



Eva
salute

SOLO DA

ACQUA & SAPONE®

DESIGN

Rendi speciale la sua cameretta

VIAGGI

A Vienna è già Natale!

CRISTINA PARODI

Ecco cosa c'è nel mio beauty case



Miriam Leone & Marco Giallini

IL VOLTO PIÙ INTENSO DEL CINEMA

Speciale

BENESSERE IN FAMIGLIA

MODA

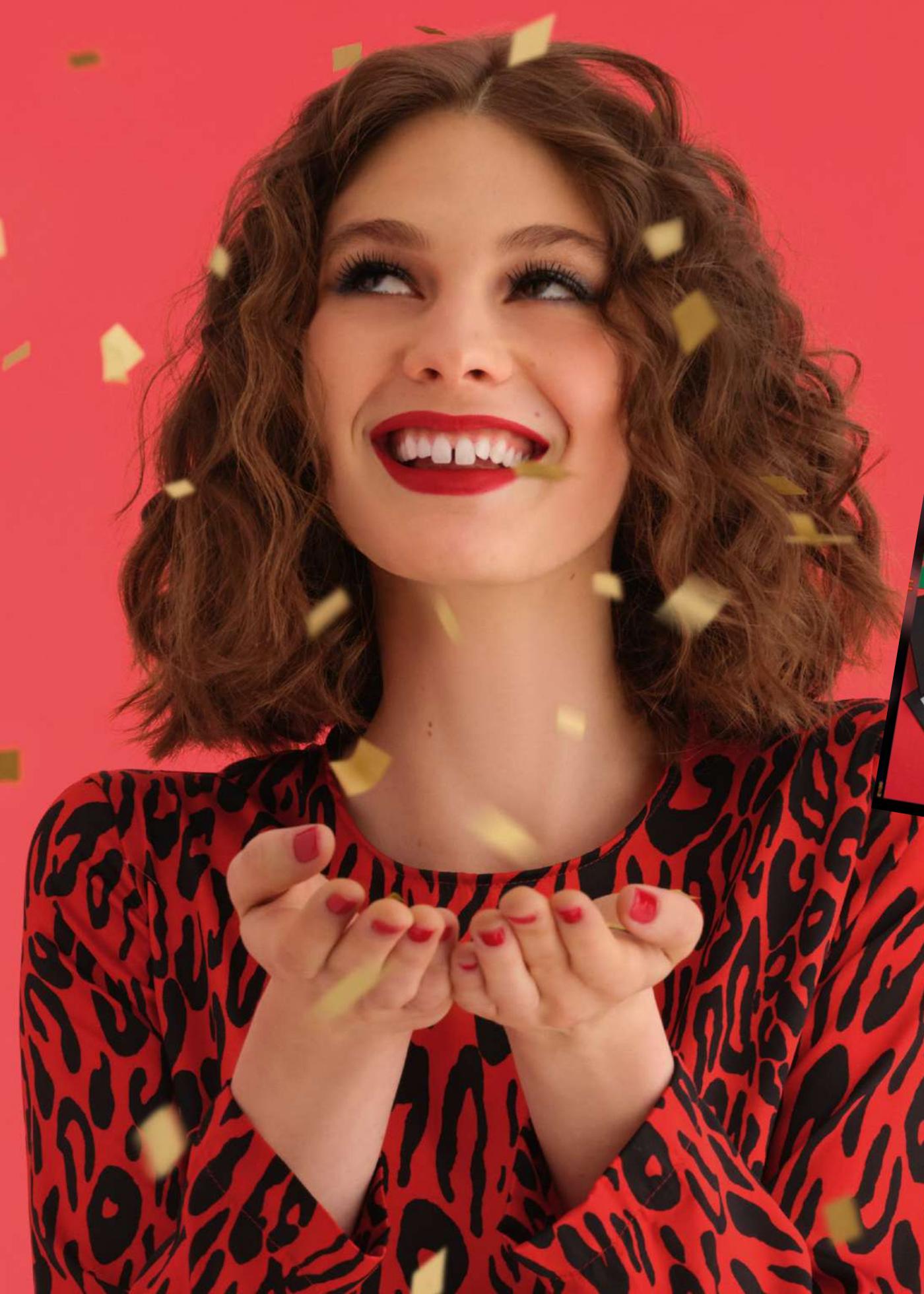
I MAGLIONI TRENDY
PER LE FESTE

LIFESTYLE

ALLESTISCI LA TAVOLA
PERFETTA

CUCINA

LE MIGLIORI RICETTE
DELLA TRADIZIONE



 **DEBORAH**
MILANO

make up
BOOK

REGALA
LA BELLEZZA,
PROTEGGI
L'AMBIENTE



DEBORAH MILANO HA SCELTO
DI RIDURRE LA PRESENZA DI
PLASTICA NELLA STRUTTURA DEI
SUOI MAKE UP KIT SOSTITUENDOLA
CON CARTA CERTIFICATA FSC



#EveryDayDiva



06 | EVENTI

Tutti gli appuntamenti del mese da non perdere

10 | BELLEZZA

Nel beauty di una diva: Cristina Parodi

pag. 12 – Il prodotto del mese: il mascara per le sopracciglia

pag. 14 – Make up: sguardo e labbra in primo piano

pag. 16 – Capelli, è il momento di scalare le lunghezze!

18 | PROPOSITO DEL MESE

Nuora vs suocera: una guerra che non vale la pena combattere

22 | PERSONAGGI

Miriam Leone e il suo lungo percorso di accettazione

pag. 26 – Marco Giallini, il talento e la sensibilità

30 | MODA INVERNO

Quest'anno il Natale lo indossiamo! Ecco i maglioni più spiritosi

38 | BENESSERE

Le arti marziali si declinano al femminile

42 | ARREDAMENTO & OUTDOOR

Rendi speciale la tua cameretta!

pag. 48 – Una mise en place impeccabile per le Feste

pag. 66 – La Rosa di Natale, semplice e raffinata

52 | CUCINA

Il menù delle Feste, tradizionale e ricercato

60 | VITA DA MAMMA

La merenda giusta? Te la consiglia la nostra dietista

64 | AMICI A 4 ZAMPE

Anche il tuo cane ama fare sport, insieme potete divertirvi!

68 | VIAGGI

Vienna, la capitale austriaca dal fascino ineguagliabile

74 | SPECIALE BLOGGER

Il blog di Kay

78 | ACQUA&SAPONE SOCIAL

Le chicche più curiose... direttamente dai nostri profili!

80 | RUBRICHE

pag. 80 – Tutte le novità del mese in libreria

pag. 82 – I consigli delle stelle

#EVASALUTE

DIRETTORE RESPONSABILE

Silvia Santori

silvia.santori@edizioniempire.it

GRAFICA: Mauro Cassandra

PRINCIPALI COLLABORATORI:

SILVIA AMENDOLA

Aldo Baran, Fabio Codini, Lucrezia Giordano,

Safiria Ricci, Sonia Russo

FOTO E ILLUSTRAZIONI:

Shutterstock, Kikapress e internet

VIENI A TROVARCI SU:

facebook.com/evalaute

EDIZIONI EMPIRE S.R.L.

DIREZIONE E AMMINISTRAZIONE

Via Emilio Cornalia, 19 - 20124 Milano

SEDE LEGALE

Viale Zara, 58 - 20124 Milano

Registrazione al Tribunale di Milano

Numero 4709/2021

STAMPA: CALEIDOGRAF SRL

via Milano, 45 - 23899 Robbiate (LC)

PUBBLICITÀ: ACQUA&SAPONE SRL

Tel. 02.26952179



COPYRIGHT Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte della rivista può essere riprodotta in qualsiasi forma o rielaborata con l'uso di sistemi elettronici o riprodotta o diffusa senza l'autorizzazione scritta dell'editore. Testi e foto, anche se non pubblicati non vengono restituiti. La redazione si è curata di ottenere il copyright delle immagini pubblicate, nel caso in cui ciò non sia stato possibile, l'editore è a disposizione degli aventi diritto per regolare eventuali spetanze.

Attenzione!

LA DISPONIBILITÀ DEI PRODOTTI
PUBBLICIZZATI VA VERIFICATA NEI
PUNTI VENDITA



TCF TCF Paper & 100% carta riciclata

Il procedimento Totally Chlorine Free comporta la completa assenza di cloro e di conseguenza l'azzeramento dei residui tossici.



deBBY
girls know why

NUOVE TONALITÀ

concealerSOLUTION
LONG LASTING

CORRETTORE FLUIDO
LUNGA TENUTA
NASCONDE OCCHIAIE
E DISCROMIE
FINISH NATURALE

*Enjoy a long-lasting
perfection.*



GLI APPUNTAMENTI DA NON PERDERE



MUSICA

Padova Jazz Festival 2021

In scena dal 10 al 21 novembre, la ventitreesima edizione del Padova Jazz Festival, che torna finalmente dopo l'annullamento della scorsa edizione a causa della pandemia da Coronavirus. Due delle serate ospitate alla Sala dei Giganti (Palazzo del Liviano) saranno dedicate agli estimatori del grande jazz: il 13 novembre i pianisti Dado Moroni e Danny Grissett si confronteranno sul repertorio di Charlie Parker; il 17, il sassofonista statunitense David Murray si presenterà alla testa di un trio dalla composizione ideale per esaltare il suo percorso stilistico, partito dal free e poi approdato a un jazz più "ecumenico" tra mainstream, world music, richiami africani. Il 18, invece, appuntamento con il sassofonista mito del jazz Charles Lloyd.



