webseries



In collaborazione con **Sailing & Travel Magazine** Italo riserva ai suoi viaggiatori la visione della **webserie di viaggio #vadoaquelpaese**, che ti porterà in ogni episodio alla scoperta dei posti più belli del mondo come le U.S Virgin Islands, la Norvegia, il Marocco, Capo Verde. Un programma di viaggio girato con uno stile di ripresa in soggettiva insieme a un montaggio professionale dal ritmo veloce e coinvolgente fanno di #vadoaquelpaese una webserie originale e ben riuscita, pensata soprattutto per chi ama viaggiare.

## Libreria

Goditi la lettura di un buon libro in viaggio con Italo! Su Italolive avrai a disposizione una selezione di **oltre 40 libri in formato digitale** offerti in collaborazione con Rizzoli Libri. Tanti i generi fra cui scegliere per rendere migliore il viaggio. Tra le diverse proposte per il **genere giallo** troviamo "Il bambino segreto", della scrittrice svedese Camilla Lackberg e "La verità sul caso Harry Quebert" mentre nella selezione di **romanzi** troverai diverse proposte tra cui "Bridget Jones - Un amore di ragazzo" di Helen Fielding e "Marina bellezza" di Silvia Avallone. Tra i **saggi storici** troviamo Vittorio Sgarbi con il "Il tesoro d'Italia" e "Sangue, Sesso, soldi" di Giampaolo Pansa. Tra i **libri dedicati ai bambini** anche "Il piccolo principe - Il ladro di stelle". A tua disposizione anche la sezione **"Guide Turistiche"** che raccoglie le guide di Roma, Milano, Torino e Venezia, all'interno delle quali troverai utilissimi consigli per vivere a 360 gradi queste meravigliose città italiane.



## 3B Meteo

Italo e 3B Meteo offrono a tutti i viaggiatori il bollettino meteo con previsioni fino a 48 ore, costantemente aggiornate. Se vuoi sapere come sarà il tempo nella città verso cui sei diretto, accedi alla sezione Meteo di Italo live e resta informato.

### I SERVIZI DI ITALO

Dal portale Italolive puoi anche acquistare i biglietti di Italo mentre sei in viaggio e iscriverti al programma fedeltà Italo Più.



Sergio Castellitto e Penelope Cruz protagonisti di "Non ti muovere", in programmazione sui treni Italo, con Margaret Mazzantini, autrice del romanzo

## A marzo a bordo di Italo un palinsesto in rosa

In occasione della Festa della Donna, la Carrozza Cinema offre una selezione di film interamente dedicata all'universo femminile

Chi sceglie la Carrozza Cinema non sbaglia mai. La carrozza numero 11, quella dedicata al cinema, consente ai viaggiatori di tutte le età di godersi comodamente il viaggio intrattenuti da un buon film.

Ci sono thriller, film d'azione, film drammatici, film di animazione e commedie che vi accompagneranno durante il tragitto a seconda della programmazione\*. Gli otto monitor posti in carrozza, da 19 pollici ognuno, e rigorosamente in HD, garantiranno una visione di ottimo livello: servirà solamente collegare l'auricolare alla presa posta accanto alla seduta. Salite a bordo e godetevi lo spettacolo! Questo mese il palinsesto della carrozza Cinema è completamente dedicato

all'universo femminile. La selezione di marzo presenta film la cui storia ruota attorno a una protagonista femminile, come "La papessa", "La contessa bianca", "Il cuore grande delle ragazze", "Shopgirl", "As you like it", "Quando meno te lo aspetti", "Ballare per un sogno", "I giorni dell'abbandono", oppure "Non ti muovere", trasposizione cinematografica dell'omonimo romanzo della scrittrice Margaret Mazzantini. Nella pellicola di ambientazione storica "La papessa", Johanna Wokalek interpreta magnificamente Giovanna, una donna che si ribella a un destino per lei già scritto, mentre in "La contessa bianca" seguiamo le vicende di Natasha Richardson nei panni di una nobile russa decaduta che

si innamora di un affascinante diplomatico americano, interpretato da Ralph Finnie. "Il cuore grande delle ragazze" è invece una tenera commedia sentimentale che racconta la storia d'amore di Francesca, interpretata dalla bellissima Micaela Ramazzotti, e Carlino a cui presta il volto Cesare Cremonini. "Shopgirl" ci regala un ritratto femminile, quello della protagonista Mirabelle (interpretata da Claire Danes) di toccante sensibilità, sullo sfondo di una storia d'amore e solitudine ambientata nella frenetica Los Angeles. "Ballare per un sogno" ci racconta la storia di una ragazza, Lauryn, e della sua irrinunciabile passione per la danza mentre "Quando meno te lo aspetti" è la storia dell'incrocio di due



destini: quello di Laura, interpretata da Agathe Bonitzer e quello di Sandro (Arthur Dupont), l'uomo della sua vita. Ne "I giorni dell' abbandono" seguiamo un'eccezionale Margherita Buy nei panni di Olga, una donna che, abbandonata all'improvviso dal marito, precipita in una disperazione senza fine da cui però riesce a uscire ritrovando l'amore per se stessa. "Ci vuole un gran fisico" è invece un'originale commedia tutta al femminile che segna l'esordio alla regia di Sophie Chiariello e che mette in scena una parodia dei più comuni clichè riguardanti l'universo femminile. Chiudiamo la nostra selezione di storie al femminile con "Non ti muovere", trasposizione cinematografica dell'omonimo romanzo della scrittrice Margaret Mazzantini.

