MAGAZINE

TARGET

Mensile di informazione - Maggio 2018 - Registrazione Tribunale di Roma n. 144/99 del 7/04/99 - DISTRIBUZIONE GRATUITA

Kasia Smutniak

Le manca solo la luna

darumasushi.com | 800 022 800

"Grazie a Daruma ho realizzato un sogno: portare in Italia la mia passione per l'Oriente e il mio amore per il Giappone."

venite a gustare le nuove ricette ideate dal pluristellato chef bruno barbieri

DARUMA RESTAURANT/TAKE AWAY: viale america 9 T06 5910 067

Sommario

4 Il Personaggio

- KASIA SMUTNIAK

8 Costume e Società

- THE ROYAL WEDDING

12 Audacia e leggende

- CLAUDIO INFUSI

16 Audacia e leggende

- RUGBY ROMA OLIMPIC CLUB 1930

18 Starwords

21 Starwords vintage

22 Non posso vivere senza...

26 Tutti pazzi per le serie

29 Eventi

31 Eventi

33 Benessere

- CELLULITE ADDIO

34 Per voi

- LIVELLO 1

37 Musica

38 Per voi

- OLISTICSMILE

41 Viaggiare

- BENVENUTI A MARTINA FRANCA

44 Sweet Home

- EDILIZIA RESIDENZIALE PUBBLICA

46 Parole di carta

MAGAZINE

TARGET

maggio 2018

seguici anche su
targetmagazine.it

per la tua PUBBLICITÀ su
TARGET
scrivi a: sponsor@targetmagazine.it
fax: 06.522.00.387 - mob 338.4668096

editoriale di **LETIZIA STRAMBI**

Figli e figliastri d'Italia

Se ci sono sempre state due "Italie" oggi questa distanza appare incolmabile. A parte il risultato elettorale che rispecchia la frattura del Paese, anche dalle piccole cose, noi non "onorevoli" ci accorgiamo che c'è chi parte da un grandino più alto. Mi sono trovata in situazioni in cui un ragazzo del Sud mi ha chiesto cosa era un blog. Sicuro il suo lavoro non era di concetto, ma mi sembrava fuori dal mondo se confrontato con un ragazzo della stessa età che a Milano in una serata ha preso una macchina Enjoy trovandola con un'app del telefonino e se n'è tornato con la bicicletta sbloccata magicamente dalla rastrelliera, proprio come quelle fiammanti di Ostia "sparite" nel giro di una settimana dall'inaugurazione.

Un ragazzo che fa il liceo linguistico a Milano studia cinese, e spende un anno nel Paese sol levante a prezzi alla portata di tutte le famiglie. A Roma parliamo di cifre smodate per i cuori di mamma che al massimo vanno a Oxford -come mia nonna- per starci una settimana . L'anno all'estero esiste, perché una legge nazionale, ma al Sud è impraticabile, e lo studio del cinese è possibile solo privatamente.

Quello che è certo è che un ragazzo di 18 anni a Milano parte con un vantaggio rispetto a quello di Roma. E questa è una grande ingiustizia. Pure il dono divino dell'ironia, ha un prezzo troppo alto per questi giovani romani, figliastri d'Italia, cresciuti in mezzo all'immondizia, agli autobus in fiamme, agli accampamenti di immigrati sotto il ristorante della Sora Lella.

Registrazione Tribunale di Roma n.144/99 del 07/04/99 - **EDITORE** TARGET MEDIA SERVICE S.r.L. 00144 ROMA - Via U. Tupini, 103 *sponsor@targetmagazine.it* - **DIREZIONE** Fabrizio Solinas • *direttore responsabile* **CAPOREDATTORE** Letizia Strambi - **COLLABORATORI** MR, Paola Mattu, Giorgia Isabella Tripaldi, Valentina Pelliccia, Gianluca Pignataro, Martina De Meis, Tina Aiello, - **UFFICIO GRAFICO** Fabio Lanchi - 00149 Roma - *prestampa.target@gmail.com* - **FOTOGRAFIE** Archivio TARGET Magazine **STAMPA** Union Printing S.p.A. - 00141 Roma - tel. 06 8719631 - info@unionprinting.it

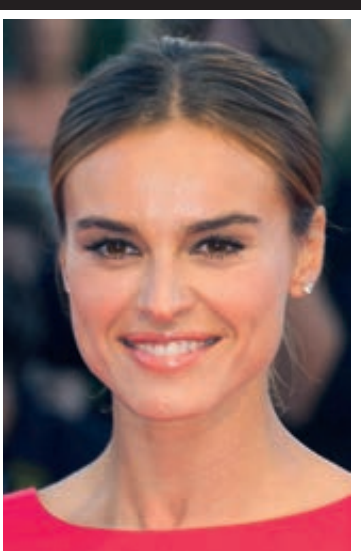
"Nessuno può resistermi" dice in una scena di "Loro" a un Riccardo Scamarcio che la guarda imbambolato

Kasia Smutniak le manca solo la luna

Ha volato e accarezzato le balene, è stata divorata dalla solitudine e dalla folla, per questo il suo talento è ricco di sfumature.

di **LETIZIA STRAMBI**

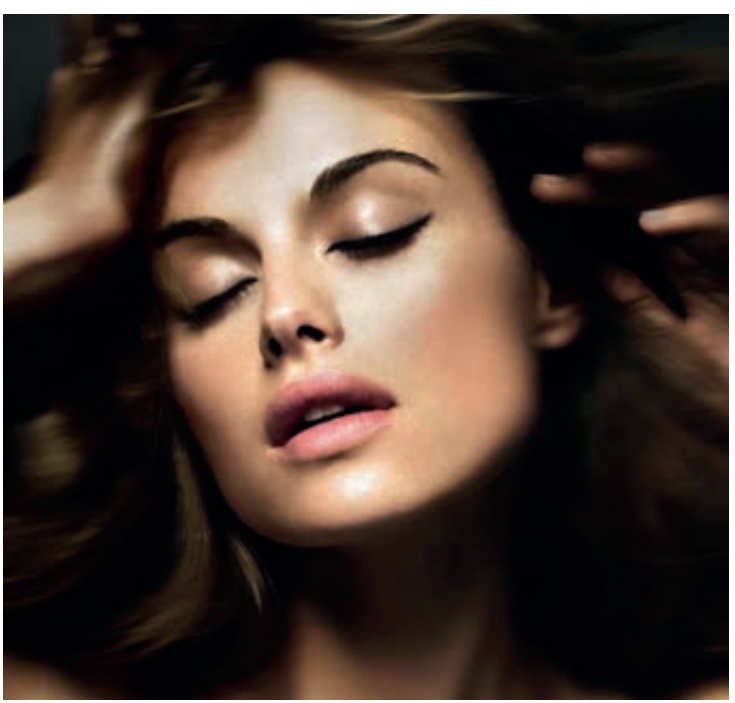
Kasia Smutniak è un'icona di pura bellezza. Ha quaranta anni e il volto di una madonna antica, la scollatura lungo la schiena fino alle fossette sopra le anche. Si volta e una "V" come una freccia tra i seni indica l'inguine ad ogni passo. Ondeggia e ci fa morire. Ha quaranta anni, e a parte andare sulla luna, ha fatto quasi tutto quello che si era prefissata, soffrendo anche molto. "Quando ne ho compiuti trenta ho tirato



le somme. Ho scritto la lista delle cose fatte**:** nuotare con le balene, avere un brevetto di volo, fare l'astronauta, parlare molte lingue, fare il giro del mondo, andare a bordo di un rompighiaccio al Polo Sud…"
Per questo vissuto i grandi maestri della regia la adorano. E' bella ma allo stesso tempo profondamente drammatica. Riesce a far tremare in modo impercettibile il labbro inferiore, a parlare come se lanciasse baci, a guardarti negli occhi come un cerbiatto curioso. "Kasia è una diversa da tutte,

Kasia è femmina ma è più maschio di me, è una bambina, ma pure una madre pazzesca" diceva di lei Pietro Taricone, suo grande amore.
Questo deve aver trovato in lei Paolo Sorrentino, alla ricerca di pieghe di verità nelle donne che chiama alla costruzione delle sue opere visionarie. "Quando ho incontrato Paolo non sapevo neanche di cosa parlasse il copione. So solo io quanto mi sia messa in gioco in *Loro*. Quello che agli altri può sembrare normale, normale non è stato" racconta l'attrice.
Loro è un film in due capitoli. Il primo è uscito il 24 aprile il secondo il 10 maggio. "Paolo Sorrentino orchestra una danza tra sogno e astrazione. E alla fine, ballano tutti" dice Kasia, abituata a questi esercizi di grandezza.

Ha iniziato come modella. E' arrivata seconda a un concorso in Polonia ed è partita per il Giappone, da adolescente, per fare la modella. "Non conoscevo la lingua, sapevo a malapena due parole in inglese, vivevo in un residence e condividevo la stanza con altre persone". Una grande solitudine, l'arte di arrangiarsi, di cercarsi una aspirina quando aveva la febbre prendendo una metro dove le stazioni sono scritte in ideogrammi. A casa era stata abituata così. Il padre, generale dell'aeronautica militare, l'aveva cresciuta con regole e disciplina. Se le affidava un compito, anche solo di fare la spesa, e accadeva qualche imprevisto, non la ascoltava nemmeno, le diceva "Quindi? Hai fallito la tua missione".



Kasia non si lamenta di questi momenti, dalle sue frasi trapela un rapporto ambiguo con questo tipo di educazione e amore. Deve, per esempio, a suo padre, la passione per il volo. A soli 16 anni ha preso il brevetto di pilota di alianti. E poi, racconta spesso, che quando è stato il momento l'hanno lasciata libera di andare. Le hanno dato un anno dopo il diploma che l'ha catapultata nel

mondo del successo, soprattutto in Italia dove ha iniziato con uno spot della TIM.
La sua carriera conta tanti i film bellissimi, in particolare *Allacciate le cinture* per cui ha vinto un meritato Nastro d'Argento. Un film straziante su una vita comune, realistica, plausibile, di una donna odierna, con sogni e aspirazioni usuali, e una verità cruda che arriva dritto al cuore dello spettatore. Perché è proprio così che accade l'amore a tutti noi, con le sue imperfezioni. Le sorelle Fendi la scelgono quindi per la nuova fragranza *Furiosa*. Le se addice, anche se, persino nei film, Kasia non perde mai le staffe. Ha una furia sua, che sale dal petto e lo gonfia, impercettibile e terrificante.
Il suo primo amore, Pietro, è morto volando, salutandola con una faccia buffa. Ha sua figlia a ricordarglielo, Sophie. Insieme sono andate in Nepal, dove stanno costruendo qualcosa per la comunità locale, per Pietro, per loro stesse. Non ne parla volentieri, di Pietro Taricone. Ma è difficile parlare di Kasia senza parlare di questa perdita, perché così sfrontata, come tutte le morti di un giovane nel pieno della felicità, dell'amore. "La primavera mi ammazza- ha detto una volta Kasia, cedendo - quando c'è la pioggia o fa freddo quello che è successo mi è più sopportabile, come se il sole mi invitasse a una festa a cui non

me la sento di partecipare totalmente".
L'altro figlio, Leone, tre anni, lo ha avuto assieme al suo secondo amore, Domenico Procacci. Un uomo straordinario. Non facile al perdere la testa, un produttore geniale, cui dobbiamo quasi tutte le più grandi scoperte del cinema (Muccino per dirne una) e dell'editoria moderna. Un uomo bello, cordiale che, insomma, avrebbe potuto avere chiunque e tutto. E ha scelto lei, Kasia.
Se guardate qualche foto sul tappeto rosso, mentre la coppia sfila, vi accorgete che lei lo guarda in modo inconfondibile, perdutamente presa. La ragione la racconta Kasia stessa: "Domenico mi ha insegnato soprattutto la calma. La possibilità di aggrapparmi a qualcosa di stabile, concreto. Di dormire senza smaniare per quello che gli altri, là fuori, stanno facendo nel frattempo".