RIFF

Rome Independent Film Festival

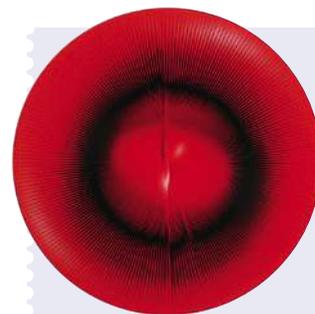
Dal 18 al 26 novembre si terrà al Nuovo Cinema Aquila – Apollo11 – Cinema Troisi, la XX edizione del RIFF - Rome Independent Film Festival. Tra lungometraggi, documentari e corti, sono oltre 85 le opere in concorso. Numerosi anche gli eventi collaterali al festival. Focus sul Cinema Polacco, sulle tematiche LGBTQ+, Black Films Matter e l'omaggio a Franco Battiato. Segnaliamo anche l'incontro contro la violenza sulle donne con la regista afghana Sahara Karimi che presenterà il lungometraggio *Hava, Maryam, Ayesha*. Inoltre masterclass e workshop con il direttore della fotografia Gergely Poharnok, la regista Anja Strelec e il giornalista d'inchiesta Lorenzo Giroffi.



BOLOGNA JAZZ FESTIVAL

Fino al 18 novembre 2021

Il Bologna Jazz Festival si svolgerà dal 28 ottobre al 18 novembre. Alla kermesse parteciperanno stelle come Paolo Fresu (con la sua formazione all stars in omaggio a David Bowie), John Scofield assieme a Dave Holland, Gonzalo Rubalcaba in duo con Aymée Nuviola. Attorno ai grandi concerti, nei teatri si svilupperà anche una programmazione nei club ricca anch'essa di nomi di primo piano. Per tutte le informazioni sui programmi collaterali e le novità si può contattare l'Associazione Bologna in Musica: tel.: 334 7560434, e-mail: info@bolognajazzfestival.com, www.bolognajazzfestival.com.



Alberto Biasi TUFFO NELL'ARCOBALENO

Al Museo dell'Ara Pacis, a Roma, è possibile perdersi tra le oltre sessanta opere provenienti da Musei e collezioni private di Alberto Biasi, uno tra i più grandi esponenti dell'Arte Cinetica. La mostra si intitola *Alberto Biasi. Tuffo nell'arcobaleno* e ricostruisce il percorso creativo dell'artista, dagli esordi alle più recenti sperimentazioni. Il percorso espositivo, che presenta anche il felice incontro tra bidimensionalità e tridimensionalità nel lavoro *Io sono tu sei*, sarà aperto al pubblico fino al 20 febbraio 2022.



Pino Daniele Alive LA MOSTRA

Per celebrare l'indimenticabile artista partenopeo, fino al 31 dicembre si terrà a Napoli, presso il complesso di Santa Caterina a Formiello (Piazza Enrico de Nicola, 49), il progetto espositivo multimediale *Pino Daniele Alive, la mostra*. I visitatori potranno ammirare scatti iconici del cantante che hanno caratterizzato il suo percorso artistico, come ad esempio le copertine dei suoi dischi, ma anche foto inedite, realizzate dai fotografi che lo hanno seguito da vicino nell'arco della sua carriera e digitalizzate appositamente per la mostra.

Blistex®

Pomata Trattamento Labbra



prenditi cura
del tuo Sorriso!



Blistex® Sicura delle tue Labbra!



LA SOLUZIONE PER OGNI PROBLEMA DELLE LABBRA E DELLE MANI

i prodotti della linea Blistex sono distribuiti da CONSULTEAM s.r.l. - tel. 031 525522 - fax 031 525484 - E-mail: info@consulteamsas.com - www.blistex.it



**A Palazzo Braschi, Roma
PROGETTO KLIMT
2021-2022**

Riflettori puntati sull'arte di Klimt, con la mostra "Klimt. La Secessione e l'Italia" ospite del Museo di Roma a Palazzo Braschi che ripercorre, attraverso opere provenienti dal Belvedere di Vienna, dalla Klimt Foundation e da altre raccolte pubbliche e private, le tappe dell'intera carriera dell'artista e la sua vita pubblica, anche come cofondatore della Secessione viennese. In un secondo momento, nell'ambito del Progetto Klimt 2021-2022, dal 5 aprile 2022 la Galleria d'Arte Moderna Ricci Oddi e altri spazi contigui ospiterà la mostra "Klimt intimo", evento curato da un comitato scientifico composto da Gabriella Belli, Elena Pontiggia, Lucia Pini, Valerio Terraroli per raccontare Gustav Klimt nella sua dimensione più intima e personale.



IL MITO DI VENEZIA

Da Hayez alla Biennale

Ha aperto al Castello Visconteo Sforzesco a Novara e durerà fino al 13 marzo *Il mito di Venezia. Da Hayez alla Biennale*. Punto di partenza del percorso espositivo sono le opere di alcuni dei più grandi maestri che hanno operato nella città lagunare nel corso dei primi decenni dell'Ottocento, influenzando significativamente con il loro insegnamento e i loro lavori lo svolgersi della pittura veneziana nella seconda metà del secolo, vera protagonista della rassegna.



CUNEO PROVINCIA FUTURA

La più grande mostra a cielo aperto

Cuneo Provincia Futura – La più grande mostra a cielo aperto: il titolo della manifestazione la dice lunga su quello che i turisti potranno vedere in queste settimane: dieci spettacolari videoinstallazioni artistiche in dieci luoghi simbolo del territorio che accendono in contemporanea le città di Cuneo, Alba, Bra e Mondovì. Le dieci videoinstallazioni indagano su temi di rilevanza globale come il cambiamento climatico, il rapporto tra uomo, macchina e natura, e ancora l'intelligenza artificiale fino alle conquiste spaziali, le tematiche ambientali e le arti.



FESTIVAL DELL'ECCELLENZA AL FEMMINILE

Fino al 28 novembre, a Genova

Fino al 28 novembre, a Genova è di scena la XVII edizione del Festival dell'Eccellenza al Femminile. La manifestazione racconta creatività e identità, violenza e rivincita, diritti e passione, attraverso le voci di Gaia Aprea, Ritanna Armeni, Eva Cantarella, Gemma Carbone e tante altre. Il tema è *Next generation Women* e la location scelta è il Teatro come riferimento ideale in vista della ripartenza sociale e culturale di un rinascimento a venire.



ROSA IN MANO

A Milano, fino al 17 dicembre

Fino al 17 dicembre, alla Fondazione Arnaldo Pomodoro a Milano, è possibile visitare la mostra *Rosa in mano* di Nevine Mahmoud e Margherita Raso con Derek MF Di Fabio. Nella descrizione del percorso espositivo si legge: "L'insieme dei lavori esposti è una danza di posizioni e di contatti fisici; tra presenze e assenze, tra interi e parti, *Rosa in mano* è una mostra in cui la scultura si offre come celebrazione della vitalità del corpo".

*Test di autovalutazione effettuato su 200 soggetti con l'utilizzo del trattamento completo (shampoo e maschera) del programma Extreme Repair, Full Nutritive, Control Curl e Orovivo.

BIOPPOINT

DICHIARAZIONE DI BELLEZZA



Francesca Chillemi
Attrice, Brand Ambassador Biopoint

NON È UN SOGNO, È BIOPPOINT.

Riscopri il piacere di capelli favolosi con il potere delle maschere Biopoint. Formule esclusive e tecnologia cosmetica all'avanguardia per capelli lucenti, setosi e rigenerati. Come d'incanto.



PERFORMANCE
MIGLIORE
PER L'87%
DELLE DONNE*



CRISTINA PARODI

Icona di bellezza e di stile, la giornalista è una mamma, una moglie e una donna felice. Ed è proprio questo il segreto del suo fascino



Conduttrice e scrittrice

oltre che giornalista, Cristina Parodi (56) ha condotto la prima edizione del TG5 e, in seguito, anche "Verissimo", "La vita in diretta" e "Domenica in".

D

i bellezza e stile, Cristina Parodi ne ha da vendere. Per questo la giornalista ha deciso di assecondare la sua passione per la moda e di reinventarsi stilista con il marchio Crida: un tripudio di femminilità ed eleganza sotto forma di abiti. Ma la bellezza, per Cristina, passa anche e soprattutto dalla salute: reduce dalla campagna di sensi-

bilizzazione per la prevenzione e la lotta al tumore al seno di Airc, Parodi ha confidato che i suoi segreti di bellezza passano soprattutto da uno stile di vita sano. "La prevenzione è fondamentale – ci ha detto – io la faccio con regolarità sottoponendomi alla mammografia ogni anno". Ma Cristina si prende cura di sé anche in altri modi: "Mi costringo a essere sportiva, faccio qualcosa come jogging, tennis, palestra, nuoto, almeno due volte a settimana", ha detto. Anche la dieta è importante: "Mangio poco di tutto, tutto quel che mi piace, ma poco". Il suo beauty secret più importante è uno: "La felicità, che rende belli". E tutti gli altri segreti quali sono? Glieli abbiamo chiesti!

Cristina, a 56 anni vanta un corpo in formissima. Fa dei trattamenti particolari?

In realtà no. In alcuni periodi della mia vita sono riuscita a concedermi dei momenti di benessere solo per me e facevo dei massaggi. Mi piaceva molto, ma ci

vuole tempo e io ho una vita frenetica. Però applico sempre una crema corpo per prendermi cura della mia pelle.

Quali sono, secondo lei, i passaggi imprescindibili di una buona beauty routine?

La detersione e l'idratazione. Io, ad esempio, mi strucco sempre, non vado mai a letto senza aver levato ogni traccia di make up. Inoltre utilizzo costantemente le creme da giorno e da notte: credo sia fondamentale.