## LA PAPESSA (con Johanna Wokalek, David Wenham)



Siamo nell'814 d.C. e Johanna sembra condannata a vivere una vita che non le piace, con un destino già scritto. Ma Johanna, spinta dalla convinzione che il destino abbia in serbo per lei qualcosa di diverso, si oppone al severo padre e alle regole della Chiesa, anche a costo di pagare un prezzo molto alto. Facendosi chiamare Fratello Johannes, riesce a entrare nel monastero di Fulda, travestita da uomo, dove vivrà facendo il medico. Ma quando la sua vera identità sta per essere scoperta, Johanna fugge a Roma. Tre anni dopo il suo arrivo, nell'843, Johanna guarisce Papa Sergius grazie alle sue doti mediche e gli resta accanto per anni, finché non morirà avvelenato. Johanna capirà che c'è una sola cosa che non può più negare a se stessa: l'amore.

## IL CUORE GRANDE DELLE RAGAZZE (con Micaela Ramazzotti)



Siamo nella prima metà degli anni '30, in una cittadina dell'Italia centrale immersa nella campagna. La famiglia contadina dei Vignetti ha tre figli: il piccolo Edo, Sultana e Carlino, giovanotto molto ambito dalle ragazze. Gli Osti invece sono proprietari terrieri che hanno fatto fortuna e vivono in una casa padronale con le loro tre figlie, tutte da maritare: le più attempate Maria e Amabile, e la più giovane Francesca. Facendo buon viso a cattiva sorte, i coniugi Osti, Sisto e Rosalia accettano che il giovane contadino Carlino corteggi le due sorelle maggiori con l'intento di sistemarne almeno una. Inizia un periodo di incontri tra Carlino e le due ragazze nel salotto di casa Osti, turbato però un giorno dall'arrivo improvviso della bellissima Francesca dalla città in cui è stata mandata a studiare. Tra i due giovani è colpo di fulmine e tutti i piani vanno in fumo.

## SHOPGIRL (con Steve Martin, Claire Danes)





Mirabelle Buttersfield lavora come commessa al reparto guanti del magazzino Saks sulla Fifth Avenue, a Beverly Hills. Si annoia e sogna di essere un'artista. Jeremy è un ragazzo che fa i primi passi rischiosi nel mondo attraverso un modesto impiego nel settore degli amplificatori di musica, un paio di libri fai da te e un tour on the road lungo il paese in un autobus rock'n'roll. Ray Porter è un imprenditore di successo che ha scelto la vita da single, libera e senza impegni. Questi tre sono destinati a incontrarsi e, attraverso il confronto reciproco, a imparare molte cose sull'amore.

# Viaggio all'insegna del grande cinema

Con il palinsesto di marzo nella carrozza 11 lo spettacolo è assicurato

Periodo di programmazione	TRATTA NORD-SUD Il film inizia poco dopo la partenza da Milano, Padova o Verona.	TRATTA SUD-NORD Il film inizia poco dopo la partenza da Roma.
dal 2/3 al 8/3	 <p><b>LA PAPESSA</b> di Sonke Wortmann Con: Johanna Wokalek, David Wenham Durata: 149' Genere: Drammatico Lingua: ITA/ENG</p> 	 <p><b>IL CUORE GRANDE DELLE RAGAZZE</b> di Pupi Avati Con: Cesare Cremonini, Micaela Ramazzotti Durata: 85' Genere: Sentimentale Lingua: ITA</p> 
dal 9/3 al 15/3	 <p><b>LA CONTESSA BIANCA</b> di James Avory Con: Ralph Fiennes, Natasha Richardson, Vanessa Redgrave Durata: 135' Genere: Drammatico Lingua: ITA/ENG</p> 	 <p><b>SHOPGIRL</b> di Anand Tucker Con: Steve Martin, Clare Danes, Jason Schwartzman Durata: 103' Genere: Commedia Lingua: ITA</p> 
dal 16/3 al 22/3	 <p><b>NON TI MUOVERE</b> di Sergio Castellitto Con: Sergio Castellitto, Penélope Cruz, Claudia Gerini Durata: 120' Genere: Drammatico Lingua: ITA</p> 	 <p><b>BALLARE PER UN SOGNO</b> di Darren Grant Con: Mary Elizabeth Winstead, Tessa Thompson, Riley Smith Durata: 90' Genere: Drammatico Lingua: ITA</p> 
dal 23/3 al 29/3	 <p><b>AS YOU LIKE IT</b> di Kenneth Branagh Con: Romola Garai, Bryce Dallas Howard, Kevin Kline Durata: 135' Genere: Drammatico Lingua: ITA/ENG</p> 	 <p><b>QUANDO MENO TE LO ASPETTI</b> di Garry Marshall Con: Kate Hudson, John Corbett Durata: 119' Genere: Commedia Lingua: ITA/ENG</p> 
dal 30/3 al 31/3	 <p><b>I GIORNI DELL'ABBANDONO</b> di Roberto Faenza Con: Margherita Buy, Luca Zingaretti Durata: 96' Genere: Drammatico Lingua: ITA</p> 	 <p><b>CI VUOLE UN GRAN FISICO</b> di Sophie Chiarello Con: Angela Finocchiaro, Giovanni Storti, Elio Durata: 90' Genere: Commedia Lingua: ITA</p> 