Ristorante ilFungo

Quattordicesimo Piano

Piano Zero

EUR - ROMA

Piazza Pakistan, 1 A

www.ristoranteilfungo.it

The Royal Wedding

Curiosità e retroscena dell'evento più importante dell'anno

di **GIORGIA ISABELLA TRIPALDI**

Era l'evento più atteso del 2018. Non solo perché ha attinenza con storie alla *Pretty Woman* e quella gran c… di Cenerentola, ma soprattutto perché Harry è sempre stato il ribelle della famiglia, il più umano, il più simpatico e diciamolo, anche il più carino. Il suo *savoir-faire* sempre un po' sopra le righe ha conquistato negli anni il cuore di tutti, oltre ad aver commosso il mondo intero quando, in giovane età, perse la madre in un tragico incidente.

Ed ecco qui, la vendetta perfetta calata dal cielo: una nera, americana, divorziata e attrice a Palazzo Reale. Chiunque abbia avuto a che fare con lo schianto della mamma sotto al tunnel oggi vede rinascere la favola e pensava che dopo tanti anni la mitizzazione di Lady D, perdesse smalto si ritrova a fare ci conti . Una sedia vuota accanto a William scandisce l'immortalità di chi sapeva amare.

E tutte le ragazze del mondo hanno dato un mimosa party in casa vedendo, come la sua ex ragazza, infrangersi un sogno. Tutti erano in cerca di una gaffe, di un abito fuori luogo. Di una

espressione infelice di qualcuno della casa reale. Ma a parte la ex costantemente inquadrata e massacrata dall'ironia dei social, e una nonna, alla fine gioiosa, e il papà di Megan escluso per grettezza. Tutto è filato liscio.
Insomma **Rachel Meghan Markle**, splendida, ce l'ha fatta. Il suo sguardo dolce nasconde un passato turbolento decisamente troppo secolare

per i canoni classici della famiglia reale, ma tutto sommato sembra che la Regina abbia accolto le mondanità del caso.
L'amore dei due sembra non aver lasciato spazio **a pettegolezzi e malelingue**, come la lettera che il fratello di lei ha spedito al principe in cui, senza troppi mezzi termini, lo metteva in guardia dalle "ambizioni economiche" della sorella. Certo, si fa presto a pensar male, ma bisogna ricordarsi anche che sposando Harry, Meghan rinuncerà a gran parte della sua libertà come donna e completamente alla sua carriera da attrice. Inoltre, dovrà **rinunciare al voto** perché la famiglia reale ha il dovere di mantenersi neutrale e dunque non pronunciarsi mai sulle questioni politiche.

Curiosità sul giorno del si
La cerimonia è stata celebrata al **Castello di Windsor** il 19 maggio officiata **dall'Arcivescovo di Canterbury**. Come ogni altra sposa reale, Meghan ha incluso nel suo bouquet un **ramo di mirto simbolo di amore e matrimonio**. Questa tradizione reale proviene dal giardino **della Regina Vittoria,** la quale diede inizio alla consuetudine. **Kate,** e sua sorella **Pippa** hanno retto le inquadrature e pure qualche malignità.
Vi è una regola anche nella **posizione** che i membri della famiglia reale britannica devono occupare in ogni apparizione pubblica ed in ogni scatto fotografico ufficiale. In particolare, il collocamento viene stabilito in base all'ordine di successione al trono, tenendo ovviamente come centro la Regina. D'altronde è sempre la Regina che nelle situazioni ufficiali decida quando si comincia e quando si smette di mangiare, quando ci si alza e quando ci si siede. È poi proibito

rimproverare i cani di Sua Maestà e (tenetevi pronti) le donne reali devono tenere sotto controllo **la posizione del loro mento,** che deve trovarsi sempre parallelo al terreno. Se tenuto troppo alto, infatti, potrebbe dare l'impressione di altezzosità mentre se tenuto in basso sembrare segno di una mancanza di sicurezza.

Le star del matrimonio

Kitty Spencer, nipote di Lady D è la vera miss di questo matrimonio, ma non al punto da oscurare la sposa, come avvenne per Pippa al matrimonio di William e Kate. Questa volta, invece, per non dare nell'occhio Pippa ha indossato un abito con la fantasia di una lattina di tè verde divenendo vittima sacrificale dei vari guru del buon gusto.

E' figlia del fratello della principessa Diana, Charles Spencer, e della modella britannica Victoria Aitken, e veste italiano.

Il bel George Cloney è stato invece oscurato dalla bellezza dell'evergreen David Beckham, anzi sembra che la sicurezza non lo volesse far passare, con la moglie Amal, per accedere al party serale dei neo-sposi. La coppia è rimasta bloccata una decina di minuti sabato sera all'esterno dei cancelli di Frogmore House. Lei vestita come nella pubblicità dei Ferrero Rocher ha scatenato l'ironia della rete, al pari della luttuosa Victoria Beckham accanto allo splendido marito.

Solita figura di Camilla, invisa al mondo, che un po' se le cerca mettendosi in testa un vassoio da antipasto.

CENTO MOTORI

WWW.CENTOMOTORI.IT

LIGIER Distributore ufficiale MICROCAR

VENDITA NUOVO ED USATO PLURIMARCHE

Assistenza / Ricambi / Carrozzeria / Soccorso stradale
Noleggio breve e lungo termine

PROMO: Acquista adesso e paghi la prima rata dopo 120 giorni
• salvo approvazione soc.finanziaria •

ACQUISTIAMO MINICAR USATE PAGAMENTO IMMEDIATO

EUR VIALE DELLA GRANDE MURAGLIA 82/86 00144 • 06/52277042

Claudio Infusi: "correte tutti, lo sport è amore, è vita"

Senatore della Maratona di Roma - le ha corse tutte - ancora oggi dispensa consigli ai suoi vecchi allievi della Roma del 1983, anno della leggenda

di **LETIZIA STRAMBI**

Settanta anni e uno spirito coriaceo. Quando scende in campo alla maratona di Roma per lui c'è un'ovazione. Claudio Infusi è una star dello sport, un esempio di vita, una leggenda. Per 32 anni è stato preparatore atletico (della Roma e di altre squadre). A tutte le 42 edizioni della Roma/Ostia e le 24 della Maratona di Roma era al nastro di partenza.
Al ritiro del suo pettorale dell'ultima edizione della Maratona di Roma Capitale al Centro Congressi La Nuvola tutti gli organizzatori e i giornalisti lo hanno accolto il calore che si deve ai grandi campioni.

Infusi, ma lei quante maratone ha fatto?

162 maratone, se consideriamo le vere maratone, ovvero quelle oltre i 42 km.

E quelle di Roma?

Le ho fatte tutte, sono senatore.

Quando ha iniziato?
Da ragazzo, al liceo, quando si facevano le corse campestri per i Giochi della Gioventù.

Non c'è stato mai un momento in cui ha avuto un periodo di difficoltà per cui ha interrotto i suoi allenamenti?
No, la corsa è vita, è salute, è amore. Vivere senza correre è sbagliato, glielo dico da medico. Il corpo umano ha bisogno di movimento, di esercizio fisico: siamo animali pensanti. Per molti la priorità è mangiare. Per me no. Curo la mia alimentazione con una buona colazione, non pranzo mai, e ceno la sera con leggerezza. Ho insegnato questo quando ero professore ai miei ragazzi.

Ha due lauree quindi?
Sì, educazione fisica e medicina fisiatrica.

Anche sua moglie è una sportiva? L'ha conosciuta in pista? No mia moglie Fiamma non era sportiva, ma lo è diventata. L'ho allenata facendola partecipare alle maratone di New York e Berlino. Prima era una sedentaria, abituata allo studio: è un'insegnante.

Ah e cosa insegnava?
Filosofia.

Che figli fortunati, cresciuti tra sport e filosofia. Cosa fanno?
Un figlio è maestro di sci a San Candido, l'altro studia alla Bocconi.

Lei ha allenato la Roma dello scudetto, quella del 1983, un momento memorabile come sono cambiate le tecniche di allenamento da allora?
Sono cambiate tantissimo, i calciatori fanno molto potenziamento. Noi andavamo a Brunico. Li facevo correre nei boschi. Correvamo sempre.

Qual è l'allenamento migliore?
La verità sta sempre in mezzo: non facendo il fondo la resistenza organica si abbassa e il calciatore è più soggetto a infortuni, ma c'è molta più intensità negli allenamenti di oggi. Mah, diciamo che sono quasi obbligati, perché non hanno il tempo di prepararsi come noi una volta, vanno direttamente a fare le

tournée all'estero per guadagnare, sono molte di più le partite.

Con chi si sente di quella grande squadra?

Con Sebino Nela, Bruno Conti, Roberto Pruzzo siamo rimasti amici. Non ho più visto Falcao, mi spiace. Vedo invece sempre con piacere Eusebio Di Francesco. L'ultima volta 15 giorni fa ci siamo abbracciati. Lo stimo molto, ha saputo dare un'identità alla squadra, creare una difesa dove non c'era. Ma prima di tutto è una bella persona.

Qualcuno di quella vecchia guardia le chiede ancora consigli per allenarsi o per alimentazione?

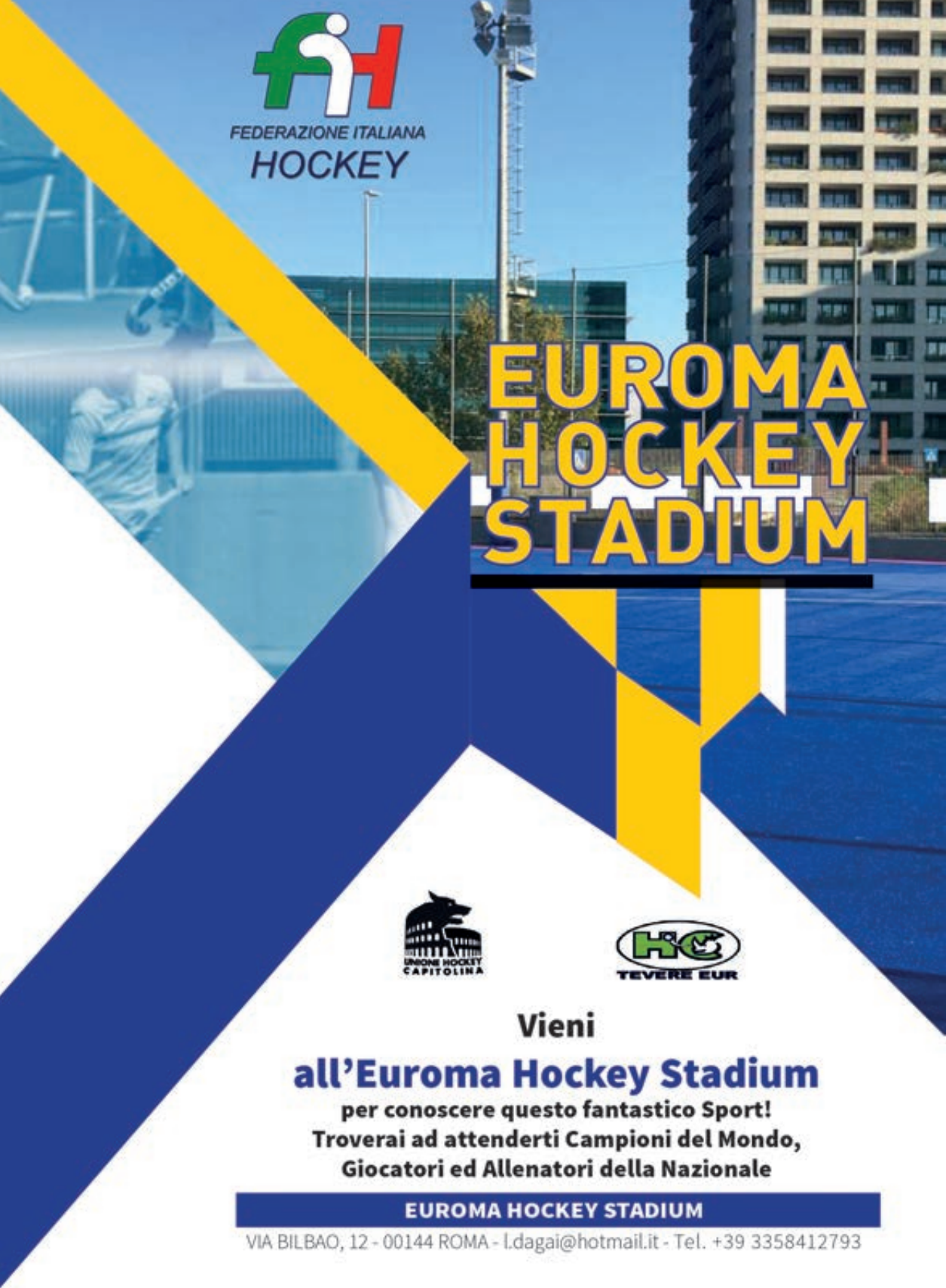
Nel 2006 Pruzzo mi chiese di prepararlo per la Roma Ostia e lo allenai per cinque mesi. E ce l'ha fatta. E' arrivato al traguardo, ci ha messo un po', ma è arrivato.