Dei capelli, in che modo si prende cura?

Utilizzo buoni prodotti, specifici per il mio tipo di capello. La qualità è importante.

Le piace smaltarsi le unghie?

Quando si tratta di mani e piedi mi rivolgo sempre ai professionisti del settore. In realtà, però, non mi piacciono molto le unghie colorate: quelle delle mani le preferisco corte e trasparenti. Sui piedi, invece, utilizzo un tocco più colorato. Una delle mie nuance preferite è il rosso scuro.

È brava a truccarsi?

Lo sono diventata dopo tanti anni. Certo, non realizzo make up a livello professionale, ma riesco a migliorare il mio aspetto grazie al trucco, che poi è quello che conta.



MADRINA D'ECCEZIONE

PER AIRC

Durante tutto il mese di ottobre la giornalista ha voluto ricordare l'importanza della prevenzione sul tema del tumore al seno.

I prodotti must-have di CRISTINA PARODI

- FONDOTINTA
- BLUSH
- CORRETTORE LIQUIDO
- BURROCAO
- CREMA PER IL CORPO



QUALI SONO I SUOI COLORI?

UTILIZZO POCCHISSIMO ROSSETTO PERCHÉ NON MI PIACE MOLTO: PREFERISCO USARE UN BURROCAO LEGGERO. AMO PERÒ TRUCCARE GLI OCCHI CON I TONI DEL MARRONE, DEL BRONZO E DEL DORATO, CHE POI SONO I COLORI DEI MIEI OCCHI. COMPLETO SEMPRE IL MAKE UP CON MOLTO MASCARA: HO LE CIGLIA LUNGHE E IL RIMMEL DÀ SUBITO UN ASPETTO SPECIALE ALLO SGUARDO. AH, OVVIAMENTE UTILIZZO IL FONDOTINTA!

Quali sono i prodotti must have del suo beauty case?

Il fard o blush da mettere sulle guance, il burrocaao e un correttore liquido, che utilizzo per fare il contouring.

È brava a realizzarlo?

Sicuramente non come le truccatrici professioniste. Mi limito a schiarire sotto gli occhi e sotto gli zigomi.

Quando non lavora si preferisce truccata oppure acqua e sapone?

Mi preferisco acqua e sapone. Penso che più passa il tempo e meno le donne devono truccarsi. Io, ad esempio, mi truccavo di più quando avevo 30 anni.

Un'ultima domanda: qual è l'errore beauty più ricorrente che faceva e che adesso ha imparato a non

commettere?

L'errore più frequente che facevo era quello di truccarmi troppo e, soprattutto, di eccedere nei colori e di realizzare linee non sfumate. Sì, direi che con gli anni ho imparato!



IL MASCARA DEL MOMENTO È PER LE SOPRACCIGLIA!

Ebbene, sì: ed è uno di quei cosmetici che, una volta scoperto, diventerà il tuo migliore alleato



Solo le vere beauty addicted lo usano con costanza, perché ne hanno scoperto l'incredibile funzionalità. Per tutte le altre ci siamo noi: ti sveliamo perché hai assolutamente bisogno di un mascara per sopracciglia e come utilizzarlo. Scommettiamo che non riuscirai più a farne a meno?

CHE COS'È?

Quando si parla di mascara, il pensiero corre alle ciglia. In realtà, per definire lo sguardo e incorniciare il viso occorre puntare anche su un altro dettaglio: le sopracciglia. E per farlo, il prodotto apposito ti viene in aiuto. Si tratta di un cosmetico che ha il classico formato del mascara, ma serve per colorare, riempire e fissare l'arcata sopraccigliare. Oltre a quello trasparente, che serve per tenere in ordine

sopracciglia già ben disegnate, esiste anche una versione colorata che ne aumenta il volume e ne perfeziona la forma. Per scegliere il colore giusto, basta orientarsi su quello dei capelli, salvo se sei bionda o hai i capelli corvini: nel primo caso, scegli una tonalità più scura, nel secondo meglio una nuance più chiara.

COME APPLICARLO?

Fondamentale, prima dell'applicazione, è rimuovere l'eccesso di colore dallo scovolino. Quando tingi le sopracciglia ricordati di seguirne la forma senza andare oltre, altrimenti il risultato sembrerà innaturale. Procedi seguendo la direzione di crescita del pelo. Se vuoi sopracciglia più spesse, spazzola i peli nella direzione opposta alla loro crescita per ottenere volume extra. Attendi che si fissi e il gioco è fatto!

LA VERSIONE CURATIVA LE RAFFORZA

Non solo belle, ma soprattutto sane: è questo l'obiettivo principale quando ci si prende cura delle proprie sopracciglia. E anche in questo caso il rimmel è un valido alleato. Esiste infatti il mascara curativo per le sopracciglia che le mantiene forti e ne aumenta la crescita. Per ottenere questo risultato occorre preferire formulazioni ricche di sostanze nutritive e ricostituenti, come proteine e principi idratanti.



Imma Occhinero,

Estetista professionista e specialista del benessere. Instagram @our.family_nest

Va utilizzato ogni volta che ci si trucca o solo in occasioni particolari?

La regola base è una: usalo ogni volta che vuoi rendere magnetico il tuo sguardo definendo la cornice naturale dei tuoi occhi. Ci sono però dei casi in cui il mascara per sopracciglia è davvero indispensabile. Ecco quali:

- Quando hai sopracciglia molto sottili e vuoi ispessirle: il mascara colorato aggiunge volume e consistenza e riempie gli antiestetici buchetti.
- Quando vuoi metterle in evidenza: il mascara trasparente è l'ideale per lucidarle e donargli subito un aspetto più sano e lussureggiante.
- Quando hai le sopracciglia... ricce: hai presente i peletti ribelli che si rifiutano di stare in ordine? Ecco, il rimmel li addomestica fissandoli e facendoli apparire perfetti
- Quando vuoi creare un colore più personalizzato per le tue sopracciglia: soprattutto se ti sei tinta i capelli e vuoi armonizzare le sopracciglia con la chioma, il mascara è quello che fa per te. E se non trovi il colore adatto, puoi divertirti a miscelarne più di uno.
- Quando vuoi realizzare un trucco moda instagrammabile: puoi combinare matita + mascara, ombretto + mascara per un risultato super wow.

FONDOTINTA BEST SELLER



EXTRA IDRATAZIONE
TENUTA ESTREMA
ALTA COPRENZA



RIMMEL
LONDON



L'INVERNO ACCENDE LO SGUARDO E LE LABBRA

con la consulenza di **Luigi Rizzello**,
esperto look maker cui si affidano le più belle modelle
e donne di spettacolo, che ti svela i segreti per il
make up adatto alla città



Le tendenze di stagione per un make up al passo con i tempi sono due: overlining e reverse eyeliner. Scopriamole!

Riflettori puntati sulla bocca e sugli occhi nel trucco autunno-inverno grazie a due tendenze che stanno

spopolando tra le donne: l'overlining e il reverse eyeliner. Ma di cosa si tratta? E, soprattutto, come realizzarli in casa per essere al passo con i tempi e

apparire ancora più belle e stilose? Ne abbiamo parlato con il nostro esperto lookmaker Luigi Rizzello. Ecco i suoi consigli.



BOCCA SUPER GLAM

Carnose e voluminose

Star del calibro di Chiara Ferragni e Jennifer Lopez ne sono le paladine e le rappresentanti più glamour, ma cos'è a conti fatti l'overlining? "Si tratta di una tecnica di trucco, piuttosto semplice da realizzare, attraverso la quale è possibile ingrandire otticamente le labbra", spiega Rizzello. Insomma, un modo per regalarsi un effetto push up immediato in maniera naturale e quasi invisibile. Avere labbra più grandi e rimpolpate è il sogno di chi le ha sottili, ma in realtà questa tecnica sposa bene anche le bocche già naturalmente più carnose. "Affinché il risultato sia glamour, infatti, è importante non esagerare: l'aumento del volume deve essere minimo per non sembrare artefatto e darti un aspetto too much", dice l'esperto.

Idratare, definire, lucidare

Quali sono gli step per realizzare l'overlining? Bastano tre semplici passaggi: idratazione, definizione e lucidatura. Ma vediamo più nello specifico. Innanzitutto è necessario preparare le labbra al trucco overline con una idratazione ottimale della bocca. Le labbra disidratate e secche, soprattutto se sono screpolate, appaiono visibilmente più piccole. "Effettuare un delicato scrub periodico e curarle sempre con un buon balsamo, stimolerà la microcircolazione dando loro un aspetto più pieno e sano", suggerisce il lookmaker. "A questo punto possiamo iniziare il make up. Ti basterà applicare una matita nude leggermente al di fuori del contorno per renderle otticamente più volumizzate – spiega Rizzello – prima di completare il trucco con un tocco di gloss per un effetto plump".



INTENSITÀ PER GLI OCCHI

Trucco... al contrario

Se è vero che le regole sono state fatte per essere infrante, questo vale più che mai oggi quando si parla di trucco occhi. Sulle passerelle più famose e pregiate, infatti, i riflettori sono stati puntati sul reverse eyeliner, ovvero l'eyeliner al contrario. Spiega il nostro esperto: "Si tratta di una tecnica che definisce la rima cigliare inferiore invece che quella superiore e che rende lo sguardo intenso e molto glam. È perfetto sia nella versione classica nera che in quella colorata, ideale per il trucco moda e per le serate più informali".