#### LEGENDA:

-  Contenuto adatto a tutti
  -  Contenuto adatto a bambini con adulti a fianco
- Nessun film in programmazione è vietato ai minori

In partnership con



Ricordati di scegliere l'opzione "carrozza cinema" durante la fase d'acquisto del biglietto.

# Sconti imperdibili sulle nostre tratte

Le proposte per viaggiare su Italo, sempre più convenienti e adatte alle esigenze di tutti



## Italo Special, sconto del 50% il martedì, il mercoledì e il sabato

Italo ti permette di usufruire della riduzione del 50% sull'offerta Flex, acquistando il proprio biglietto fino a due giorni prima della partenza del treno e viaggiando martedì, mercoledì e sabato. E' possibile usufruire dello sconto per viaggiare con Italo su tutti i treni e su tutte le tratte.



## Italo Senior, l'offerta per gli over 60

Italo riserva uno sconto del 40% sulla tariffa Flex a tutti gli over 60 che viaggiano a bordo di Italo. L'offerta Senior è rivolta a chi ha compiuto più di 60 anni ed è valida per l'ambiente Prima.



## Con Italo Famiglia i ragazzi viaggiano gratis

Con l'offerta Italo Famiglia, i ragazzi di età inferiore ai 14 anni viaggiano gratis con la famiglia in ambiente Smart. Gli adulti possono acquistare i biglietti al prezzo dell'offerta Flex. Non rientrano nel conteggio i bambini tra i 0 e i 30 mesi, che possono viaggiare senza posto assegnato in braccio a un adulto.



## Andata e ritorno a partire da 13,90 euro

Viaggiare con Italo acquistando in un'unica soluzione un'andata e ritorno è comodo e conveniente. L'offerta permette spostamenti a partire da 13,90 euro: basta prenotare fino alle ore 24 del giorno precedente la partenza!



## Carnet 10x5, Limited Edition

Italo propone ai suoi viaggiatori i nuovi Carnet a edizione limitata dedicati a coloro che viaggiano spesso lungo la stessa tratta. Con i nuovi Carnet si viaggia 10 volte al prezzo di 5 risparmiando il 50%. L'offerta è valida per viaggiare in ambiente Prima, su tutti i treni.

## Programma Fedeltà

Goditi il programma fedeltà di Italo, senza fretta di spendere i tuoi punti!

Italo ha prorogato la durata del programma, che non scade più il 28 febbraio 2017 ma il **16 aprile 2017** e sarà possibile raccogliere punti fino al 31 marzo 2017. Italo Più è il programma fedeltà di Italo che ti premia quando viaggi in treno e ti consente di richiedere **biglietti premio** a partire da soli 2.500 punti, in pratica con 4 viaggi ne guadagni 1\*! A tutti gli iscritti sono riservate **promozioni speciali da Italo e dai partner, acquisti semplici e veloci** con la Carta registrata, **accesso ad internet** rapido a bordo, il **riconoscimento immediato** sul sito [italotreno.it](http://italotreno.it) e al Contact Center. Italo mette a disposizione dei dipendenti delle aziende convenzionate il programma **Italo Più Gold Corporate**, sempre gratuito e che permette di avere sempre sconti sui biglietti, il doppio dei punti rispetto ad un cliente base, upgrade gratuiti ogni anno e accesso gratuito alle **Lounge Italo Club\*\***.