Il prossimo impegno?

Sull'Etna, una corsa bellissima. Si parte dal mare e poi è tutta salita sulle pendici del vulcano.
E' sicuramente la più bella maratona d'Europa. E lei che fa corre?

Mah veramente… Quando posso vado un po' a camminare…

Deve camminare un'ora al giorno, sempre, altrimenti non serve. Mi raccomando...


FEDERAZIONE ITALIANA
HOCKEY
EUROMA
HOCKEY
STADIUM
UNIONE HOCKEY CAPITOLINA
TEVERE EUR
Vieni
all'Euroma Hockey Stadium
per conoscere questo fantastico Sport!
Troverai ad attenderti Campioni del Mondo,
Giocatori ed Allenatori della Nazionale
EUROMA HOCKEY STADIUM
VIA BILBAO, 12 - 00144 ROMA - l.dagai@hotmail.it - Tel. +39 3358412793

di **GIANLUCA PIGNATARO**

Rugby Roma Olimpic Club 1930: il grande ritorno della leggenda

Lo storico nome della palla ovale diffonde la cultura dello sport in una serie di eventi del territorio in cui è cresciuta la sua fama.

Quattrocento ragazzi dalla prima alla quinta della scuola primaria hanno giocato a Rugby divertendosi in una manifestazione all'insegna dello sport che ha visto più di mille bambini impegnati. Gli allievi della scuola **Bruno De Finetti** hanno mostrato di apprezzare valori ed emozioni del **Rugby Roma Olimpic Club 1930**, caposaldo della palla ovale nel Municipio IX. Sul campo del Centro Sportivo Olimpico dell'Esercito gli allenatori ed educatori del team Rugby Olimpic Club erano: **Eva Belisario, Giacomo Ciampani, Gianluca Vella, ma anche Alessio Murrazzani e Sascha Virgilio ex giocatori, vincitori dello scudetto del 2000.** Naturalmente c'era anche l'immancabile presidente, **Alberto Emett**, il direttore sportivo **Fabrizio Pollak**. Per l'Istituto De Finetti, invece, l'organizzazione di questa giornata è dovuta all'impegno della coordinatrice scolastica

Silvia Liuzzi. Il direttore sportivo di Rugby Olimpic Club 1930, Fabrizio Pollak, ci racconta cosa

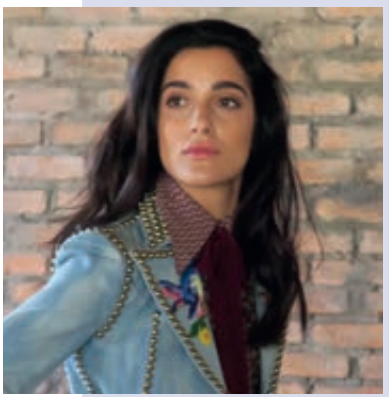
significano per lui questi eventi: “Il rugby insegna ai ragazzi il rispetto delle regole e dell’avversario, dell’arbitro e dell’educatore”. “La scuola e lo sport – prosegue - sono strumenti fondamentali per la formazione e la trasmissione di valori importanti e iniziano alla disciplina e al sostegno reciproco”. “In questo scenario, la Rugby Roma Olimpic Club 1930 è scesa in campo per permettere a famiglie, genitori, sportivi o semplici curiosi di scoprire il rugby, con l’allegria e l’inconfondibile spirito che ci contraddistingue” ha concluso Pollak.

Ma non è l’unica manifestazione organizzata dal famoso club della palla ovale. Presenti anche a “**Sport in Famiglia”** evento tenutosi al Laghetto dell’Eur. Il club era qui con uno stand informativo e diverse attività: nove giorni di divertimento con giochi e sport per raccogliere nuovi proseliti “soprattutto bambine che possono giocare con i maschietti fino all’adolescenza, e sono fortissime” ci dice Pollak.

E’ nota la vicenda per cui la **Rugby Roma Olimpic Club 1930** ha dovuto spostarsi dalle Tre Fontane, sua sede storica, nel nuovo impianto di via di **Tor Pagnotta 351 intitolandolo a Renato Speziali**. Un rimboccarsi le maniche faticoso, dopo aver perduto la location identificativa, in cui è cresciuta la leggenda. Recuperati i trofei – un attimo prima che fossero gettati- le radici di questa leggenda hanno attecchito di nuovo e ora sono in grande rilancio. Il presidente **Alberto Emett**, insieme a chi ci

crede ancora, ha ridato vita ad un impianto che era abbandonato a se stesso e ora permette ai giovani di vivere il rugby. Racconta Emett: “Solo il ricordo dei cinque scudetti e di tante pagine gloriose non consente di fare troppa strada, così ora guardiamo al futuro”.

Metter in piedi l’impianto di Tor Pagnotta ha significato molto per il club “Era una delle promesse fatte al mio insediamento – ha detto Emett - recuperare la nostra storia, il nostro logo, trovare una Casa per il nostro Club, ricreare un settore atleti che ci garantiranno il futuro e riportare i titoli storici sportivi, vinti nel tempo dai nostri atleti, nella nostra nuova Casa”. “Ora che abbiamo chiuso i conti con il passato, è necessario pensare, lavorare e agire esclusivamente per la crescita umana e sportiva dei nostri atleti e per il futuro del nostro Club”.



Levante

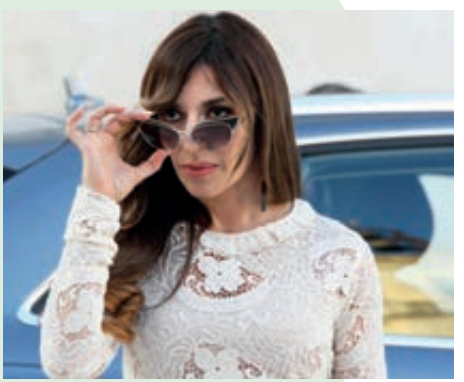
Sono arrivata a Torino il primo settembre 2001 avevo 14 anni e oltre alla valigia avevo con me una chitarra. Sembravo un alieno. Cercavo di tradurre i miei modi di dire siculi in italiano e nessuno li capiva. E poi quando mi presentavo, invece di dare la mano baciavo le guance: in Sicilia si fa così. A Torino però sembravo una pazza. Poi, pian piano ho preso le misure.

#BenvenutaAlNord

Sabrina Impacciatore

Mia madre voleva per me un lavoro serio e mi svegliava ogni mattina mettendomi davanti agli annunci economici per il posto fisso.

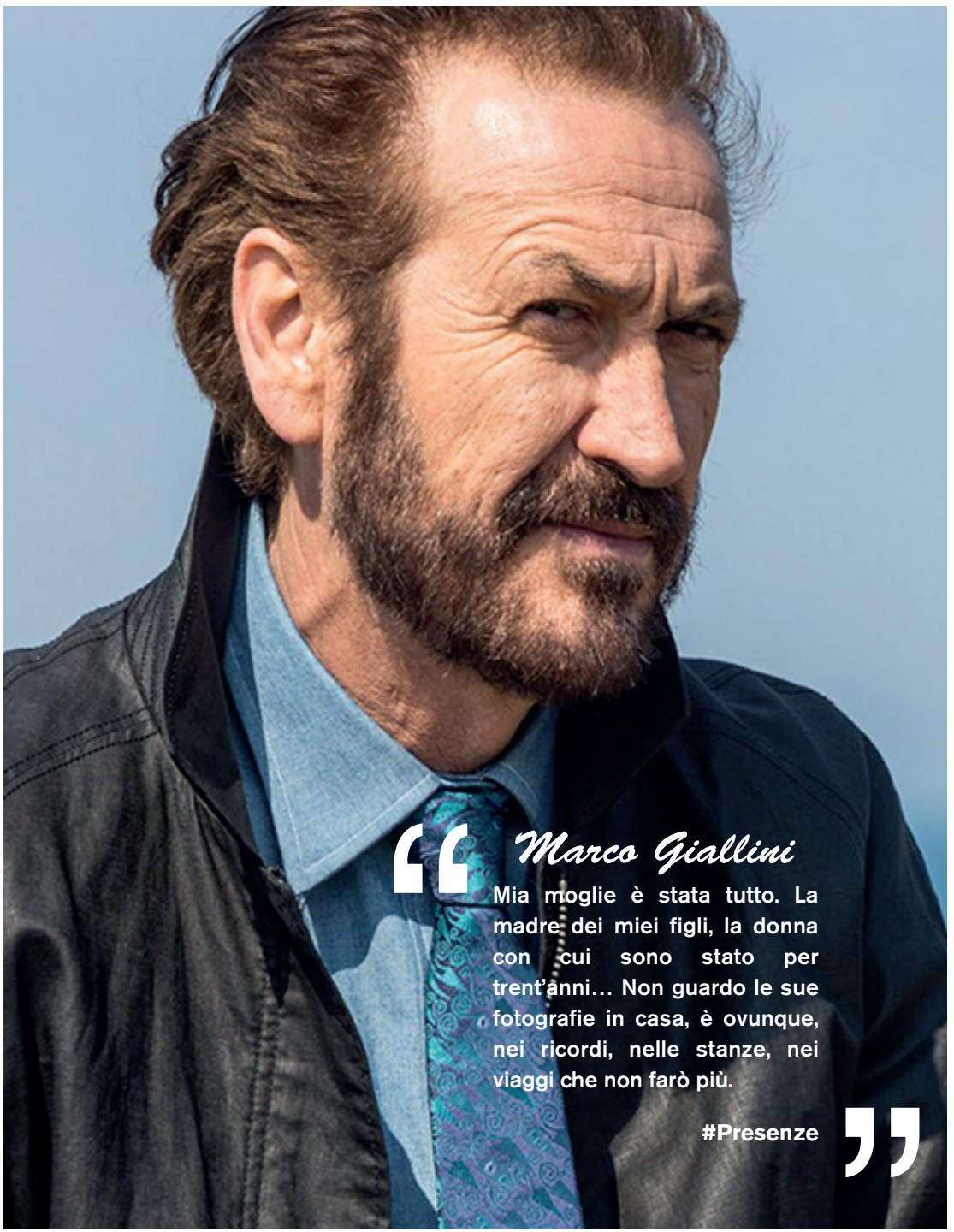
#IroniaGenetica



Alena Seredova

C'è un momento in cui pensi che sia per sempre, ma poi ti rendi conto che quella promessa non ha valore.

#SignoraSiNasce



Marco Giallini

Mia moglie è stata tutto. La madre dei miei figli, la donna con cui sono stato per trent'anni… Non guardo le sue fotografie in casa, è ovunque, nei ricordi, nelle stanze, nei viaggi che non farò più.

#Presenze

Marcello Fonte

Quando abitavo in una baracca e sentivo la pioggia cadere sopra le lamiere mi sembrava di sentire gli applausi.

#dreams

Doris Day

Lo Non ci sono molti uomini a disposizione a Hollywood. Sapete com'è: o sono già sposati, o stanno divorziando, o vogliono farti i capelli.

Lauren Bacall

A Hollywood un divorzio può considerarsi equo se entrambe le parti ricevono metà della popolarità che ne deriva.