Pochi passaggi per un effetto sexy

Fondamentale è la scelta dei prodotti giusti: per realizzare un perfetto eyeliner reverse, infatti, occorre utilizzare un eyeliner, che sia liquido o in crema. "Le meno esperte, però – suggerisce il lookmaker – possono utilizzare una matita occhi dalla punta ultra precisa o un kajal ben appuntito". Ecco, quindi, come procedere per realizzare questo make up originale: "La prima cosa da fare – dice Rizzello – è delineare la rima inferiore partendo dall'angolo esterno dell'occhio muovendosi verso l'interno. Con un pennellino piatto si sfuma appena il colore per rendere la linea morbida e leggermente spessa, quindi si ripassa per intensificare il colore. Per dare maggiore intensità allo sguardo, questa volta si prolunga la linea verso l'esterno dell'occhio creando una piccola codina in direzione della tempia. La palpebra superiore deve rimanere nuda o al massimo truccata con un ombretto chiaro e luminoso. Se vuoi puoi definire la piega dell'occhio sfumando un ombretto dal colore medio, come ad esempio il tortora".

MAX FACTOR X
THE MAKE-UP OF MAKE-UP ARTISTS

**TOUCH PROOF
SHINE PROOF
LIFE PROOF**



3 IN 1
PRIMER
CORRETTORE
FONDOTINTA

FONDOTINTA FACEFINITY
ALTA COPRENZA. LUNGA TENUTA. SPF 20.



L'IMPERATIVO TRENDY? SCALARE LE LUNGHEZZE!



Movimenta le tue chiome con il taglio del momento: addio effetto piatto, sì al volume!

Medio, scalato e trendyissimo: è questo il taglio più cool dell'autunno. Hai presente quando il tuo parrucchiere di fiducia ti fa la classica domanda: "Scaliamo un po'?"? Ecco, da oggi in poi la risposta sarà "Assolutamente sì!". In passerella, infatti, la tendenza è stata chiarissima: portare i capelli scalati in questa stagione è sinonimo di classe, eleganza e stile. Ecco perché.



Claudia Ferri,
consulente d'immagine, make up artist
e acconciatrice. www.ferriclaudia.com
e Instagram: [claudiaferrimakeup](https://www.instagram.com/claudiaferrimakeup)



Il Wolf Cut

Il più trendy è il Wolf cut: uno dei più amati dalle star, un taglio medio a metà strada tra Mullet e Shag. Ecco cosa c'è da sapere.

- Ha avuto origine tra le it girl giapponesi per poi spopolare in tutto il mondo.
- È un taglio molto scalato e pieno di volume, di forte ispirazione rock anni '70 e '80.
- Solitamente si porta con la frangia a tendina, lunga e spiovente sugli occhi.
- Deve essere molto messy, spettinato e arruffato.
- Regala un senso di libertà ed è perfetto per le personalità più briose e sbarazzine.
- Sta bene a tutte poiché, nelle sue diverse varianti, si adatta a ogni forma di viso.
- Le chiome folte e spesse sposano bene questo taglio, che viene spesso utilizzato per sfoltirle. Allo stesso tempo viene bene anche sui capelli sottili.
- Si può realizzare sui capelli lisci, ma anche sui mossi e persino sui ricci.

LEGGEREZZA E MORBIDEZZA

Il taglio scalato è l'ideale per i capelli lunghi fino alle spalle. Consiste nel tagliare gli strati superiori della chioma più corti di quelli inferiori: un modo per ravvivare la tua testa regalando forma, volume e consistenza. Chi ha i capelli grossi, scalandoli ottiene una capigliatura più leggera e divertente, mentre chi ha capelli fini può ottenere una dose di volume extra per far apparire la chioma più folta. A seconda della forma del viso, gli strati lunghi possono essere accentuati da alcune punte di scalatura intorno al viso: un ottimo modo per ammorbidire i lineamenti.

SHAGGY È MEGLIO

Il taglio scalato è perfetto soprattutto sulle donne con capelli naturalmente mossi, purché ci si assicuri che le onde siano accentuate e sottili. Questo, fondamentalmente, significa una cosa sola: la tua testa deve essere assecondata, non snaturata. Ovvero: la scalatura deve seguire le tue onde per definirle. Anche sui lisci è importante non svuotarli, effettuando tagli strategici che regalino un effetto ottico "pieno". Il segreto è quello di creare strati minimal per aggiungere movimento ai tuoi capelli in modo naturale. Sfilare i capelli significa movimentare la chioma, per questo lo scalato si presta bene alle acconciature messy e shaggy.

FACILI DA GESTIRE

I capelli di media lunghezza sono ideali per i tagli scalati, perché ti regalano quell'aspetto strutturato che tutte vorremmo dalla voglia di ottenere: il famoso taglio alla Rachel per intenderci, con riferimento all'iconica pettinatura di Jennifer Aniston in *Friends*. Non solo: sono anche decisamente più pratici da gestire. Per un risultato ottimale, quando fai lo styling a casa, applica uno spray al sale marino sui capelli tamponati e asciugali a testa in giù, modellandoli con una spazzola rotonda e grande: otterrai un movimento naturale e un volume extra.



ITALIAN PROFESSIONAL QUALITY

IL TRATTAMENTO CAPELLI N°1*



RE PAIR

PER
RISTRUTTURARE
CAPELLI
DANNEGGIATI
E SFIBRATI

*TRATTAMENTO N°1 IN BASE AI DATI SEL-IN TRA I TRATTAMENTI ALAMA PROFESSIONAL



QUANDO LA GUERRA SI COMBATTE IN FAMIGLIA

con la consulenza di **Antonella Roppo**,
Psicologa Clinica, Psicoterapeuta Cognitivo Interpersonale,
Terapeuta EMDR. Riceve a Bari. www.antonellaroppo.it - <https://www.facebook.com/AntonellaRoppoPsicologaPsicoterapeuta>



Il rapporto tra suocera e nuora è uno dei più faticosi da gestire e spesso sfocia in conflitti anche aspri, conditi da ripicche e dispetti. Ma perché accade? E, soprattutto, esiste una via d'uscita pacifica?



Chi non ricorda la divertente pellicola del 2005, *Quel mostro di suocera*, dove una bravissima Jane Fonda faceva letteralmente impazzire la nuora, Jennifer Lopez? Be', la realtà non pare diversa dalla finzione: secondo alcune statistiche, **il 30 per cento delle coppie divorzia proprio per colpa della suocera**. Addirittura, una recente sentenza della Cassazione ha stabilito che è giusto pronunciare la separazione con addebito al marito nel caso in cui sia dimostrato che la moglie è stata vittima di manifestazio-

ni di disprezzo da parte della suocera. È dunque un classico, quasi un cliché, che tra suocera e nuora molto spesso non corra buon sangue, ma perché accade? "Ci sono svariati motivi per cui nuore e suocere non vanno d'accordo – ci spiega Antonella Roppo, psicologa e psicoterapeuta –, in primis il fatto che i figli escono sempre più tardi dalla famiglia d'origine, sono meno indipendenti e restano legati morbosamente alle mamme, le quali faticano a riconoscere che i propri figli sono cresciuti. Un altro motivo è l'invasione; può accadere infatti

che la suocera si intrometta in affari che sono propri della coppia, o peggio, arrivi a criticare i modi di fare della nuora, sminuendola in questo modo. **Un altro motivo può essere proprio la gelosia:** la suocera può essere gelosa della nuora, impedendo nuovamente al figlio di camminare verso l'autonomia, pertanto questo rappresenta un altro motivo di discordia". Eppure, entrambe le donne hanno un importante punto in comune, l'amore per il figlio/marito e proprio in virtù di tale sentimento si potrebbe cercare un terreno comune di dialogo.

NOVITÀ

Alto potere nutriente contro i segni del tempo

Formulazioni innovative e sieri
concentrati, per restituire alla pelle
tono, compattezza ed elasticità.



CREMA NUTRIENTE
RIPARATRICE

BAVA DI
LUMACA

ACIDO
IALURONICO

CREMA NUTRIENTE
PROTETTIVA

CREMA NUTRIENTE
RIELASTICIZZANTE

COLLAGENE
& VITAMINE

È possibile seppellire l'ascia di guerra e stabilire un rapporto, se non amorevole, meno conflittuale? "Per rendere meno conflittuale il rapporto, è bene cercare di essere indipendenti sia economicamente ma anche a livello decisionale – suggerisce Roppo -. È importante ascoltare i consigli dei genitori, ma è ancora più importante che, alla fine, le decisioni le prenda la coppia. Invece di opporsi apertamente alla suocera, sarebbe meglio **cercare di prendere il buono dalla relazione**. Si potrebbero, ad esempio, trovare e coltivare interessi in comune e passare un po' di tempo insieme. Se poi qualcosa non va, si può chiedere l'aiuto del proprio partner". Certo, si può e si deve, ma il partner che si trova tra due fuochi, non sempre sa come agire: non vuole ferire la madre, non vuole deludere la moglie... così, spesso finisce per defilarsi, ignorando il problema e peggiorando l'acredine tra le due donne. Qual è invece il modo giusto di comportarsi, per l'uomo, di fronte

5 CONSIGLI PER LA NUORA

1. Immagina di avere un figlio maschio (se non lo hai già) e i possibili sentimenti che potresti provare. Saresti invidiosa? Gelosa? Questo può aiutarti a metterti nei panni di tua suocera.
2. Accetta il fatto che tua suocera abbia più esperienza di te e cerca di trarne beneficio, chiedendole magari qualche consiglio.
3. Non paragonarla a tua madre, non potrà mai essere simile il vostro rapporto.
4. Opta per uno stile di comunicazione non aggressivo, piuttosto scegli con cura le parole da rivolgerle, possibilmente in momenti di calma.
5. Non mancarle di rispetto e non lasciare che i conflitti si ingigantiscano; in fondo dovrai averci a che fare per un bel po'.