**Iscriviti subito al programma fedeltà sul sito [italotreno.it](http://italotreno.it) e scopri tutti i dettagli**

\* È possibile ottenere un viaggio gratis, ad esempio sulla tratta Milano-Torino con soli 2500 punti ottenibili con soli 4 viaggi andata e ritorno tra Roma e Milano, in Prima, nell'offerta Economy.  
Scopri tutti i dettagli dei premi nella sezione Programma Fedeltà sul sito [www.italotreno.it](http://www.italotreno.it)

\*\* Solo se in possesso di un biglietto di viaggio in ambiente Prima o Comfort.

# Italotreno: l'Italia è sempre più vicina

Con Italo viaggi tra Roma e Verona in meno di 3 ore. Numerosi i collegamenti anche tra Roma e Reggio Emilia. Tra Milano e Roma un treno ogni mezz'ora nelle ore di punta



## ROMA – VERONA

8 collegamenti quotidiani tra le due città in meno di 3 ore

## NAPOLI – VENEZIA

5 collegamenti quotidiani tra le due città in poco più di 5 ore

## ROMA – BRESCIA

6 collegamenti quotidiani tra le due città in meno di 4 ore

## REGGIO EMILIA – ROMA

12 collegamenti quotidiani tra le due città in 2 ore e 30 minuti

## REGGIO EMILIA – NAPOLI

7 collegamenti quotidiani tra le due città in 4 ore

## MILANO – ROMA

40 collegamenti al giorno ogni mezz'ora nelle ore di punta: da Milano Roma in meno di 3 ore

- 15 corse NOSTOP senza fermate intermedie, in partenza dalle 07.00 fino alle 20.00
- 1 treno da Milano Centrale in arrivo a Roma Termini alle 09.05
- 1 treno da Roma Termini con arrivo a Milano Centrale alle 09.17





## MILANO – NAPOLI

24 collegamenti al giorno di cui:

- 7 NOSTOP dalle 7:00 fino alle 19:00
- 1 treno da Milano Centrale in arrivo a Napoli alle 10:37
- 1 treno da Napoli in arrivo a Milano Centrale alle 11:10



### SCEGLI IL CANALE DI ACQUISTO PIÙ ADATTO A TE:

-  **Italotreno.it** > per acquistare in modo veloce e sicuro in tutta comodità
-  **Pronto Italo 06.07.08** > attivo tutti i giorni dalle 7:00 alle 23:00
-  **Stazione** > per acquistare presso i desk Italo e le biglietterie self service
-  **Agenzie di viaggio** > dove ti è più comodo, nella tua città

# Italobus, l'alta velocità è anche su strada

Arrivare nella tua città adesso è ancora più facile: con un unico biglietto parti in treno e prosegui comodamente in autobus. Scopri tutte le destinazioni e approfittane!



Italobus è il servizio che porta l'Alta Velocità nella tua città con la praticità e convenienza di un solo biglietto: si parte in treno e si prosegue comodamente in bus.

L'autobus brandizzato Italo collega le stazioni di Reggio Emilia, Milano Rogoredo e Salerno con nuove destinazioni. Dal 27 Gennaio fino al 2 Aprile Italobus collega anche la stazione di Verona Porta Nuova con le più belle località sciistiche del Trentino.

## I COLLEGAMENTI DA REGGIO EMILIA

La stazione di Reggio Emilia è collegata da nord (Milano e Torino) e da sud (Bologna, Firenze, Roma, Napoli, Salerno) alle stazioni di Mantova, Parma, Carpi, Cremona e Modena.

- 14 collegamenti giornalieri con Parma
- 4 collegamenti giornalieri con Modena
- 4 collegamenti giornalieri con Carpi
- 4 collegamenti giornalieri con Mantova
- 6 collegamenti giornalieri con Cremona

## I COLLEGAMENTI DA SALERNO

Italobus arriva anche al Sud collegando le località di Potenza, Matera, Taranto, Ferrandina e Picerno al mercato dell'Alta Velocità, dalla stazione di Salerno.

- 6 collegamenti giornalieri con Potenza
- 4 collegamenti giornalieri con Matera
- 4 collegamenti giornalieri con Taranto
- 4 collegamenti giornalieri con Ferrandina
- 6 collegamenti giornalieri con Picerno

## I COLLEGAMENTI DA VERONA PER LA NEVE

Per la stagione invernale Italobus porta i suoi viaggiatori in settimana bianca! Godersi i meravigliosi paesaggi di montagna oppure divertirsi lungo le piste da sci è ora più facile, arrivando con Italobus nelle seguenti località:

- Rovereto
- Trento
- Cavalese
- Predazzo
- Moena
- Vigo di Fassa
- Pozza di Fassa
- Canazei

Le corse di Italobus per queste località saranno attive per le giornate di venerdì, sabato e domenica, dal 27 gennaio al 2 aprile. I viaggiatori di Italo che partiranno da Roma, Firenze e Bologna potranno raggiungere Verona Porta Nuova con il treno e poi proseguire il viaggio con Italobus: da Verona il bus parte alle 15:45 mentre per tornare verso casa la partenza è alle 7:27 da Canazei per arrivare a Verona alle 11:55.