Cary Grant

Il mio modo di vivere è molto semplice: mi alzo al mattino e vado a dormire la sera. Nel frattempo, cerco di occuparmi di me stesso meglio che posso.

non posso vivere senza

Le mie Curve

Il costume intero che accontenta tutte le donne di tutte le taglie

Di **GIORGIA ISABELLA TRIPALDI**

L'eterno dilemma che arrovella le fashion victim di tutto il mondo, sin dai primi bagliori di sole primaverile, è sempre lo stesso: bikini o monikini. Fino a qualche estate fa, il re della spiaggia era senza alcuna ombra di dubbio lui: il bikini. In cotone, in pizzo, trasparente, san gallo, bianco, nero o fluo non faceva differenza, purché fosse irrimediabilmente due pezzi. Oggi, però le passerelle hanno riportato sulla cresta dell'onda il retro, rendendolo, se per le più giovani estremamente affascinante, assolutamente nostalgico per le più grandi. E quindi **il pezzo unico ritorna prepotentemente in spiaggia** in tutte le sue forme più eleganti o più trasgressive. La devozione al bikini è certamente venuta meno anche con la sempre più discussa, ma anche apprezzata presa di coscienza delle *curvy*. I modelli di bellezza stanno decisamente cambiando. Negli ultimi anni infatti si vedono sulle copertine (e persino sulle passerelle) donne più tonde che non provano vergogna delle loro curve, ma anzi, le mostrano orgogliose. Niente Photoshop, la cellulite è una realtà, perché nasconderla? È stata addirittura creata una barbie over-size, perché ormai nel 2018 il ricongiungimento con la verità sembra necessaria. Però se da un lato per troppi anni ragazze eccessivamente magre, con lo sguardo perso (dalla fame) sono state le indiscusse protagoniste della moda, creando non solo polemiche, ma anche un modello inarrivabile per tante giovani donne incapaci di accettare le proprie realtà estetiche, oggi le polemiche sembrano essersi capovolte. In tanti si chiedono se la tendenza delle mo-

delle *curvy* non sia l'altra faccia della stessa medaglia delle ragazze pelle e ossa tanto osannate negli anni '90. Ostentare un corpo in evidente sovrappeso è comunque un modello sbagliato, dicono i più puristi, d'altro canto però c'è chi invece è pronto a giurare che sia una campagna formativa per la moda in generale che, in questo modo, comincia a rappresentare qualcosa di più vicino alla realtà dei fatti, lasciando l'olimpo dei pochi eletti e avvicinandosi al mondo dei comuni mortali. Il dibattito è sempre aperto, ma senza dubbio sta avendo un bel seguito nel campo della moda e non solo.

In spiaggia, ad accontentare sia le magre che le rotonde, c'è proprio lui, il costume intero.

Alberta Ferretti propone un **pezzo unico in nero (intramontabile),** da indossare anche sotto un jeans. La passerella primavera-estate suggerisce un deciso revival della tinta unita, sia colori vivi come rosso o arancio che i classici ed eterni bianco e nero. Certo, il costume intero è un caposaldo della moda dai tempi di Marylin, ma come tutto si evolve e si rinnova. E allora oltre alle spalline-spaghetto tornate di tendenza direttamente dagli anni '90, **Miss Bikini** gioca con gli spazi e con i tagli svecchiandolo un po', propone così un intero monospalla in fantasia floreale (95) o un intero in tinta unita con scollo vogatore sui fianchi (97).

Insomma, il pezzo unico ha davvero conquistato un posto d'eccezione nella moda estiva. Proprio per la sua versatilità è riuscito a mettere d'accordo tutte le fisicità, dalle cultrici della palestra alle rotonde e persino le oversize. Tutte indistintamente superano a pieni voti la prova costume (intero).

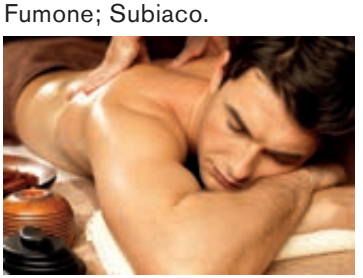
Coccole per uomo: scolpiti e rinvigoriti

A due passi da Roma nell'Hotel Liberty Palazzo della Fonte, i rituali di benessere si declinano al maschile, regalando relax e una forma invidiabile.

Lo fanno moltissimi uomini, in un numero in costante aumento, ma forse la prima volta può essere un po' imbarazzante entrare in un mondo così ovattato, profumato, umido e intimo come una Spa. Una volta rotto il ghiaccio sarà magnifico essere coccolati da trattamenti pensati apposta "for men". Ancora meglio in coppia, godendo di trattamenti separati, nuotando insieme in piscina o rilassandosi tra le bolle di una vasca Jacuzzi, oppure facendosi massaggiare simultaneamente in una "suite" appositamente predisposta. Potrete fare questo esperimento in un hotel da fiaba avvolto da un magnifico parco, a solo un'ora di auto da Roma: il Palazzo della Fonte a Fiuggi. D'altra parte Fiuggi ha una storia di benessere che risale ai primi del Novecento. Con le sue Terme di famose acque terapeutiche, rappresenta una scelta ottimale per coloro che desiderano un periodo di relax da abbinare alla cura di sé nell'attrezzatissima Spa dell'hotel. All'interno di questo albergo maestoso, raffinato, inconfondibile nel suo perfetto stile Liberty, si trova infatti **La Fonte SPA di 1.500 mq**, che perpetua la lunga tradizione termale dell'hotel proponendo agli ospiti un'offerta esclusiva di **trattamenti e percorsi che utilizzano le proprietà naturali dell'acqua di Fiuggi** e prodotti di bellezza all'avanguardia, oltre a grande **piscina interna riscaldata**, Jacuzzi, bagno turco, sauna, sale per trattamenti, zona relax e tisaneria. Per le **attività sportive** il Palazzo dispone di una palestra, due campi da tennis, wellness trail. Chi ama il **golf** sarà piacevolmente sorpreso dal Golf Club Fiuggi, sorto nel lontano 1928, il primo in Italia. Le sue 18 buche si snodano su una superficie di 73 ettari e offrono scorci panoramici indimenticabili.

Dopo l'allenamento

Se non siete a dieta stretta potrete scoprire la **gastronomia della Ciociaria**. Tra i prodotti più ricercati il **tartufo di Campoli Appennino**. **Tra i vini spicca il Cesanese del Piglio**, un antico vitigno rosso tra i più importanti del Lazio. Questi prodotti a km 0 vengono utilizzati dallo **chef del Palazzo della Fonte, Francesco Marino,** per creare piatti gustosi ma sani, presentati in maniera raffinata. Il **Ristorante Savoia** dell'albergo, oltre alla cucina mediterranea e alle diete personalizzate, offre anche alcuni piatti particolari, le **"Ricette del cuore"**, che abbinano una sana e corretta alimentazione alle eccellenze del territorio **per una adeguata prevenzione cardiovascolare.** Nel tempo libero si possono scoprire **le bellezze artistiche e naturali della Ciociaria**: Anagni (detta la Città dei Papi); le Abbazie di Casamari e di Trisulti; il borgo medievale di Fumone; Subiaco.



TUTTE LE FIRME CHE AMI

Con oltre 150 negozi da visitare, troverai tutto ciò che ti serve per rendere il tuo stile impeccabile.

Sport

Rinnova il tuo guardaroba sportivo

MOSCHINO (OUTLY)
Retail 150€
Outlet 69€

TWIN-SET
Retail 185€
Outlet 121€

SUPERDRY
Retail 59,95€
Outlet 40€

Sdrammatizza il tuo look sportivo con toni di colore luminosi, giocando con le sfumature di blu

GUESS
Retail 89,90€
Outlet 55€

Il pantalone morbido in tonalità accese, interpreta al meglio la tendenza

LORIBLU
Retail 247€
Outlet 160€

Quest'estate, se decidi di allenarti in giro per la città o in palestra, o anche se solo vuoi goderti gli appuntamenti sportivi della stagione, assicurati di avere un look perfetto. Vieni al Designer Outlet di Roma per scoprire le ultime tendenze dell'abbigliamento sportivo, dalle imprescindibili sneakers agli altri capi in stile sporty, tutto dal 30% al 70% in meno.

mcarthurglen.it/castelromano

Style

dal 30% al 70% in meno

IL TOCCO SPORTIVO

Che tu sia un fanatico della palestra o semplicemente, se vuoi aggiungere un tocco sportivo al tuo stile, non puoi sbagliare con questa tendenza.

Per lui

FOSSIL
Retail 199€
Outlet 116€

WOOLRICH (WP STORE)
Retail 229€
Outlet 149€

Per i tuoi allenamenti outdoor punta su una giacca color cobalto, la soluzione perfetta quando il tempo è incerto

LEVI'S
Retail 25€
Outlet 17,50€

Dai una svolta di stile al tuo look sportivo con un paio di trainer dal colore vivace

GEOX
Retail 139,90€
Outlet 69€

HARMONT & BLAINE
Retail 119€
Outlet 77,30€

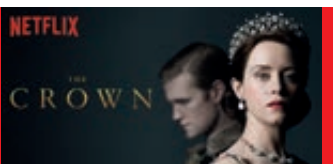
Questa stagione, se sei alla ricerca di un look sportivo ma alla moda, punta su colori luminosi, mixando e abbinando prodotti dai colori brillanti e lucenti. Ti senti ispirato? Vieni a Castel Romano Designer Outlet per scoprire tutti i must-have dell'abbigliamento sportivo dal 30% al 70% in meno.

Castel Romano Designer Outlet™

di **GIORGIA ISABELLA TRIPALDI**

THE CROWN

La vera storia di Elisabetta II firmata Netflix



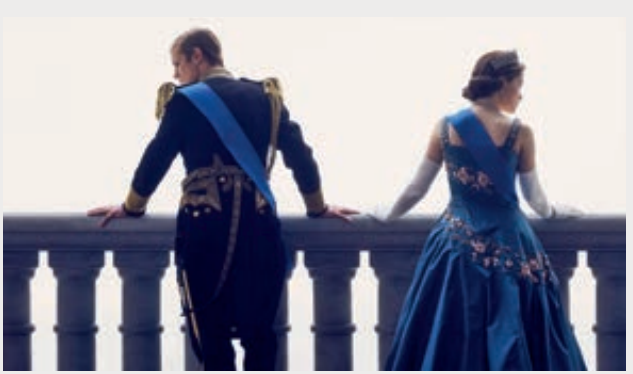
Mentre la *Brexit* faceva vacillare le sorti del futuro europeo, la Gran Bretagna ricordava al resto del mondo il suo passato glorioso fatto di *lacrime, sudore e sangue* (tanto per citare le parole di Winston Churchill) ma anche di icone e miti intramontabili. E così, dopo *Il discorso del re*, *L'ora più buia* e *Dunkirk*, nel filone di celebrazione di un passato ormai lontano impossibile non citare *The Crown*, la serie tv edita da Netflix che ripercorre con straordinaria originalità e fedeltà non solo la storia della famiglia reale, ma in particolare quella della più genuina identità anglosassone: la **Regina Elisabetta II**. Nella prima stagione si snodano i primi fili della storia per poi prendere forma nella seconda più complessa e più elaborata. L'autore della serie – Peter Morgan – ha pianificato però sei stagioni per coprire tutta la vita della Regina.

La regia di *Stephen Daldry* se con una certa pretesa artistica, ha nella prima stagione, ritratto le debolezze e la vulnerabilità della giovane Regina rivelandone i tratti più umani, prosegue poi non deludendo i più curiosi affamati di segreti e pettegolezzi reali, come il presunto tradimento di Filippo e la malcelata antipatia reciproca con Jacky Kennedy. La serie però non si limita a questo, infatti riesce ad entrare nelle camere più segrete di Buckingham Palace, tanto da sviscerare il rapporto controverso con la sorella Margaret o il disagio a corte di Filippo, uomo dal carattere spigoloso che non sempre è stato all'altezza del difficile ruolo che ricopre la moglie.