5 CONSIGLI PER LA SUOCERA

1. Accetta che tuo figlio sia un uomo adulto che può prendere le sue decisioni in autonomia.
2. Non provare a imporre le tue regole, quelle valevano per la tua famiglia; lascia che tuo figlio prenda le decisioni in base agli accordi con la compagna.
3. Non cercare di cambiare tua nuora, sicuramente avevi in mente un modello di nuora, e quella reale non corrisponde alle aspettative, ma è importante accettarla così come è.
4. Accetta che ognuno abbia i suoi ruoli. Non pretendere che lei si comporti come faresti tu, un conto è essere mamme, un altro è essere partner.
5. Non imporre il tuo aiuto, potrebbe essere un atteggiamento invadente. Offri il tuo supporto, lasciando che sia lei a decidere se ne ha bisogno.

a una situazione tanto delicata? "Nel caso in cui nuora e suocera non vadano d'accordo, il figlio dovrebbe essere in grado di mediare tra le due parti, facendo attenzione a non inasprire il conflitto privilegiando l'una o l'altra. È bene, inoltre, parlare con la propria partner per comprendere quali siano le ragioni del disaccordo. Una cosa importante è non discutere in presenza della suocera, e fare in modo che gli spazi della coppia siano ben definiti e difesi". E chissà perché, poi, il conflitto riguarda – quasi sempre – suocera e nuora, piuttosto che suocera e genero. C'è un motivo? "È più conflittuale il rapporto nuora suocera, perché nel primo caso c'è di mezzo l'amore del partner/figlio da contendersi – spiega la psicologa. Il rapporto genero suocera è apparentemente più pacato, ma non è detto che non ci sia un'avversione di fondo". In tutti i casi, comunque, ricordiamo che la rabbia e l'aperta ostilità non portano mai nulla di buono. È dunque importante cercare sempre una mediazione e un avvicinamento.



LINES

Fai un passo avanti, a partire dal ciclo.

Scopri la novità della gamma Lines è nel punto vendita più vicino.




LINES



CON LINES E WE WORLD
CONTRO OGNI
FORMA DI **VIOLENZA.**

Il 25 novembre è la Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne. Unisciti a Lines e We World per dire basta agli stereotipi, alle discriminazioni e alla violenza di genere.



MIRIAM LEONE

«Ci ho messo una vita per piacermi»

Dietro il sorriso luminoso della splendida attrice siciliana c'è un lungo percorso di accettazione. Un lavoro che l'ha portata a raggiungere la vera se stessa

È

“MI SONO
CONFRONTATA
CON LE MIE
ZONE D'OMBRA
E LE HO
ILLUMINATE”

ripartita la stagione del cinema e non poteva regalarci una chicca migliore del film *Marilyn ha gli occhi neri* con una straordinaria Miriam Leone nei panni della protagonista Clara accanto a Stefano Accorsi, che interpreta Diego: un ritorno della coppia che avevamo già amato in *1992*, la riuscita serie di Sky sulle vicende di Tangentopoli. La pellicola accende i riflettori sull'immensa bravura dell'attrice che ha dimostrato di essere in grado di mettersi in gioco in un ruolo così diverso dal suo repertorio: qui è una ragazza disturbata, così brava a mentire da credere lei stessa nelle sue bugie. Un ennesimo successo per la 36enne siciliana che a Natale sarà invece protagonista dell'attesissimo *Diabolik* dei Manetti Bros. “Un film nel quale credo molto – ha detto -. È bello. Tanto che a un tratto mi sono dimenticata che quella Eva, la bionda che vedevo sullo schermo, fossi effettivamente io”. Sempre più lanciata, la bella attrice vede prendere forma ogni giorno di più quello che aveva sempre sognato. Miriam, infatti, sta vivendo un periodo professionale molto florido e anche dal punto di vista privato le cose vanno benissimo visto che ha da poco sposato il compagno Paolo Carullo, un manager finanziario suo coetaneo, nato a Caltagirone e trapiantato a Milano.

UNA DONNA FELICE

“Ora sono felice, ma so che quello che ho oggi l'ho voluto davvero perché ai sogni ho dato forma con le mie azioni”, ha detto qualche tempo fa. Perché i sogni, come lei sostiene, “non si lasciano da parte e non si vagheggiano, ma ci si lavora. Mi sono confrontata con il mio fango, con le mie zone d'ombra, con le mie parti oscure. Le ho illuminate”. Le parti oscure a cui si riferisce sono gli incontri che avrebbero potuto limitarla, e invece lei li ha usati come sprone per andare sempre più su: “Nella mia vita ce ne sono stati di funesti, dolorosi e pericolosi. Sono incontri che lì per lì credevo potessero lasciare solo rabbia senza insegnamenti, ma mi sbagliavo”, ha detto. Di rabbia non ne prova più, Miriam. Nemmeno nei confronti di chi la critica oggi sui social né di chi, da giovanissima, la bullizzava per il suo aspetto fisico, prendendola in giro per le sopracciglia folte, oggi ritenute così glamour. “Mi dicevano che ero Elio delle Storie Tese – ha raccontato -. Oggi è divertente perché ho un'età. Ma perché me la dovrei prendere se sui social mi insulta, per dire, Giuseppino88? La facilità nel criticare il prossimo sono chiacchiere



L'ORÉAL
PARIS

DA L'ORÉAL
PARIS
N1
ANTI-ETÀ
IN ITALIA



Doutzen Kroes

NUOVO

REVITALIFT
ANTI-RUGHE + EXTRA-RASSODANTE

TRATTAMENTO GIORNO
FRAGRANCE-FREE

**IN SOLE 4 SETTIMANE:
RIDUCE LE RUGHE E RASSODA LA PELLE**

Formulata con estratti di probiotico liftante d'origine naturale.
La pelle appare più levigata e luminosa.
Rughe ridotte per l'85% delle donne**.

TU VALI.

*Dati IRI, Italia, Mass Market (Iper + Super + LSp + Casa Toilette + Discount), Anti-rughe/Anti-età, dati a valore/volume, Maggio 2020 a Maggio 2021. **Test cosmetoclinico su 53 donne.



Nel film dei Manetti Bros, in uscita il 16 dicembre 2021, l'attrice interpreta Eva Kant.



Accanto a Stefano Accorsi, nel film "Marilyn ha gli occhi neri". Il film, diretto da Simone Godano, è uscito nelle sale lo scorso 14 ottobre.



**INCANTEVOLE
SUL RED CARPET**

CURIOSITÀ

1. È superstiziosa e porta sempre con sé un portafortuna: un baffo del suo gatto Gaetano che tiene nel portafoglio.
2. Ha adottato un bambino a distanza.
3. Ha studiato Lettere Moderne ma non ha mai concluso gli studi a causa degli impegni lavorativi: avrebbe dovuto discutere la tesi sul femminismo l'anno in cui vinse *Miss Italia*.
4. È molto legata alla sua terra, la Sicilia, ma oggi vive a Roma.



da bar che valgono zero". L'attrice, che nel suo curriculum vanta anche il titolo di reginetta di bellezza, avendo vinto nel 2008 il concorso *Miss Italia*, ha spiegato di aver faticato molto ad accettarsi, ammettendo di non capire come mai la gente la trovi bella. Ha poi spiegato: "Le cose cambiano nei giovanissimi, vedo un'accettazione importante della diversità. Ci ho messo una vita ad accettare la mia faccia".

UN AMORE IMPORTANTE

Una faccia che oggi sorride alla vita e al mondo. E parte del merito va anche a Cupido che ha messo sulla sua strada l'uomo giusto per lei. "Ho fatto disastri in amore, tanti disastri. Con il tempo ho capito cosa non mi faceva stare bene e perché ero attratta da persone problematiche e difficili che, più che di una fidanzata,

avrebbero avuto bisogno di un'assistente sociale", ha ammesso. Poi però ha capito che la difficoltà non è la norma: "Esiste anche la possibilità che l'amore sia semplice: è l'eccezione ed è eccezionale. Anche io a 12