### NOVITÀ FERMATÀ SPECIALE DI ITALOBUS A PARMA FIERA PER GLI EVENTI MECSPE E MERCANTEINFIERA PRIMAVERA

Raggiungi Parma Fiera con Italo Bus! Il 25 Febbraio e il 4 Marzo, in occasione dell'evento Mercanteinfiera Primavera, i pullman ItaloBus fermeranno anche a Parma Fiera.

Dal 23 al 25 Marzo inoltre, Italobus fermerà a Parma Fiera anche in occasione del MECSPE, la fiera di riferimento per l'industria manifatturiera.

Scendendo da un treno Italo presso la stazione di Reggio Emilia AV Mediopadana, tutti coloro che vorranno recarsi ai due eventi potranno usufruire di due corse Italobus dirette a Parma Fiera: una alle 8.45 e una alle 11.45. Per tornare alla stazione Mediopadana saranno attivi gli ItaloBus delle 10.05, delle 13.05, delle 16.05 e delle 18.05.

Per raggiungere entrambi gli eventi sarà necessario acquistare il biglietto integrato treno più bus con destinazione finale Parma Fiera.

# Il piacere di viaggiare

Muoversi con Italo, un'esperienza sensoriale adatta a tutte le esigenze. Dagli spazi Smart, dinamici e convenienti, fino alla Club Executive, dove la comodità si sposa con i servizi più esclusivi

## CLUB EXECUTIVE IL SALOTTO IN MOVIMENTO

Un vero salotto, riservato ai Viaggiatori più esigenti: comfort, tecnologia, spazi più ampi e un servizio su misura garantito dal personale di NTV. La Club Executive è la punta di diamante del treno Italo. La carrozza numero 1, situata a una delle estremità del treno per garantire maggiore tranquillità, difatti ha 19 comode poltrone: 11 posti in un'area "open



space" a cui si aggiungono due salotti da 4 posti ciascuno, dedicati a coloro che gradiscono maggiore privacy. Ogni posto è equipaggiato con uno schermo da 9 pollici touch screen dal quale si accede al programma di intrattenimento offerto dal portale ItaloLive: film, serie tv, musica, tips d'inglese, giornali, notizie, ecc. Come in tutti gli altri ambienti di Italo, anche nella Club Executive è prevista la copertura Wi-Fi per connettersi gratuitamente a internet. Completano l'esperienza di viaggio il servizio di benvenuto con caffè espresso servito al posto, snack dolci e salati e un'ampia scelta di drink insieme all'offerta di quotidiani e riviste.

## IN PRIMA, COMODITÀ E CONVENIENZA

In Prima Italo coccola i suoi Viaggiatori con tanto spazio, comfort e attenzioni. Si comincia dall'offerta dei quotidiani e delle riviste\* e dal servizio di benvenuto comprendente snack dolci e salati accompagnati da un'ampia scelta di bevande. Chi preferisce può, invece, usufruire dei distributori automatici in carrozza 3 per acquistare bevande calde, fredde, caffè e snack in completa autonomia, oltre alle novità di cibi per vegani e celiaci. Poi tanto spazio, con poltrone in pelle Frau reclinabili disposte in file da tre su un largo corridoio.





Fra le tante comodità si annoverano i poggiatesta, i nuovi poggiatesta con ali imbottite, le prese elettriche, il comando luci di lettura personale ed un comodo vano porta oggetti tra i sedili doppi. Come in tutto il treno la copertura Wi-Fi per l'accesso al portale di bordo ItaloLive e a internet è gratuita.

### COMFORT

Si chiama Comfort, l'ultima arrivata a bordo di Italo: un ambiente che unisce alla convenienza del viaggio Smart, la grande comodità della Prima grazie alle sedute più ampie concepite per tale ambiente. Sedili in pelle Frau reclinabili, con un largo corridoio

e ampi spazi individuali. Pochi euro in più rispetto al prezzo di un posto in Smart regaleranno un'esperienza di viaggio in un ambiente superiore. Come in tutte le altre carrozze Wi-Fi e portale di bordo sono sempre gratuiti. Posta in una posizione strategica, al centro del treno, la Comfort è a poca distanza dai due distributori automatici di snack e bevande posti in carrozza 3 ed in carrozza 7, in maniera tale da consentire ai suoi passeggeri di concedersi una piacevole pausa proprio nelle vicinanze della propria carrozza.