Insomma, la serie è tutta incentrata sul percorso di crescita interiore della Regina, una donna, va ricordato, prima che un'istituzione che ha dovuto affrontare le sue fragilità per il bene dello Stato. *The Crown* riesce a costruire la figura di Elisabetta II come un **personaggio incongruente e anacronistico**, in bilico tra un **passato in decadenza** e un timido **accenno alla modernità**.

Interprete di questo personaggio così difficile è *Claire Foy* splendida attrice che si è dimostrata all'altezza di esprimere non solo le emozioni di una dei più inafferrabili personaggi storici del nostro tempo, ma anche interpretarne le decisioni storiche, i ragionamenti personali, le ossessioni, le paure e le angosce. Nella terza e nella quarta stagione, la Regina verrà interpretata da *Olivia Colman* la quale ha così anche l'onere di doversi confrontare con una magistrale Claire Foy.

Peter Morgan è riuscito a spiegare come mai una figura gattopardesca come la Regina sia riuscita a conquistare il cuore dei suoi sudditi tanto da renderla un mito anacronistico e incontrastato. Forse, l'aver saputo imporsi anche in situazioni impopolari e l'essersi conquistata spazi di libertà personale l'hanno portata a rialzarsi anche quando ormai la sua figura sembrava in netto declino.



Ai posteri l'ardua sentenza dunque, se Morgan nelle stagioni a venire, riuscirà a condurre il filo d'Arianna allo stesso modo. La morte di Diana per esempio, è uno spettro di cui la casa reale non si libererà mai. È un episodio che riemerge sempre e mai smetterà di commuovere, specialmente ora che il figlio più piccolo è pronto per il grande passo.

PISCINADELLEROSE

SENTITI LIBERO DI SCEGLIERE IL TUO STILE

INGRESSO GIORNALIERO CONVENZIONATO PRESENTANDO LA TUA COPIA DI TARGET

VICOLO 88	MIZU	CENTRO ESTIVO	FUN CITY
RESTAURANT & LUONG BAR	ESTETICA & PARRUCCHIERE	PISCINA DELLE ROSE	PISCINA DELLE ROSE

VIALE AMERICA, 20, 00144 ROMA • Metro B Eur Palasport • Tel.0654220333 • infoline +39 393 96 76 814

INFO@PISCINADELLEROSE.IT WWW.PISCINADELLEROSE.IT The Club Piscina delle Rose

Consorzi Midicoop

Roma 00128 Via G. Giovannoni, 53
Tel 065073720 - 065073312
e-mail: midicoopeuropa@virgilio.it
WWW.CONSORZIMIDICOOP.IT

Programmi di edilizia agevolata finanziata ex D.G.R.L. 355/2004 nei Piani di Zona 167; alloggi in vendita differita con un contributo della Regione Lazio in aree in diritto di superficie che saranno ceduti ai soci al Prezzo Massimo di Cessione che verrà stabilito dal Comune di Roma Capitale.

ROMA SUD

1) P.d.Z. C30 - Tenuta Vallerano - zona Via Laurentina/Via delle Libellule (2 palazzine di 3 piani - di cui 1 riservata agli appartenenti alle Forze dell'Ordine e Forze Armate - in proprietà da subito)
2) P.d.Z. B57 - Acilia Madonnetta - zona Via di Casal Palocco (1 palazzina di 3 piani)
3) P.d.Z. A10 - Dragoncello 2 - zona Via dei Romagnoli/Via M. Theodoli/Via O. Ubaldini (2 villini)

ROMA EST

4) P.d.Z. A11 - Via Lucrezia Romana - zona Via Cezanne (1 palazzina di 4 piani)
5) P.d.Z. D11 - Grotte Celoni - zona Via Casilina/Via E. Marelli (1 palazzina di 4 piani)

ROMA NORD

6) P.d.Z. B71 - Cerquette - zona Via della Storta/Via Vignone/Via Rivoli (1 palazzina di 3 piani)
7) P.d.Z. B63 - Pian Saccoccia 2 - zona Via G.B. Paravia (1 palazzina di 3 piani)

ROMA OVEST

8) P.d.Z. B69 - Monte Stallonara 2 - zona Via Tertenia (1 palazzina di 3 piani)

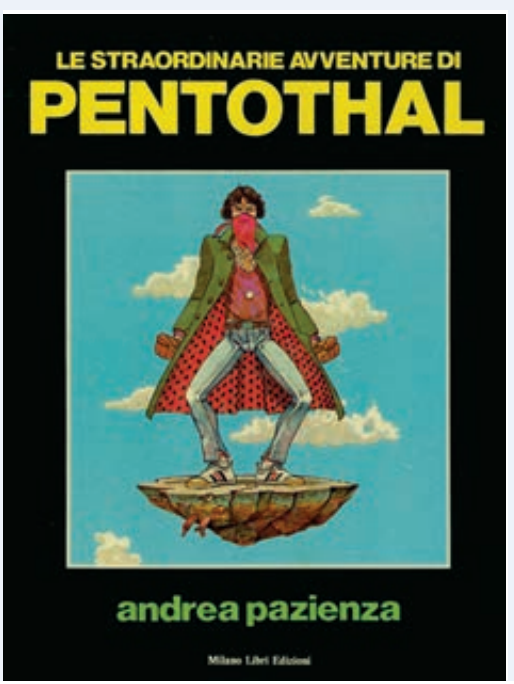
Sottoponiamo alla vostra attenzione le possibilità offerte dalla Regione Lazio e dal Comune di Roma Capitale relativamente all'opportunità di poter soddisfare le esigenze abitative di coloro che risiedono e/o lavorano nel Comune di Roma Capitale tramite l'acquisto di **alloggi di Edilizia Residenziale Pubblica**. La proprietà degli appartamenti verrà trasferita al socio dopo 7 o 25 anni dalla data di assegnazione in diritto di godimento dell'alloggio; tutti gli edifici saranno dotati di: a) pannelli solari; b) pannelli fotovoltaici per la fornitura di energia per i servizi Condominiali; c) vasche per il recupero delle acque meteoriche. Le metrature disponibili sono da 50 a 90 Mq calpestabili. Il costo presunto di un appartamento medio composto da: **soggiorno, cucina, 2 camere da letto, 2 bagni, balcone, cantina e posto auto di 74 Mq utili netti dovrebbe essere intorno a € 230.000,00** (di cui circa € 80.000,00 in contanti e circa € 150.000,00 come mutuo ordinario).

Vi invitiamo a richiedere i progetti e informazioni più dettagliate, relativamente al P.d.Z. di vostro gradimento, contattandoci telefonicamente, inviando un messaggio di posta elettronica o consultando il nostro sito. Siamo a disposizione per ogni ulteriore chiarimento in merito.

di **VALENTINA PELLICCIA**

Arf! Festival apre con la mostra su Andrea Pazienza

A trent'anni dalla morte, Roma celebra il grande fumettista Andrea Pazienza con una mostra che riunisce le sue eredità artistiche. Con questa mostra il Mattatoio di Testaccio (Ex MACRO) apre Arf!Festival, il festival dedicato al fumetto, arrivato quest'anno alla sua quarta edizione. La mostra **Andrea Pazienza, trent'anni senza**, è invece aperta **dal 25 maggio al 15 luglio** e si concentra sul Pazienza fumettista proponendosi come introduzione per i giovani che si approcciano oggi per la prima volta all'opera di questo eclettico e geniale artista. Sarà organizzata come un'intensa esposizione di opere originali e ad integrazione della narrazione a fumetti non mancheranno incursioni nelle opere da vignettista ed illustratore. Ricca la selezione della sua opera: da *Aficionados* e *Le straordinarie avventure di Penthotal* dei primissimi anni '80 al suo personaggio più celebre, **Zanardi** (con le tavole di *Giallo scolastico*, *Verde matematico*, *Pacco*, *La prima delle tre*, *Notte di Carnevale*, *Cuore di mamma*, *Cenerentola 1987*, *Lupi* e alcune delle straordinarie pagine di *La vecchiezza è una Roma* e di *Zanardi medievale*), passando per *Tormenta* e le caricature disneyane di *Perché Pippo sembra uno sballato* e *La leggenda di Italiano Liberatore*, lo spassoso *Pertini*, le meravigliose tavole a colori di *Campofame*, o ancora *Francesco Stella*, le *Sturiellet*, *Una estate*, la pura poesia dell'incompiuta *Storia di Astarte* o di *Il perché della anatre*, fino a quello che probabilmente è il più importante, esorcizzante e traumatizzante graphic novel italiano del XX Secolo, quel *Gli ultimi giorni di Pompeo* che lo ha consacrato nell'empireo della letteratura disegnata. Molti considerano Pazienza il più talentuoso tra i disegnatori italiani. Voce e matita del Movimento del '77 e della disperazione dei favolosi anni Ottanta. Un inventore di storie, sviluppate attraverso i suoi personaggi senza tempo: Pentothal, Zanardi, Pompeo.



Scopri il nuovo catalogo giardino 2018

Idee e soluzioni per i tuoi spazi all'aperto

Inquadra il QR code e scarica il nuovo Catalogo Giardino

Bricofer

Cerca il punto vendita aderente più vicino a te su **bricofer.it**

90 NEGOZI IN ITALIA

di **GIANLUCA PIGNATARO**

Cinecittà World, nuove attrazioni Arrivano i dinosauri e lo stuntman show

Al via una nuova attrazione a Cinecittà World, con "Jurassic War – La battaglia dei dinosauri". Si tratta di un simulatore in 4D circondato dal primo e unico *Immersive Tunnel* mai costruito in Italia. Oltre 80 metri di schermo avvolgeranno gli ospiti del parco, a bordo di un treno futuristico, per incontrare da vicino i dinosauri con un realismo senza precedenti.

Jurassic War è una delle 7 nuove attrazioni del parco divertimenti del Cinema e della TV di Roma, ed ha un solo precedente in Europa. Un gioellino tecnologico che si sviluppa in un padiglione di quasi 3.000 m2, si avvale di un film in 15k di livello internazionale, realizzato ad hoc dalla Red Raion, innovativa media factory Siciliana protagonista nel mondo dei videogiochi, di occhialini 3D attivi di ultima generazione, di 9 proiettori Christie da 2K e di un suono 360° surround in modalità 8.1.

Recentemente è stato inaugurato anche **Cinetour,** un percorso tra i set dei kolossal del passato fino ai giorni nostri. L'ospite entra nel set di Cleopatra, prosegue nel *Cimitero dei morti viventi*, attraversa mostri e creature iperrealiste come *Robocop* o *Terminator*. Il viaggio termina nel Palazzo di Erode, set originale del film *Cristo Re*, ancora inedito in Italia. "A Cinecittà World entri fisicamente nei film - commenta l'Amministratore Delegato Stefano Cigarini -sia tramite i set originali, come *Cinetour* o *Ben Hur*, sia tramite la tecnologia, come nelle attrazioni in realtà virtuale tipo *La Guerra dei Mondi o Labirinto*, sia infine tramite l'interazione, da brivido, con gli attori che popolano la nostra *Horror House"*. Al taglio del nastro della nuova attrazione hanno partecipato, oltre a tanti visitatori, numerosi ospiti del mondo dello spettacolo, del cinema e della televisione.

Ma tra le 8 novità del 2018, che portano a 30 il totale delle attrazioni del parco presentate oggi, ci sono anche "**Motori...Ciak, Azione!",** lo stunt show ispirato ai grandi film *action* e "I-Fly"**,** la montagna russa da… salotto! Grazie a un simulatore attrezzato con la realtà virtuale, gli ospiti potranno vivere i brividi dei grandi *roller coaster* ma… senza staccarsi da terra.

Nel 2018 il parco allunga il suo periodo di apertura a 10 mesi, fino al 6 Gennaio, così che gli ospiti possano godere anche degli **8 spettacoli al giorno,** delle **6 aree a tema**, ispirate ai grandi generi cinematografici, da Adventureland al Far West, da Spaceland all'antica Roma, e del ricco calendario di **eventi** e riprese di **film** dove gli ospiti del parco possono assistere o addirittura partecipare come attori o comparse.

elite
supermercati

QUALITÀ SENZA COMPROMESSI

LA FRESCHEZZA E LA BONTÀ PER VIVERE BENE

TRADIZIONE E QUALITÀ PER LA VOSTRA TAVOLA

CARTA CLUB è GRATUITA!