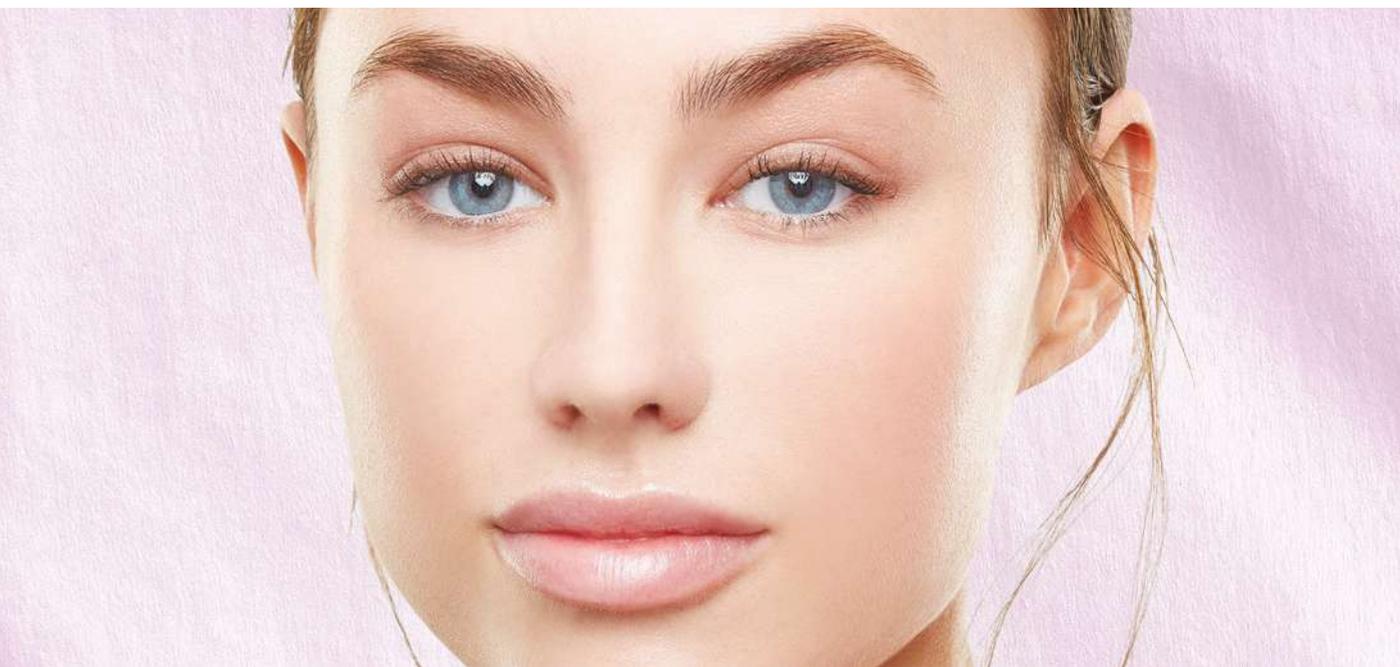
anni soffrivo per ragazzi che non sapevano neanche della mia esistenza. Ma se ti accade molto dopo e se sei felice solo nella sofferenza, la questione è materia per analisti molto bravi". Quell'amore semplice lei lo ha trovato in Carullo. La loro relazione è iniziata nel 2019 ma è sempre stata caratterizzata da una grande privacy. Con certezza, però, si sa la data in cui si sono detti "sì, per sempre": lo



scorso 18 settembre i due sono convolati a nozze con un romantico matrimonio a Scicli, in provincia di Ragusa. Un lieto fine dolcissimo che per lei, che si sentiva il brutto anatroccolo e invece è un bellissimo cigno, è solo l'inizio di una favola destinata a regalarle ancora tante soddisfazioni.



Il trucco se ne va. La tua bellezza resta.



Salviettine Struccanti LYCIA pro>derma

97% DI INGREDIENTI DI ORIGINE NATURALE, EXTRA EFFICACIA STRUCCANTE.

Con l'esclusivo tessuto Bifase™ doppia azione, rimuovono in un istante make up e impurità. Acido ialuronico super idratante e Anti Pollution Tech ad azione detox.

E per le pelli sensibili, speciale formula con Latte di Avena e Prebiotico naturale per una protezione ottimale.



ACIDO IALURONICO



ANTI POLLUTION TECH



LATTE DI AVENA



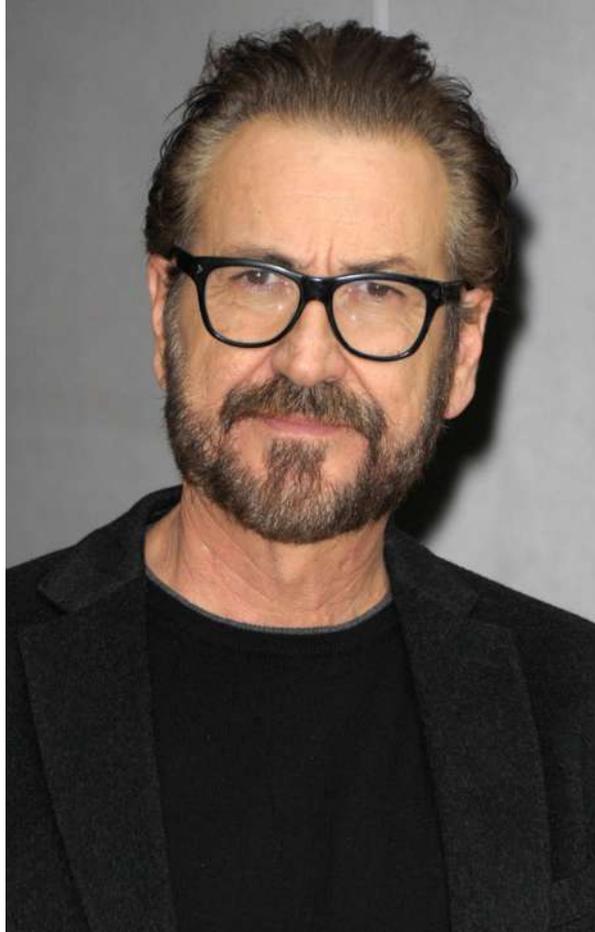
PREBIOTICO NATURALE

LYCIA
Amica del tuo benessere

MARCO GIALLINI

Il talento e la sensibilità

L'attore romano torna al cinema in una commedia accanto al compianto Gigi Proietti, mostrandoci - una volta ancora - le sue indubbie capacità



UNA LUNGA GAVETTA

E chissà se quando esordiva al cinema, con un piccolo ruolo in *Grandi Magazzini* accanto a nomi quali Michele Placido, Nino Manfredi, Lino Banfi, Paolo Villaggio, Renato Pozzetto, Christian De Sica, Massimo Boldi, avrebbe mai immaginato che un giorno tra i grandi ci sarebbe stato anche il suo nome. Il successo, l'attore romano lo ha meritato tutto: ha infatti alle spalle una lunga gavetta. La svolta, però, è arrivata alla fine degli anni Novanta grazie all'amico Valerio Mastrandrea che convinse Marco Risi ad andare a vederlo a teatro. Il regista rimase colpito dalla sua bravura e lo volle ne *L'ultimo capodanno* del 1998. "Gli piacqui. Mi offri un'occasione: 'Faresti il marito di Monica Bellucci?'. Capirai, non gli feci ripetere la frase. C'erano almeno quindici persone in fila prima di me e, per farmi ottenere la parte, Risi dovette lottare. Cominciò tutto così, nel 1998. Marco Risi mi ha salvato la vita. Non credevo che avrei più fatto cinema, mi sarei dato solo al teatro", ha ammesso l'attore. Da lì in poi la sua carriera è stata in ascesa fino alla grande interpretazione in *Romanzo Criminale* che gli ha aperto le porte del cuore del pubblico. Giallini è bravo davvero: riesce a rendere reali i suoi personaggi ottenendo il miglior risultato sia nei ruoli drammatici che in quelli più ironici e divertenti.

Reduce dal successo di *Lui è peggio di me*, lo show di Rai Tre con Giorgio Panariello, Marco Giallini è finalmente tornato anche al cinema con *Io sono Babbo Natale*, la pellicola

prospettive che un giorno per caso segue Nicola, interpretato da Proietti, e scopre che la sua abitazione è piena di giocattoli in modo sospetto: l'uomo gli rivela di essere Babbo Natale, chiedendogli aiuto per le imminenti festività. Un ruolo particolare per l'attore, che mette a frutto, ancora una volta, tutto il suo talento attoriale, la sua sensibilità artistica e quella capacità d'espressione che in pochi vantano. Giallini è uno di quei pochi.



diretta da Edoardo Falcone nella quale l'attore recita insieme al compianto Gigi Proietti. Nel film Giallini veste i panni di Ettore, un rapisatore senza



CON GIORGIO

PANARIELLO

WILKINSON SWORD

XTREME 3

PROVA I NUOVI XTREME 3
CON MANICO IN PLASTICA RICICLATA
E CONFEZIONE RICICLABILE*



FLESSIBILE
3



MANICO
REALIZZATO
CON
75%
PLASTICA
RICILATA



MANICO
REALIZZATO
CON
60%
PLASTICA
RICILATA



*Verifica le disposizioni del tuo comune per la raccolta dei rifiuti

L'AMORE DELLA SUA VITA

Mentre il successo lo investiva, però, ha dovuto fare i conti con la vita che gli chiedeva il conto. Il 2011 è stato l'anno più doloroso per lui, quello in cui, suo malgrado, l'esistenza è cambiata: è mancata la moglie Loredana, colpita da un'improvvisa emorragia cerebrale che l'ha portata via, lasciandolo solo con i due figli Rocco e Diego di 12 e 5 anni. Da quel giorno Marco, l'uomo, prima ancora che Giallini l'artista, ha provato a rialzarsi: "Dopo la morte di mia moglie Loredana è come se avessi deciso che mi dovevo dare da fare", ha detto. Ammettendo però di non essersi mai ripreso davvero del tutto. "Alla fine, io sto in lockdown da quando è morta Loredana", ha detto. Sono passati dieci anni da quel giorno ma il dolore non passa. "Morire è prassi. Non a 40 anni. Non fra le mie braccia, mentre prendiamo le valigie per le vacanze. Il dolore non passa, ti dimentichi un po' la voce", ha confessato. Di innamorarsi ancora, però, lui non ne vuole sapere: "Ma di chi? Ma perché? Innamorato ero di mia moglie. Per 27 anni, non ci siamo mai lasciati e non abbiamo mai litigato. Lei era la donna mia e io il suo uomo. Nel mondo, quante ce ne possono stare di persone per te? Una", ha chiosato, rivelando di parlare ancora con lei, soprattutto nei momenti no. "Quando sto solo e qualcosa non va. Dico: Eh amore mio...", ha confessato.