### LA SMART DINAMICA E GIOVANE

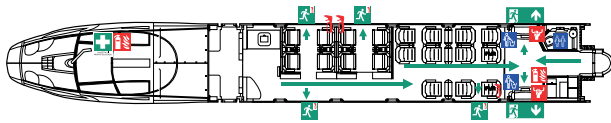
Economicità e praticità, senza nulla togliere al comfort dei Viaggiatori: sono le caratteristiche dello stile Smart, improntato al self-service per favorire la massima convenienza economica anche attraverso offerte commerciali mirate a questo ambiente. Uno spazio giovane, sottolineato da colori vivaci, che permette al Viaggiatore di accomodarsi sui sedili in pelle Frau reclinabili, di usufruire di prese elettriche individuali e dei tavolini, in prevalenza singoli. La copertura Wi-Fi è gratuita, come nelle altre carrozze. In più è possibile accedere al portale di bordo ItaloLive, con decine di film gratuiti, ore di musica in esclusiva, tips d'inglese, quotidiani digitali e altri contenuti di intrattenimento. Per rendere il viaggio più gradevole Italo mette a disposizione anche una piccola Area Snack in carrozza 7, dotata di distributori automatici, dove acquistare caffè espresso, bevande fredde e calde e snack (tra cui anche i nuovi prodotti per vegani e celiaci) a prezzi competitivi.

*\* Servizio previsto solo per i treni noster*

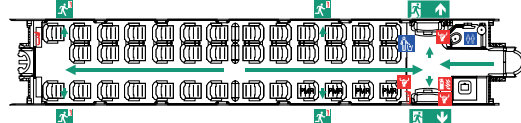
# Sicurezza a bordo / *on-board* safety instructions

## La mappa a bordo treno / *On-board* train map

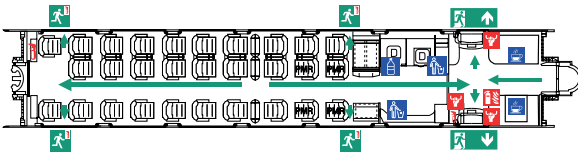
Carrozza / *Coach*: 1



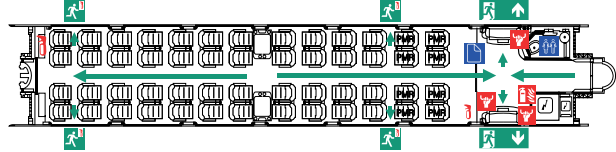
Carrozza / *Coach*: 2, 4, 5



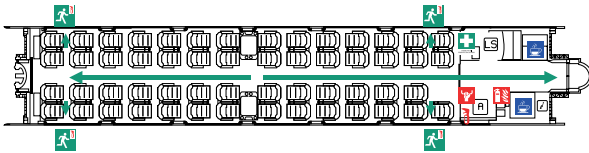
Carrozza / *Coach*: 3



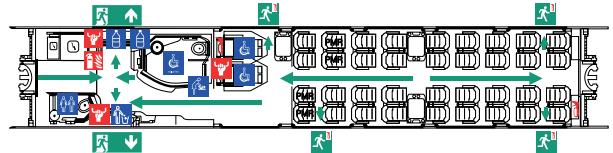
Carrozza / *Coach*: 6



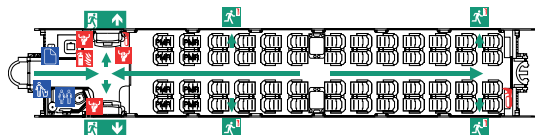
Carrozza / *Coach*: 7



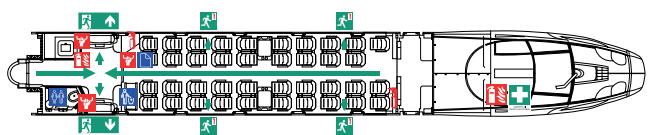
Carrozza / *Coach*: 8



Carrozza / *Coach*: 9, 10



Carrozza / *Coach*: 11



## Legenda / *Legend*

-  Uscita di emergenza  
*Emergency exit*
-  Finestrino di emergenza  
*Emergency window*
-  Via di fuga  
*Escape route*
-  Estintore  
*Fire extinguisher*
-  Martello frangivetro  
*Hammer for breaking glass*
-  Maniglia allarme passeggeri  
*Handle passenger alarm*

-  Cassetta di pronto soccorso  
*First aid kit*
-  Fasciatoio  
*Diaper change pad*
-  Distributore  
*Automatic vending machine*
-  Persona a mobilità ridotta  
*Person with reduced mobility*
-  Toilette  
*Toilet*

-  Posti per sedia a rotelle  
*Wheelchair spaces*
-  Toilette handicap  
*Disabled toilet*
-  Cestini carta  
*Paper baskets*
-  Cestini plastica  
*Plastic baskets*
-  Cestini indifferenziata  
*Other waste baskets*



## Come comportarsi in caso d'emergenza What to do in an emergency

Nella condizione ordinaria di marcia in sicurezza, i passeggeri devono occupare esclusivamente gli spazi idonei al loro trasporto in modo da non ostacolare il personale di bordo nell'espletamento delle attività connesse con la sicurezza e eventuali operazioni di evacuazione del treno in emergenza. In caso di evacuazione del treno in emergenza è necessario attenersi alle istruzioni del personale di bordo prestando attenzione al rispetto delle seguenti istruzioni di carattere generale:

- Abbandonare il treno senza indugi, in maniera ordinata e con calma;
- Aiutare chi si trovi in difficoltà, con priorità a soggetti "sensibili" (bambini, donne in stato di gravidanza, portatori di handicap, ecc.);
- Abbandonare i bagagli e non tornare indietro per nessun motivo;
- In presenza di fumo o fiamme camminare chini.