- OFFERTE ESCLUSIVE
- PUNTI PER GRANDI REGALI
- BUONI SCONTO E COUPON
- SPECIALI INIZIATIVE

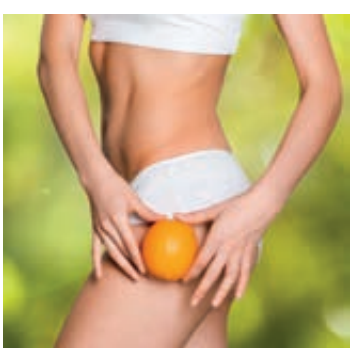
e tanto altro...

Cellulite addio

Ecco qualche segreto per combatter il difficile inestetismo

di **VALENTINA PELLICCIA**

La prima battaglia contro la cellulite è a tavola: bisogna seguire una dieta ricca di vegetali e fibre, riducendo carboidrati raffinati, dolci, alcool e sale.
Sarebbe bene privilegiare cibi ricchi di acido ascorbico e di antiossidanti naturali: alcuni frutti freschi (**agrumi, ananas, kiwi, frutti di bosco, pompelmo rosa, fragole**), alcuni ortaggi freschi (**broccoli, cavoli, cavolfiori, pomodori, peperoni**), tuberi (**patate soprattutto se novelle**) e **pesce**.
E' importante bere almeno un litro di acqua al giorno per disintossicare l'organismo.
Sarebbe utile ridurre anche il fumo, perché ha un'azione vasocostrittrice e aumenta i radicali liberi che peggiorano il microcircolo.
Fondamentale è l'attività fisica. Sono consigliate attività come **nuoto e acquagym**, ma anche sport a lunga durata come il **ciclismo, la camminata veloce o lo step**.
E' utile l'**aromaterapia**, quindi sottoporsi a massaggi con oli essenziali che stimolino la circolazione: da prendere in considerazione **l'olio essenziale di betulla, l'olio essenziale di limone, l'olio essenziale di rosmarino e di sedano**.
Esistono altri possibili trattamenti, come ad esempio: pressoterapia, mesoterapia, ossigenoterapia, ultrasuonoterapia, oppure dispositivi che utilizzano l'energia della luce laser per il trattamento dell'adipe localizzato (trattamento SculpSure).
Uno degli ultimi trattamenti particolarmente efficaci per combattere la cellulite è Cellfina, una nuova tecnologia approvata FDA (Agenzia americana che certifica gli alimenti e i medicinali) che consente di ottenere risultati stabili nel tempo.



in profumeria

In profumeria la scelta per combattere la cellulite è vasta e sono molte novità come **Soin Amincissant Intensif Phyto-Svelt Global** di Sysley Paris (costo 140 euro). Phyto-Svelt Global è un'emulsione leggera, fresca e setosa che si assorbe rapidamente e permette di vestirsi subito. Il corpo è come rimodellato e la silhouette più snella. La crema fiori di arancio amaro e caffeina, come principi attivi, poi Seme di Coriandolo, Riso e Foglia di Loto, Burro di Karité, Olio di Colza, Rosmarino (olio essenziale),Salvia (olio essenziale), Lavanda (olio essenziale), Maggiorana (olio essenziale), Soia e Calice d'Alkekenge.

Photo by iblend

I piaceri della cucina di mare

La bella stagione è arrivata e con essa il desiderio di immergersi nell'atmosfera marina con i suoi sapori e profumi. Per pregustare questi ultimi non occorre allontanarsi da Roma. All'Eur, il ristorante di pesce Livello 1 è pronto a farvi provare un'esperienza gastronomica davvero unica. Nato due anni fa dall'idea di Emilia Branciani e Claudio Montingelli, da sempre appassionati di cucina di mare, Livello1 è **ristorante e pescheria**, denominata Pescatoria, due realtà che fanno del pescato fresco di stagione il loro punto di unione. **La Pescatoria**, adiacente ma separata dal ristorante, è stata realizzata dai proprietari per la vendita al dettaglio del pesce fresco preveniente da Anzio, Formia e Ponza.

È una **bottega di sapori e profumi ittici la Pescatoria** in grado di catturare la vista e i palati più esigenti con un vasto assortimento. Il calore del legno e le ampie vetrate, da cui si può scorgere il ristorante situato vicino. Entrando nel negozio, ciò che salta subito all'occhio è la pulizia, l'ordine e l'ampia scelta a disposizione. Sul bancone primeggiano crudi, crostacei, frutti di mare e pesce di stagione di grandi e piccoli dimensioni ma anche preparati pronti per il consumo. Il personale, competente e cordiale, è a disposizione della clientela per offrire un servizio di pulizia e sfilettatura del pesce. Nella Pescatoria è possibile acquistare anche pasta, vino, olio e altri prodotti di qualità per realizzare a casa la vostra ricetta di pesce. Tutto il pescato presente nella Pescatoria è alla base della creazione dei piatti realizzati nel ristorante Livello1. Un locale moderno, realizzato in ogni dettaglio da Emilia Branciani, che dispone di un' ampia sala interna e di un curato dehors esterno, ideale per mangiare all'aperto.

Al guida della cucina il talentuoso chef **Mirko Di Mattia** e il suo team, sempre pronti a farvi assaggiare tante specialità. Tra gli antipasti sono imperdibili le '*Capesante croccanti, piselli, misticanza e tartufo',* il *'Polpo rosticciato con patate,*

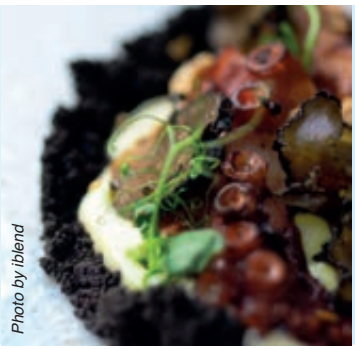


Photo by iblend

Photo by iblend

Photo by iblend

crumble di nocciole e gelato alle olive' e il ***'Salmone Loch Fyne in consistenza di spinaci'***. L'instancabile Mirko Di Mattia ha deciso di introdurre negli antipasti anche un piatto dal respiro più internazionale. Partendo dal pesce fresco a disposizione, lo chef ha realizzato una ricetta che racchiude i sapori della terra sudamericana e il gusto del Sol Levante. La causa rellena viene avvolta nel pesce fresco e servita nella forma del nigiri, nasce così il **Causushi**. Tra i primi sono da provare gli '*Gnocchi di ricotta di bufala, crema di peperoni gialli arrostiti, scampi e salsa al basilico'*, la *'Carbonara dei Ricci'* e lo '***Spaghettino (Lagano) tiepido, pomodoro datterino, mandorle, ostriche e plancton***'. Il viaggio culinario prosegue con i secondi, da assaggiare la '*Ricciola, salsa satay (latte di cocco, arachide, soia) e rucola'*, il '*Branzino affumicato alle erbe, salsa ai frutti di mare, verdure in carpione e corallo di zafferano'* e il ***'Black cod, lattuga, senape e soia'***.

Per gli amanti dei dolci, Livello1 propone un'ampia selezione di dessert abbinati a ottimi cocktail. Gioca con la creatività *Alice*, un gelato di more, spugna di lamponi, mousse di mirtilli e terra di cioccolato che ricorda nell'impiattamento proprio il 'Paese delle Meraviglie'. Evoca la famiglia il dolce ***Argentina***, una spianatoia che raffigura gli impasti che Argentina, la nonna dello chef, era solita realizzare. Tra le ultime creazioni dello chef il ***Risotto al riccio***, un risotto mantecato fatto con riso soffiato, ganache guanaja, pepe di Sichuan e gelato al riccio. Il menù include anche una selezione di crudi, un percorso di degustazione o menu a mano libero dello chef. A pranzo da Livello1 si possono degustare le creazioni del giorno realizzate a seconda del pescato fresco disponibile, è possibile optare infatti per un menu **Business Lunch**, più light e veloce.

L'offerta del ristorante Livello1 è arricchita dalla grande attenzione riservata ai cocktail. La **drink list** include proposte di alto livello che variano periodicamente e che ben si abbinano ai piatti a base di pesce. Un mix di tradizione e innovazione in grado di conquistare tutti gli appassionati di mixology.

Per prenotazioni: Tel 06 5033999

www.ristorantelivello1.it

Via Duccio di Buoninsegna, 25 (EUR Serafico) - 00142 Roma - info@ristorantelivello1.it

Aperto a cena tutti i giorni tranne la domenica e il lunedì.
Chiuso il lunedì a pranzo

Raccontiamo emozioni da più di 30 anni

STEFANO GRUPPO

WEDDING PHOTOGRAPHER

www.stefanogruppo.it

tel.347 57.26.914

di **GIORGIA ISABELLA TRIPALDI**

Milly D'abbraccio feat Brandon Lowe "Parole Parole" il nuovo tormentone dell'estate 2018

Accantonata la carriera di icona sexy **Milly D'abbraccio** torna **dal 25 maggio** sulle scene musicali con il celebre brano di Mina *"Parole Parole"* in versione dance future house. Viviamo nell'epoca in cui tutto sembra poter essere rimesso in discussione, anche quelle icone musicali come "Parole parole", che fino a ieri sembravano *irraggiungibili*, *in-criticabili*, *in-remixabili.* Ma d'altronde nel 2011 *Bob Sinclair* dava ufficialmente il via *restaurando* quel mostro sacro di Raffaella Carrà in "*A far l'amore comincia tu"*, brano diventato poi anche colonna sonora del film vincitore del Premio Oscar *"La grande bellezza"* firmato Paolo Sorrentino. Da allora lo svecchiamento delle icone classiche non è più una blasfemia.

Il brano di Milly D'abbraccio è stato mixato dal figlio **Brandon Lowe**. L'attrice che da anni ha intrapreso la strada della musica come cantante e produttrice, fondando anche una nuova etichetta la **Community Musik Records**, propone insieme al figlio un brano che si preannuncia come il tormentone dell'estate 2018. Figlia d'arte, proveniente da una famiglia di musicisti, il nonno primo violinista al "San Carlo di Napoli" e lo zio noto compositore e musicista, Milly torna alla sua prima passione, *la musica*. Esplosiva ed eclettica, torna a stupire (e a far ballare) più di prima con il suo nuovo brano. Il progetto nasce da un'idea di Brandon Lowe, giovane scoperta della Community Musik Records, etichetta nascente della D'Abbraccio. Il brano "Parole Parole" è stato reinterpretato in una versione del tutto inedita ed originale. La D'Abbraccio afferma: "E' una bomba estiva e farò ballare tutta Italia" precisando che il suo ritorno non è casuale e che a metà dell'estate uscirà con il suo primo inedito.

"Cold Blooded": Energia e sonorità anglosassoni nel nuovo brano di Ellency

È pronto all'uscita, nel panorama musicale italiano ed internazionale, **Lorenzo Coccia**, in arte Ellency, con il suo brano "Cold Blooded": energia e sonorità anglosassoni in una coinvolgente ballata pop-rock. Ellency, 24 enne romano, dopo le prime lezioni di canto e pianoforte al Saint Louis College di Roma, ha perfezionato i suoi studi musicali oltre manica, al Chichester College e all'Università di Westminster. Le esperienze e la preparazione oltremanica hanno influenzato il sound dell'artista capitolino, proiettandolo verso scenari internazionali. Proprio per questo venne scelto nel 2015 per partecipare all'ICSF in Corea, in rappresentanza dell'Italia. Nel prossimo giugno parteciperà alle finali di Sanremo Rock.