CURIOSITÀ

1. Grande amante delle due ruote, quando ha iniziato a girare *Romanzo Criminale* si stava riprendendo da un incidente in moto che gli aveva procurato 52 fratture.
2. Appassionato di musica, in particolare rock, colleziona vinili. I suoi gruppi preferiti sono i Sex Pistols, i Led Zeppelin, i Pink Floyd, i Clash e gli Who.
3. Nei primi anni '80 ha anche fatto parte di una band, i Sandy Banana & The Monitors.
4. È apparso in numerosi videoclip musicali.
5. Non possiede l'automobile.
6. Non ama la vita metropolitana, per questo vive a Fonte Nuova, un piccolo comune in provincia di Roma.



Dalla moglie Loredana, scomparsa nel 2011, l'attore ha avuto due figli, Rocco e Diego, nati rispettivamente nel 1998 e nel 2004.



Candidato per sei volte sia ai David di Donatello che ai Nastri d'argento, Giallini (58) ha vinto quest'ultimo per tre volte.

"NEL MONDO C'È SOLO UNA PERSONA GIUSTA PER TE"

UN ANIMO GENTILE

Una confessione che lascia trapelare quello che in tanti già sospettavano: Giallini ha un animo sensibile, una sensibilità spiccata che fuoriesce da ogni suo lavoro sul set ma che gli appartiene anche nella vita vera. "Ho capito di avere l'animo gentile da bambino. Quando vedevo tutti felici a casa. Papà, dopo dieci ore di lavoro, tornava in un buco, morto di fatica, un po' bevuto per non sentire, non capire, e mi faceva l'occhiolino e tutti ridevano, e io facevo finta di andare in bagno e mi veniva da piangere", ha ammesso. Questo suo modo di essere, però, gli ha permesso di crescere al meglio i suoi figli, ai quali ha fatto da mamma e da papà: "I miei figli mi dicono ti amo. Quanti figli ti dicono: ti amo? Sono bravi", ha detto. Sì, lo sono. E il merito è tutto suo!

NOVITÀ

NIVEA
MEN

SENSITIVE PRO

PER LA PELLE STRESSATA DEGLI UOMINI



Con
**OLIO DI SEMI DI
CANAPA**
100% VEGETALE
+ VITAMINA E

LENISCE LE IRRITAZIONI

IDRATA LA PELLE STRESSATA

DONA ALLA PELLE UN ASPETTO PIÙ SANO





Quest'anno il Natale lo... indossiamo!

È il trend più divertente della stagione, il modo migliore per celebrare con allegria e spensieratezza il periodo più atteso dell'anno. E allora, sbizzarrisciti anche tu!

S

ono passati anni da quando Mark Darcy e Bridget Jones sfoggiavano con un misto di orgoglio e imbarazzo quel simpaticissimo maglione natalizio con stampa a tema lanciando quello che è diventato un vero trend. E ancora oggi si apre la caccia al capo più divertente da esibire: renne, Bab-

bi Natale, alberelli, pupazzi di neve e stelle natalizie sono gli elementi tipici del periodo che vogliamo indossare per sentirci vere elfette nei giorni più magici, quelli delle festività più attese. E allora, se anche tu non vedi l'ora di sfoggiare il maglioncino di Natale, lasciati ispirare dalla nostra selezione.

MOOD INFORMALE E DISINVOLTO

Renne e stelle alpine

Il maglioncino natalizio è uno dei grandi classici da indossare alle cene di famiglia, ma anche ai ritrovi con gli amici la sera del 24 o al pranzo del 25 dicembre: si tratta di un capo informale e divertente, uno di quelli che "finge di essere carino", ma lo fa talmente bene che alla fine, se portato con disinvoltura, ti renderà la più glamour del gruppo. Puoi declinarlo nel classico rosso, o puntare sul nero, sul verde e sul blu. Lo stile norvegese impera: si tratta di capi lavorati a maglia, caratterizzati da intrecci in orizzontale e verticale che prediligono la "treccia" come motivo decorativo e creano nella trama i motivi legati alla tradizione natalizia. Promossi però anche i maglioni lisci e le felpe stampate, purché rigorosamente buffe e ispirate ai simboli del Natale.



Maglione stampa Snoopy Xmas. MC2 Saint Barth



Maglione natalizio. Fashion Union (Zalando)



Maglione di Natale con renna. Solada



Caldo e colorato Twinset

Morbido, caldo e coloratissimo, questo maglioncino jaquard di Twinset Milano, sposa tutti i simboli più tradizionali del Natale: ci sono le renne, i fiocchi di neve e le stelle, declinati in colori fluo.

www.twinset.com

Profuma la tua vita,
10 volte più a lungo*.

Più un profumo è buono, più vorresti che non finisse mai. Per questo Felce Azzurra ha creato i **nuovi ammorbidenti concentrati**. Con un profumo che dura **10 volte più a lungo*** e con fragranze inedite e sorprendenti. Goditi il piacere di **capi morbidi e sempre più profumati** con i **nuovi ammorbidenti concentrati Felce Azzurra**.

Classico



Argan & Vaniglia



Pura Freschezza



Cocco e Tiarrè





Raffinata in oro

Valentino

Effetto metallizzato e finitura in rilievo per la gonna oro di Valentino a vita alta, con vita elasticizzata e taglio svasato.

www.valentino.com



In punta di piedi

Guess

Gli stivali alti con tacco a spillo sono sexy, il perfetto contrasto al lato giocoso del maglione natalizio.

www.guess.eu

LUCCICANTE CON LE PAILLETTES

Elegante e giocoso

Il maglione natalizio può diventare anche un capo elegante per le serate più cool: questo firmato Next, con trama luccicante e renna in paillettes, è perfetto abbinato alla gonna oro e agli stivali.

www.zalando.it



SALVABITI

*Salva Spazio
e proteggi
i tuoi capi!*

Riduci fino al
75%
di spazio
Space Saver



Sistema Brevettato



- Gancio "SALVA TAPPO" (ne evita lo smarrimento).
- CHIUSURA A VITE





Un look da imitare

H&M

Stampe natalizie campeggiano su questa simpaticissima felpa rossa con alberelli, omini pan di zenzero, bastoncini, pacchetti regalo e... pizza, che sta bene su tutto!
www2.hm.com



Non solo rosso

BPC Boxprix Collection

Il rosso è sicuramente il colore del Natale: le felpe e i maglioncini declinati in questa nuance sono garanzia di successo in qualunque occasione. Chi non vuole osare con un colore così acceso, però, può optare per altre tonalità che si prestano bene al periodo: dal verde bottiglia al blu, fino al nero, colore passe-partout per ogni look e situazione. Ecco perché il maglione natalizio con albero di Natale di Bonprix Collection è l'ideale sia in versione rossa che nera. Tu quale preferisci?
www.bonprix.it



LUCI E 3D

Maglione natalizio

Il maglione natalizio non deve essere pretenzioso: deve divertire e divertirti. Ecco perché quello che punta sulle lucine e sul 3D ci fa impazzire! Da quello con il camino e le calze, a quello con la renna Rudolph danzante con le corna lampeggianti, fino a quello con bersaglio e palline da lanciare, ce n'è per tutti i gusti per un Natale super vivace.
www.maglionenatalizio.it



Spuma di Sciampagna



LINEA MARSIGLIA, TI ACCOMPAGNA NELLA PULIZIA DEI TUOI CAPI

Tradizione ed innovazione insieme per capi puliti ed igienizzati!

Spuma di Sciampagna unisce la delicatezza del sapone di origine naturale all'efficacia di nuove **formule concentrate**, per regalare al tuo bucato **pulizia e igiene profonda**, dal prelavaggio ai lavaggi a mano e in lavatrice.

La linea Marsiglia rispetta i tessuti ed è **delicata sulla pelle!**



SAPONE DI
ORIGINE NATURALE



RISPETTA I TESSUTI
E LA PELLE



FORMULE CONCENTRATE
EFFICACI ANCHE A FREDDO



DERMATOLOGICAMENTE
TESTATO



Pantaloni Skinny a vita alta.
Tally Weijl



Orecchini Bon Ton (Stroili)



Ciondolo natalizio 2021. Swarovski

Pigalle décolleté tacco 10 vernice. Christian Louboutin



Il capospalla perfetto Burberry

L'intramontabile eleganza del trench Burberry è il capospalla perfetto, informale ma chic, da abbinare anche al maglioncino più irriverente.
www.it.burberry.com

IL MAGLIONE ABBINALO COSÌ

Pantaloni aderenti e accessori

La tendenza del Natale di sfoggiare i maglioncini decorati anche in stile norvegese ti piace tantissimo. Ma... c'è un ma: non sai mai come completare il tuo outfit per non rischiare di strafare e risultare too much. Eppure il modo per abbinare l'irriverente maglioncino in modo glamour esiste. Tanto per cominciare pensa al volume: di solito non sono molto aderenti, e hanno più la forma di un capo comodo. In questo caso è necessario puntare su un pantalone skinny che slancia la figura. Se invece è abbastanza aderente, o comunque non ti ingolfa, allora puoi optare per una gonna a ruota o una gonna in tulle. Per dare al tuo look un effetto più grintoso, infine, non rinunciare ai tacchi, meglio se rossi, e agli accessori: orecchini e collane aiutano ad alleggerire lo stile.