In ordinary condition of safe running, travellers must remain in their assigned seats so that they do not prevent the work of on-board staff performing safety-related tasks or interfere with train evacuation in the event of an emergency. In the event of an emergency evacuation, follow the instructions of the on-board staff and the following general safety information:

- Evacuate the train quickly, calmly and in an orderly fashion;
- Help passengers requiring assistance, giving priority to children, pregnant women, the disabled;
- Leave your luggage behind, and do not re-enter the train for any reason;
- Walk bending down if there is smoke or flame.

## Esodo galleria linea AV/AC Firenze-Bologna Tunnel AV/AC evacuation Florence-Bologna

Per un ordinato e rapido esodo dalla galleria è necessario attenersi alle istruzioni fornite dal personale ferroviario direttamente o mediante gli impianti di diffusione sonora, prestando comunque osservanza alle seguenti indicazioni di carattere generale:

1. Una volta discesi dal treno occorre dirigersi verso la direzione più opportuna per l'esodo seguendo i cartelli segnaletici affissi sulla parete della galleria e/o le indicazioni fornite dal personale ferroviario;
2. La galleria dovrà essere percorsa camminando esclusivamente sul marciapiede laterale della stessa evitando di invadere i binari;
3. L'attraversamento dei binari, se necessario per raggiungere l'uscita, deve essere preventivamente autorizzato dal personale ferroviario;
4. Durante l'esodo occorre mantenere la calma, non spingere o accalcarsi con le persone che precedono, non creare allarmismo;
5. Aiutare, per quanto possibile, le persone a mobilità ridotta;
6. Una volta raggiunta l'uscita occorre non disperdersi e seguire le istruzioni impartite dalle squadre di soccorso.

For an orderly and efficient evacuation in a tunnel please follow the instructions provided by the train personnel either or over the train PA system, while bearing in mind the following general indications:

1. Once off the train, you must head in the most appropriate direction for evacuation by following the indications of the train personnel and/or, if there

are, the signs on the tunnel walls;

2. While in the tunnel, walk along the side pavement only and be sure to avoid encroaching on the tracks;
3. Crossing of the tracks, if required in order to reach the exit, must be authorized in advance by the train personnel;
4. During the evacuation you must keep calm all the time. Avoid pushing or crowding the people in front and do not panic;
5. People with reduced mobility should be helped as much as possible;
6. On reaching the exit, remain in the area and follow the instructions provided by rescue teams.

**BYPASS FRA I DUE TUBI DELLA GALLERIA / BYPASS BETWEEN TWO TUNNELS**

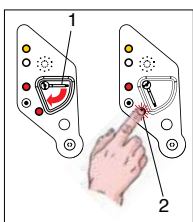
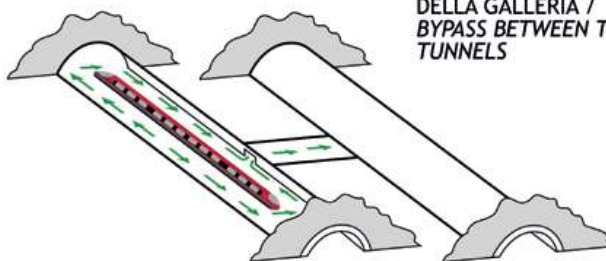


Fig.1

### Apertura porte di emergenza Opening the emergency exits

Per aprire la porta in emergenza:

- girare la maniglia verso il basso (Fig.1- disegno 1)
- attendere l'accensione del pulsante rosso
- premere il pulsante rosso ed aprire la porta (Fig.1- disegno 2)

To open the emergency exits:

- Wait until the red light comes on (Fig.1 - drawing 1)
- Turn the handle downwards
- Press the button with the red light on it open the door (Fig.1 - drawing 2)



Fig.2

### Finestrini/Windows

Prelevare il martello frangivetro, (Fig.2) colpire il finestrino nel punto indicato sul vetro (Fig.3) e spingere il finestrino.



Fig.3

Pick up the hammer for breaking glass (Fig.2) use it to strike the window at the spot marked (Fig.3) and push the window out.