STUDIO DI ODONTOIATRIA OLISTICA

A distanza di 13 anni dall'apertura dello Studio di Odontoiatria Olistica dell'Eur, il Dott. Daniele Puzzilli estende i propri orizzonti inaugurando un nuovo studio nella zona Nord della Capitale.
Il successo riscosso in questo decennio con lo studio dell'Eur ha fatto crescere sempre più il desiderio, e per certi aspetti anche la necessità, di avvicinarsi all'utenza proveniente dal centro e dalla zona Nord della città. Ciò che rende così unico lo Studio di Odontoiatria Olistica è proprio il suo approccio, che consiste nella combinazione delle specialità dell'odontoiatria con quelle delle discipline olistiche, permettendo non solo l'eliminazione del sintomo manifesto, ma proprio l'analisi dell'individuo nella sua globalità per individuare le possibili cause del problema, stabilire un percorso clinico per la sua completa risoluzione così come l'eliminazione della sintomatologia. L'obiettivo del nuovo studio è di riproporre la stessa equipe di specialisti che operano in maniera sinergica mettendo a disposizione del paziente

le proprie conoscenze approfondite nelle diverse specialità. Gnatologia, endodonzia, conservativa, ortodonzia, pedodonzia, chirurgia orale ed implantologica sono solo alcune delle macroaree dell'odontoiatria presenti presso lo studio del Dott. Puzzilli. A queste si aggiungono le discipline della medicina olistica, quali l'osteopatia, la posturologia e la fisioterapia, che permettono di completare l'analisi e la diagnosi del paziente e di individuare la terapia ottimale finalizzata alla guarigione. Per condurre un'analisi approfondita delle problematiche e definire una terapia di cura ci si serve di tecnologie di avanguardia. Si parte da una valutazione generale in occasione della quale s'investigano le cause delle problematiche più evidenti e sintomatiche. In questa fase è possibile che venga effettuata, direttamente in studio, un'ortopanoramica 3D digitale per approfondire e delucidare eventuali situazioni non evidenti, latenti o "nascoste". A seguito di questo esame è possibile stabilire una priorità di trattamenti per intervenire sulle problematiche evidenziate che vengono quindi sottoposte ai diversi specialisti. Oltre ad offrire i tradizionali trattamenti odontoiatrici utilizzando le più innovative tecniche d'avanguardia, gli Studi di Odontoiatria Olistica del Dott. Puzzilli si distinguono per alcuni fiori all'occhiello. In ambito diagnostico oltre alla tac cone-beam per l'ortopanoramica 3D digitale vengono ampiamente utilizzati l'elettromiografia mandibolare wireless, per la valutazione della funzione dei muscoli

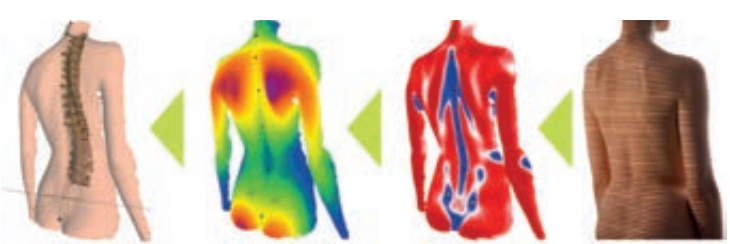
temporali e masseteri ed il TSCAN, per analizzare con precisione i contatti occlusali in modo digitale. La combinazione di questi strumenti è fondamentale per il check gnatologico che consente di indagare le cause odontoiatriche in situazioni di malocclusione dentale, metalli-otturazione o protesi, serramento dentale o bruxismo, infezioni, mal posizionamento dei denti del giudizio. Queste alterazioni spesso influenzano negativamente l'assetto posturale, che viene valutato utilizzando il Formetric 4D per l'analisi della colonna vertebrale e della postura effettuando un rilevamento morfologico completo del dorso (senza l'utlizzo di raggi X) e la pedana posturometrica e stabilometrica per l'analisi e la valutazione della distribuzione dei diversi carichi nell'esame dei differenti recettori posturali. E' ormai noto come problematiche a livello di masticazione e occlusione inneschino una concatenazione di alterazioni che possono manifestarsi con persistenti mal di testa o dolori muscolari.

Dal punto di vista estetico si effettuano trattamenti per migliorare ed ottimizzare le alterazioni di allineamento e colore attraverso restauri estetici, sbiancamento laser e faccette in ceramica individualizzate. Lo sbiancamento viene effettuato con una tecnologia laser che minimizza al massimo la sensibilizzazione al caldo ed al freddo, ricorrente nei tradizionali sbiancamenti laser. Particolare successo è stato inoltre riscontrato dalle faccette individualizzate che permettono di ottenere un vero sorriso da copertina. Nell'ortodonzia una svolta decisiva è stata data dall'Invisalign, una terapia ortodontica che permette per mezzo di mascherine individualizzate, trasparenti ed invisibili, di risolvere i problemi si sovraffollamento e allineamento dentale. Inoltre, per quanto riguarda l'ortodonzia e la protesi dentaria, viene utilizzato l'innovativo scanner intraorale Itero per la realizzazione di impronte, senza dover sempre ricorrere all'utilizzo delle tradizionali e fastidiose paste in alginato.

In ambito implantologico la tecnologia più innovativa è rappresentata dal sistema radiografico digitale 3D, che permette l'inserimento del provvisorio nella stessa seduta dell'impianto, con tecnica a carico immediato. Sempre in contesto chirurgico, per affrontare più serenamente gli interventi più impegnativi, è possibile richiedere il supporto anestesiologico che provvederà ad effettuare una sedazione semi-cosciente. In alternativa, senza l'utilizzo di aghi, è altrettanto possibile richiedere l'utilizzo della sedazione cosciente con protossido d'azoto.

Presso gli studi di Odontoiatria Olistica un ampio spazio è dedicato ai pazienti più piccoli. Si offre infatti un'intera equipe specialistica dedicata ai bambini dai tre anni in poi.

Il credo del Dott. Puzzilli è di riuscire a fornire un servizio completo, di alta qualità, per mezzo di tecnologie d'avanguardia ed operato da specialisti del settore di fama internazionale, che sia incentrato sulla risoluzione non solo dei sintomi, ma delle problematiche nella loro totalità per mezzo di un iter quanto più mirato e risolutivo.



STUDIO DI ODONTOIATRIA OLISTICA

Dott. Daniele Puzzilli

V.le dell'Umanesimo, 199
Tel. 06.5925129
Largo Maresciallo Diaz, 13
Tel. 06.45615500

www.olisticsmile.com

di LETIZIA STRAMBI

I bianchi riccioli del barocco, le nere criniere dei cavalli: benvenuti a Martina Franca

Alla scoperta dei segreti e delle bellezze della cittadina della Murgia, tra edifici storici, masserie, piatti tipici e curiosità inedite

Le spiagge affollate della Puglia sono per i più. Ai pochi eletti in cerca di scoperte, restano i piccoli mondi bianchi, i selciati e i muretti a secco, la terra rossa sotto gli ulivi, i peperoni saporiti, i pomodori a essiccare sui tetti. L'anno prossimo sarà l'anno del turismo lento, ma noi abbiamo già iniziato ad apprezzarlo. La nostra mèta è Martina Franca, le sue dimore storiche, le strade percorse dai massari della Murgia, le oasi nei tratturi della transumanza.

La prima tappa del nostro viaggio nel territorio martinese è il Palazzo Ducale, ancora oggi al centro di numerose attività con i giovani. Le sale e la grandezza dell'edificio richiamano i fasti dell'epoca di Versailles e Caserta. Da qui si snoda un percorso nel centro storico della città vecchia, dove troviamo il complesso monastico del Villaggio di Sant'Agostino da cui si gode il panorama migliore. Per arrivarci ci aggiriamo tra peperoncini appesi, gerani che spiccano sugli scalini abbacinanti di luce, curatissime osterie dove netto emerge il profumo dell'olio sul pane. E poi gli artigiani nelle botteghe, le bellissime ceramiche colorate.

Il barocco della Basilica di San Martino riprende tutti i riccioli consueti che quest'era ha regalato al nostro Sud. E se non bastassero, ecco tutti i santi dell'arte popolare, ritratti con greggi e fiorellini. Per i più curiosi c'è anche il Muba-Museo di arte sacra. Ovunque il rococò furoreggia incontrastato. Il Palazzo dell'Università e la Torre dell'Orologio, sono invece il fulcro della cultura laica. E poco più in là, l'elegante salotto di Piazza Maria Immacolata con degli inconsueti portici. Di qui si prosegue la strada del barocco martinese (via Cavour), solcata dai palazzi nobili della città, edicole, porticine azzurre. Tra gli edifici, Palazzo Motolese, privato, ma visitabile in alcuni occasioni per iniziative culturali. Una chicca la più antica chiesa della città: risale al tardo medioevo ed è San Nicola in Montedoro.

Ma Martina Franca è famosa anche per la musica con la **Fondazione Paolo Grassi** che ha preso posto nel convento di San Domenico, divenendo una famosa accademia di studi musicali internazionali, dove echeggiano violini e pianoforti in vista del Festival della Valle D'Itria.

Le masserie

Tappa imprescindibile è **la Masseria Luco**, una location spettacolare, con una sua antica chiesa, le carrozze. Abitata dalla famiglia Cassano, cui si deve il restauro, è gestita da tre sorelle Anna, Daniela e Federica. Considerata una delle 100 masserie più belle del mondo, parla della storia contadina italiana, del nostro amore per la bellezza e la sua preservazione. Sopra la porta della chiesetta c'è scritto nella pietra "Solo Dio è Grande", citando Manzoni.

Completamente diverso, ma veramente accogliente è il Bioagriturismo **La Casa degli uccellini**, un'azienda sorta sul luogo di un antico complesso di trulli, dove si praticano tecniche di agricoltura ecosostenibile. Una coppia gentilissima vi inizia a sapori che avete dimenticato, o sconosciuti ai più giovani. Le famiglie del luogo vengono qui a coltivare appezzamenti di terreno preservando antichi prodotti autoctoni. Nei trulli, arredati con pezzi unici di design locale, si può soggiornare prenotando con anticipo perché vi sono turisti da tutto il mondo. Alle pareti si stagliano frasi che vi fanno sentire quasi in un pantheon naturale di condivisione e pace.

Molto strutturata e grande la **Masseria Tagliente**, con allevamento di cavalli murgesi, bellissima razza autoctona, allo stato brado. 180 ettari, piscina, un'aia come era in uso al Sud nei grandi latifondi del tempo, una chiesa neoclassica. Un tratto sicuramente più impersonale rispetto alle precedenti, ma capacità di gestione di numeri forse più importanti.

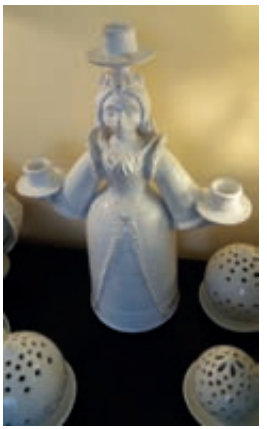
Riserve naturali: Il Bosco delle Pianelle e le ciclovie dell'acqua.

21 percorsi e 15 chilometri di sentieri segnalati e liberamente accessibili per scoprire il paesaggio, la flora e la fauna di una delle ultime grandi selve di Puglia. Questo è il **Bosco delle Pianelle**. Qui si può fare una incantevole passeggiata tra eleganti felci e lecci monumentali, camminando sui passi dei briganti che si sono rifugiati nell'intricata macchia mediterranea di questo angolo della Murgia. Le mète più ambite sono: un punto panoramico sulla imponente gravina delle Pianelle e l'Albero del Capitano, il più grande leccio del bosco. Qui si può ammirare la ***Foggia Lama Cupa*** un elemento architettonico unico del paesaggio pugliese. Si tratta di una costruzione atta a preservare l'acqua, tanto scarsa in questo territorio. Si ergeva su una depressione carsica- una "lama"- su cui si costruiva una campana di sassi e attorno degli abbeveratoi. Era una riserva importantissima all'epoca della transumanza.

Gli amanti della natura possono affrontare in questo territorio anche delle bellissime **ciclovie lungo i percorsi d'acqua** c che attraversano tutto il centro della Regione.

Curiosità:

Le bottiglie baffute



C'era un contadino di Grottaglie che sposò una ragazza di Martina Franca, ma non voleva che il signore del feudo esercitasse il suo ius primae noctis. Allora decise di sacrificarsi per lei, vestendosi da donna, ma dimenticò di radersi i baffi. Il signore lo scopri e lo condannò a morte a meno che non portasse 700 bottiglie di vino con le sue fattezze di uomo vestito da donna. Dal medioevo ad oggi ancora se ne producono di artigianali.

La bombetta una storia antichissima

Arriviamo alla Macelleria da Ricci, dove si conserva una tradizione le cui tracce sono allo studio dall'associazione "Quelli della Bombetta". E' tradizione che i macellai abbiano un "fornello" (furnidd). E' nel negozio per cuocere subito la carne alla sera, chiusa la vendita della macelleria. Da circa quarant'anni, alcuni macellai di Martina Franca hanno aggiunto, alle consuete cotture alla brace di potatura d'olivo, le bombette, involtini di capocollo di maiale, ripieni di formaggio canestrato. Francesco Biasi a capo dell'associazione dedica tutto il suo tempo a preservare e divulgare la conoscenza di questo prelibato piatto contadino.

Il legno del giogo

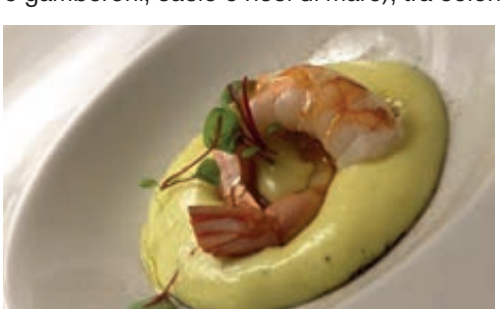
Il legno del giogo non si butta, non si compra, non si brucia. Considerato sacro perché legato ai buoi, fin dai tempi dei romani, visto che a Giove era sacrificato il toro. In seguito ha sempre segnato il solco nella terra, indicando la direzione per la semina e rinascita. Per questo i contadini quando qualcuno stava per morire mettevano un pezzo di legno del giogo sotto il letto, affinché ritrovasse la sua strada nella terra.

Il bocconotto

E' un dolce tipico del posto fatto in pasta frolla, con ripieno di crema pasticciera e crema-amarena, prodotto ancora secondo l'antica ricetta del Settecento.

I posti migliori per mangiare

Gaonas per un'esperienza del gusto. Incomprensibile come questo chef, Gianfranco Palmisano, non abbia ancora conquistato una Stella Michelin. I suoi menù sono frutto di materie prime locali e molta fantasia. Gioca con colori e composizioni, vive contrasti meravigliosi, tra mare e terra (animelle e gamberoni, cacio e ricci di mare), tra colori e consistenze. Il menù ricchissimo cambia spesso rinnovandosi in una fantasia eterna. La tv ora gli sta dando popolarità alla "Prova del Cuoco", ma meriterebbe di più. Provatelo prima che diventi inarrivabile, cosa che accadrà presto.



Per un lunch non perdete invece lo spirito di **Cibando, Food Experience**. Un gruppo di giovanissimi per sapori semplici e antichi, annaffiati da vino buonissimo, conditi da Wifi, e l'invito a posare il telefonino. L'aperitivo qui è "terra terra" l'ashtag sull'ape che porta le materie prime dai campi limitrofi #questionediradici.

affiliato

FRIMM

MAS SERVICE SRL

AGENZIA IMMOBILIARE

"Compra e Vendi CASA
Prima di tutti,
Meglio di tutti"

Viale della Grande Muraglia 144/146

06 520.42.73 - 333 284.65.09 320 944.78.38

masservicesrl@gmail.com - immobiliaremasservice.it

Di **GIANLUCA PIGNATARO**

EDILIZIA RESIDENZIALE PUBBLICA TRA SOGNO E REALTÀ

Parlare di casa vuol dire parlare di futuro e lo Stato non può rinunciare a scegliere che politica adottare. Forse la soluzione non è continuare a costruire case... ma costruirle vivibili e vendibili, in una parola SOSTENIBILI, per chi ci vive, per l'ambiente, per tutti.

Nell'ultimo trimestre dell'anno 2017 è aumentato il numero dei potenziali acquirenti delle abitazioni e dall'analisi del primo trimestre del 2018 i dati sono ancora nettamente più positivi, con l'aumento della domanda per le nuove abitazioni del +3,5% rispetto allo stesso periodo dello scorso anno. Il mercato immobiliare residenziale, nel 2017 ha continuato nel suo percorso di ripresa (+4,9% sul 2016) registrando il quarto anno consecutivo di crescita.

Ma esiste davvero una formula magica per permettere a tutti di realizzare il proprio sogno e bisogno di casa? **Se tutti lavoriamo bene i sogni possono diventare realtà. La formula magica sta in una iniziativa pubblica con un ruolo importante del privato a vantaggio un po' di tutti.**

Parliamo di Edilizia Residenziale Pubblica: alloggi da cedere in affitto con patto di futura vendita con un mutuo agevolato della Regione in aree in diritto di superficie da cedere al Prezzo Massimo di Cessione che verrà stabilito dal Comune. La Regione Lazio e il Comune di Roma Capitale offrono l'opportunità di poter soddisfare le esigenze abitative di coloro che risiedono e/o lavorano nel Comune di Roma tramite l'acquisto di **alloggi di Edilizia Residenziale Pubblica** (edilizia agevolata finanziata ex D.G.R.L. 355/2004 nei Piani di Zona 167).

La proprietà degli appartamenti viene trasferita al socio dopo alcuni anni dalla data di assegnazione in diritto di godimento dell'alloggio. Il costo degli appartamenti è calmierato e sarà poi il Comune di Roma Capitale a stabilirlo determinando il Prezzo Massimo di Cessione finale dell'alloggio.

Tutti gli edifici saranno dotati di:

a) pannelli solari;
b) pannelli fotovoltaici per la fornitura di energia per i servizi Condominiali;
c) vasche per il recupero delle acque meteoriche.

Le metrature disponibili sono da 50 a 90 Mq calpestabili.

Il costo presunto di un appartamento medio composto da: soggiorno, cucina, 2 camere da letto, 2 bagni, balcone, cantina e posto auto di 74 Mq utili netti dovrebbe essere intorno ai 230mila euro (di cui circa 90mila euro in contanti e circa 140mila euro come mutuo agevolato e/o ordinario).

I requisiti di legge richiesti agli aspiranti assegnatari sono: la cittadinanza Italiana, la residenza anagrafica o avere l'attività lavorativa nel Comune di Roma Capitale, la mancanza di titolarità di diritti di proprietà, usufrutto, uso ed abitazione su alloggio adeguato ed anche l'assenza di precedente assegnazione in proprietà originaria o derivata, immediata o futura di alloggio realizzato con contributi pubblici ed infine un reddito familiare massimo di circa 45mila euro lordi, meno le detrazioni di legge.

A tu per tu con chi sa tutto su casa e condominio

Hai sempre desiderato di poter avere un amico Amministratore che potesse dare risposta a tutti i tuoi quesiti riguardanti le più diverse tematiche condominiali? Da oggi su Target, avrai la possibilità di rivolgerti ad un professionista Gianluca Pignataro. Aspettiamo le tue e-mail e speriamo di poter soddisfare con le nostre risposte tutte le tue perplessità! Scrivi a: amicoamministratore@targetmagazine.it

THE CLUB
PISCINA DELLE ROSE

OFFERTE VALIDE FINO AL 30 GIUGNO 2018

- **SEMIPERMANENTE** MANI O PIEDI — € 15
- **CERA INTERA** — € 20
- **DIMAGRIMENTO 3 PRESSOTERAPIE** — € 39,90

PARRUCCHIERE

4 PIEGHE CORTE + OMAGGIO PULIZIA DEL VISO — € 10,90* cad

*pacchetto da 4 obbligatorio

4 PIEGHE LUNGHE + OMAGGIO PULIZIA DEL VISO — € 12,50* cad

*pacchetto da 4 obbligatorio

TAGLIO + PIEGA — € 29* cad

*pacchetto da 4 obbligatorio

TAGLIO UOMO — € 12 ~~€ 20~~

BARBA — € 9 ~~€ 12~~

Viale America 20, Roma Eur MIZU Esthetique Fermata Eur Palasport - Tel. 06-54221872

MIZU ESTHETIQUE

Promo utilizzabili una sola volta solo per nuovi clienti non cumulabili con altre offerte

E' arrivato Oreste: il lombrico esploratore dai grandi occhi

La storia scritta da Riccardo Di Giuseppe ambientata nell'Oasi WWF di Macchiagrande. Un libro per spiegare la natura ai più piccoli

di **Valentina Pelliccia**

Oreste è l'unico lombrico al mondo ad avere due grandi occhi. Il suo sogno è quello di diventare un esploratore. Un giorno decide di sfidare i suoi lombri-compagni e di avventurarsi, da solo, nel bosco misterioso dell'Oasi WWF di Macchiagrande. Inizia così l'avventura del simpatico e curioso lombrico Oreste, il protagonista del libro scritto da **Riccardo Di Giuseppe**, responsabile e guida dell'Oasi WWF di Macchiagrande, sul litorale laziale. Il libro è consigliato da WWF Italia che quest'anno compie 50 anni. Fulco Pratesi nell'introduzione spiega:"Il personaggio del libro è un essere che con la terra (nel senso di "suolo", "terriccio", "humus") ha un intimo e felice rapporto. Oreste non è solo, i suoi compagni e amici sono il Bacco il biacco, Becco il gheppio e poi l'istrice, il porcospino, la testuggine, la cinciarella, il pettirosso e tante altre creature vegetali come la quercia e il corbezzolo. Ci sono poi gli animali che impartiscono lezioni di vita al curioso e intraprendente lombrico curioso.

L'obiettivo del racconto è avvicinare i più piccoli al mondo della natura. La favola è però rivolta anche agli adulti e agli insegnanti, in fondo il lombrico dagli occhi grandi rappresenta la curiosità dell'uomo nei confronti della natura e il suo indissolubile legame con essa. La natura che con la sua bellezza non smetterà mai di incantarci e di farci sognare. Anche per questo Oreste si prepara a diventare il nuovo idolo buono per i più piccoli e di chi come loro sa guardare la natura con rispetto e curiosità.

Titolo: E' arrivato Oreste
Autore: Riccardo Di Giuseppe
Editore: Pandion

STRALCI D'AUTORE

Pablo Neruda

Voglio fare
con te
Quello che
la primavera
Fa con i ciliegi

LO SGUARDO E LA SPERANZA

A 45 anni, Mario Melazzini, medico, scopre di essere malato di SLA (Sclerosi Laterale Amiotrofica). È l'inizio di un lungo percorso di accettazione dei propri limiti, per arrivare alla consapevolezza che una malattia che mortifica e limita il corpo non significa necessariamente l'impossibilità di una vita piena e realizzata.

Non solo, l'Autore scopre che la malattia può trasformarsi in un'alleata per tutelare quanti ne sono affetti e per provocare riflessioni sul significato della vita, sui concetti di normalità e malattia, sull'impegno dello Stato accanto a chi è indebolito dalla prova.

Con uno stile che colpisce per schiettezza e trasparenza, Melazzini ripercorre la sua personale esperienza nella lotta contro la SLA e il percorso che lo ha portato ad assumere importanti incarichi nella battaglia per la tutela dei malati e per la ricerca scientifica. Il ricavato dell'autobiografia pubblicata da San Paolo è destinato esclusivamente a sostegno della ricerca, in particolare alla Fondazione AriSLA e al Centro Clinico Nemo, specializzato nell'assistenza e la cura delle persone con malattie neuromuscolari.

Autore: Mario Melazzini,
Titolo: *Lo Sguardo e la Speranza. La vita è bella, non solo nei film*,
Editore: San Paolo, pp. 144, euro 14

elite
supermercati

Qualità

Convenienza

Cortesia

EUROMA2
ipercoop
seguici su:
YouTube
ROMA - EUR via Cristoforo Colombo, angolo v.le dell'Oceano Pacifico - tel. 06 5262161 - EUROMA2.IT