### **Ariete**

Non abbiate paura di farvi avanti: il vostro spirito d'iniziativa vi premierà, nel lavoro e anche nell'amore. Unica nota dolente, il saldo bancario che, in effetti, ha visto tempi migliori.



### **Toro**

Chi si loda si sbroda, dicono. Seguite il consiglio, anche se guardandovi allo specchio non vi siete mai visti così meritevoli di complimenti. Amore piatto, ma abbiate pazienza.



### **Gemelli**

Non curatevi di chi non vi apprezza, non lasciatevi buttare giù da conferme che tardano ad arrivare. Concentratevi sulle finanze: è il momento di investire o di negoziare.



### **Cancro**

Mercurio armonioso vi aiuta nel lavoro con incontri, chance e colloqui giusti. Serve decisione e determinazione per approfittarne e arrivare dritti alla meta. Svegliatevi!



### **Leone**

Servitevi della comunicazione per seminare armonia attorno a voi. Vi procurerà un'aurea di rinnovato charme che vi farà conquistare e ottenere (quasi) tutto ciò che vorrete.



### **Vergine**

Con Marte l'energia sprizza da tutti i pori. Cavalcate l'onda e lanciatevi in nuove attività: sport, viaggi, lavoro e, perché no, anche in amore. I sensi si acuiscono, il fascino aumenta.



### **Bilancia**

Se la fortuna si è dimenticata di voi, allora è il momento di prendere in mano la situazione. Zero chiacchiere: siate voi gli artefici del vostro destino.



### **Scorpione**

Ultimamente vi siete trascurati un po'. Con la primavera raccogliete le forze e uscite dal letargo: andate in palestra, fate un po' di sport. Vi aiuterà a sfogare lo stress.



### **Sagittario**

Rispolverate le attenzioni nei confronti di parenti e amici, occuparvi di loro vi farà bene. Fuori la testa dal sacco! Dite la vostra, fatevi sentire, ne ricaverete stima e comprensione.



### **Capricorno**

Nelle relazioni occorre una certezza: sta a voi capire chi merita di rimanere nella vostra vita e chi no. Innamorati, non rilassatevi, c'è ancora molta strada da fare.



### **Acquario**

Domate questa strana riluttanza a lasciarvi andare negli affari di cuore e apritevi alle prospettive di cambiamento che attendete ormai da tempo. Ad ogni modo, niente azzardi.



### **Pesci**

Venere domina l'orizzonte primaverile con un impatto diretto sulla vita amorosa, che si fa frizzante e colorata. Marzo sarà ricco di occasioni sotto tutti i punti di vista.



# Basta imprevisti!

Pianifica il tuo intervento, con l'innovativa tecnologia 3D.

 **ODONTOBI**  
dental clinic

Dir. Sanitario - Dott.ssa Emanuela Bianca



## AllOn4™



All-on-4™ Fase 1: progettazione intervento



All-on-4™ Fase 2: esecuzione intervento ed inserimento impianti



All-on-4™ Fase 3: una volta inseriti i 4 impianti



All-on-4™ Fase 4: si conclude fissaggio protesi dell'arcata sui 4 impianti

## Precisa ed efficace per minimizzare gli imprevisti

Da oggi puoi **abbandonare la tua vecchia dentiera** ed avere denti fissi solitamente in poche ore grazie alla tecnica All On Four™. Da **ODONTOBI** un'equipe medica esperta nell'implantologia, mediante l'inserimento immediato di **4 semplici impianti**, normalmente senza dolore o gonfiore, anche in una sola giornata\* ti ridonerà il sorriso naturale di un tempo.

\*previo check-up iniziale con i nostri medici.



Vieni a scoprire  
la nostra professionalità.  
Ti offriamo ospitalità  
alberghiera gratuita presso:

[www.hotel3re.it](http://www.hotel3re.it)



 **ODONTOBI**  
dental clinic

Dir. Sanitario - Dott.ssa Emanuela Bianca

**ODONTOBI S.r.l.**

Via Aronco, 5 - 28053 Castelletto Ticino (No)

Tel. +39 0331 962 405 / 971 413

Fax +39 0331 971 545

[odontobi@odontobi.it](mailto:odontobi@odontobi.it) - [www.odontobi.it](http://www.odontobi.it)



Affidati alla Qualità italiana



**H** Italian  
Hospitality  
Collection

# EQUILIBRIUM

## Dieta Corpo Mente

Scegli un nuovo stile di vita, più sano,  
sereno e consapevole con il nostro  
nuovo programma su misura per te.

Per informazioni tel. 0578 572333 - [italianhospitalitycollection.com](http://italianhospitalitycollection.com)



BAGNI DI PISA  
TUSCANY



FONTEVERDE  
TUSCANY



GROTTA GIUSTI  
TUSCANY

A MEMBER OF  
**H** Italian  
Hospitality  
Collection

[italianhospitalitycollection.com](http://italianhospitalitycollection.com)