Un tocco di rosso Stradivarius

Le décolleté rosse con tacco sottile di Stradivarius sono il complemento giusto per il tuo look natalizio.
www.stradivarius.com





...cambia musica
**scegli
il pulito
IPPA**



PRODOTTO
IN ITALIA

IPPA Srl
Via Barison, 15 35019
Onara di Tombolo (PD) ITALY
Phone 049-5993177
Fax 049-5993086

www.ippa.it • info@ippa.it

Follow us on



Spazzole Adesive

Un'Ampia Gamma per tutte le esigenze



CON PRATICISSIMI
FOGLI PRETAGLIATI



IPPA propone una grande linea di prodotti studiati e realizzati per facilitare la cura della vostra casa: articoli destinati alla pulizia di capi di abbigliamento, tessuti, poltrone e divani, tutti rigorosamente REALIZZATI IN ITALIA a garanzia di qualità dei materiali e di durata nel tempo.

Le spazzole adesive tolgono in modo delicato pelucchi, capelli e peli da ogni tipo di tessuto. Inoltre sono ideali per togliere il pelo morto dei nostri amici animali da divani, poltrone e sedili d'auto.



IL VOLTO FEMMINILE DELLE ARTI MARZIALI

Lungi dall'essere prerogativa maschile, le millenarie discipline orientali basano la loro efficacia su alcune caratteristiche che solo noi donne possediamo

Tutti sappiamo cosa si intende con la parola "arti marziali", ma in realtà il termine è stato inventato in Occidente per definire un insieme di discipline - al contempo fisiche e spirituali - provenienti dall'estremo Oriente, generalmente legate al combattimento. Ma generalizzare è impossibile quando si parla di pratiche millenarie, che nei secoli e nel confronto con le altre culture si sono perfezionate, evolute e ramificate in diversi sottogeneri. Possiamo però trovare un fil rouge che le accomuni tutte, ed è certamente legato all'impatto (estremamente positivo) che esercitano sul benessere psicologico di ognuno: uomo, donna o bambino che sia.

Ancora prima dei benefici che riscontra a livello fisico, infatti, chi pratica le arti marziali acquisisce con il tempo **grande sicurezza in se stesso, un'importante dose di autocontrollo** e tecniche di respirazione e meditazione che aiutano a restare centrati e in pace. Esiste, però, ancora un certo grado di pregiudizio legato alla padronanza femminile delle arti marziali, tanto che

spesso sono le donne per prime a sentirsi inadeguate avvicinandosi a queste discipline. Ma è un errore: ognuna di noi dovrebbe - almeno una volta nella vita - praticare un'arte marziale. Ecco quali e, soprattutto, ecco perché.

Velocità e scioltezza sono fondamentali



Si sfrutta l'attacco dell'avversario per poterlo neutralizzare

NEL KARATE LA FORZA NON CONTA

La particolarità di quest'antichissima disciplina e ciò che la rende affascinante e particolarmente adatta alle donne è che le sue tecniche ci insegnano a non opporre mai forza alla forza dell'altro, quanto a sfruttare l'attacco per neutralizzarlo. Nel Karate, la forza fisica non conta, al contrario: sono fondamentali la velocità e la scioltezza, caratteristiche più femminili che maschili. La pratica costante del Karate presenta benefici a tutti i livelli: non solo si acquisisce un corpo flessibile e tonico (i movimenti contribuiscono a tonificare a fondo tutta la zona addominale, muscoli obliqui compresi), ma con il tempo si raggiunge una maggiore sicurezza in se stessi, più calma e serenità, un netto miglioramento degli stati ansiosi e l'allontanamento della tensione e dello stress.

Dove



NUOVO Eco-Sistema Bagnodoccia



Pump 720 ml

Ricarica 720 ml

Idratanti
dermo-naturali



*escluso il tappo



no solfati: SLES



delicato sul
microbioma

RIDUCI
RIUSA
RICICLA

-70% DI PLASTICA





Daniele Tarozzi,

Lifestyle e Trainer Coach è ideatore di BePerfect Lifestyle (bepperfectlifestyle.com), il programma on line dedicato alla remise in forme delle donne, specie over 40. Con questo metodo riesce a dimostrare ogni giorno che si può essere in forma anche quando si è messe a dura prova dalla menopausa.

CON IL JUDO IMPARI A RIALZARTI

Basato sull'antica arte giapponese del Juitsu, il Judo nasce circa cent'anni fa da un'idea del maestro Jigoro Kano e in breve tempo fa il giro del mondo fino a trasformarsi in una disciplina olimpica, nel 1964. La parola judo dice tutto di quest'arte: significa infatti "via della cedevolezza" poiché, nell'affrontare l'avversario, non si usa mai la forza, ma si asseconda l'energia dell'altro per sfruttarla a proprio vantaggio. Fondamentale, per i judoka alle prime armi, è imparare a cadere senza farsi male: un insegnamento che ha un impatto molto positivo anche sulla psiche, perché agisce sull'autostima e sulla concentrazione. Il Judo alle donne insegna anche come difendersi dalle aggressioni e a mantenere la calma necessaria per fronteggiare qualsiasi circostanza. Senza dimenticare, naturalmente, che essendo uno sport completo, la sua pratica costante consente di sviluppare in modo armonioso ogni parte del corpo, ottenendo così un fisico scattante, tonico e in forma.

Benefici assicurati

Karate, Kung Fu, Judo, Aikido, Capoeira, Jiu-Jitsu, Kickboxing: le arti marziali sono discipline perfette per il benessere di corpo e mente.

Per il corpo

Tutti i movimenti sono funzionali e molto vari. Ciò fa sì che venga interessata ogni parte del corpo: non solo gambe e braccia, ma anche il core. Sono adatte alle donne così come agli uomini, perché contribuiscono a uno sviluppo armonico del fisico. Inoltre danno forza, resistenza ed elasticità.

Per la mente

In generale riescono a regalare tre effetti positivi: in primis aiutano a scaricare aggressività e tensione. Si agisce cioè su tutte le emozioni negative, come la rabbia, riuscendo a confinare all'interno di un sistema strutturato con delle regole, tutta l'aggressività che ognuno ha dentro. Inoltre danno sicurezza. Nel tempo, infatti, si ha la sensazione di potersi difendere. Un aspetto importante soprattutto per le donne. Infine, aumentano la concentrazione: devi colpire un bersaglio e quindi restare concentrato.

Alcune accortezze

Molte arti marziali sono di contatto e prevedono colpi. Importante, quindi, è il riscaldamento. Si inizia con una fase generica per alzare i battiti e far affluire il sangue alla muscolatura, cui segue una seconda parte in cui si riproducono i movimenti di base, a basso impatto. Altrettanto importante è l'attività di defaticamento a fine allenamento, poiché bisogna rallentare gradualmente.

WING CHUN, DA UNA DONNA PER LE DONNE

Narra la leggenda che, nel lontano 1600, in Cina, la monaca buddista Ng Mui insegnò la sua arte a una giovane ragazza, Yim Wing Chun, infastidita da un uomo che la voleva sposare con la forza. Così istruita, la ragazza sfidò l'uomo in un combattimento: se avesse vinto lei si sarebbe potuta sottrarre al matrimonio. Yim Wing Chun vinse l'incontro e da allora il Wing Chun si è guadagnato la nomea di sistema di autodifesa perfetto per le donne, poiché non si basa sull'uso della forza muscolare, ma enfatizza altri aspetti (tipicamente femminili), come precisione, velocità di pensiero e azione, sensibilità, reattività ed efficacia dei movimenti, oltre al grande uso della strategia e dell'intenzione mentale. Grazie alle sue particolari caratteristiche, che lo differenziano da altre discipline simili, il Wing Chun è un'arte estremamente utile alle esigenze della donna: non solo perché insegna a padroneggiare la difesa dalle aggressioni fisiche, ma anche perché invita alla conoscenza profonda di sé, delle proprie capacità, consentendo di conoscere (e superare) i propri limiti.





Ama
ogni tuo passo



LA CAMERETTA CHE CRESCE CON IL TUO BAMBINO



È questa la stanza della casa che, più di ogni altra, cambierà volto nel corso degli anni. Ecco perché pianificarne con intelligenza l'evoluzione, può rivelarsi la scelta migliore: non solo per i più piccoli, ma per tutta la famiglia



Chi progetta o ristruttura una casa in cui vivano uno o più bambini, spesso tende a dare meno importanza all'arredamento della cameretta rispetto ad altre stanze. Ciò in parte avviene perché, di tutta l'abitazione, la stanza dei più piccoli è certamente quella più "in divenire". Quando cresce il bambino, infatti, le sue esigenze cambiano e la camera va adattata di volta in volta tenendo conto delle diverse attività che il piccolo vi svolgerà. Ma porre la giusta attenzione all'arredo della stanza può semplificare molto la quotidianità, non solo del piccolo, ma di tutta la famiglia. Ecco quindi qualche consiglio per realizzare una cameretta che non sia solo esteticamente gradevole, ma anche funzionale e comoda. A ogni età!

5
SuperFive

Pavimenti puliti, senza fatica



BEST SELLER
linea
RotoMop
4 MILIONI
DI PEZZI VENDUTI



L'UNICO GARANTITO 5 ANNI!

Nei toni del bianco, **Fabbrica Camerette**

In alto a destra, **La casa del bebè**

In basso, bianco e lilla, **Colombini**



DA ZERO A TRE ANNI, COLORI NEUTRI E SPAZIO PER LE COCCOLE

Durante i primi due/tre anni di vita, i bambini non sfruttano certo la loro cameretta come quando sono più grandi, anzi: spesso nemmeno vi dormono poiché molti genitori tengono i piccoli nella stanza con sé per intervenire all'occorrenza durante i numerosi e (fisiologici) risvegli. Ciò non toglie che il bambino, abituandosi ad avere la sua stanza, sarà più invogliato a trasferirsi una volta più grandicello: ecco perché sarebbe bene predisporla con accuratezza e passarvi del tempo insieme. L'elemento da cui non si può prescindere, a quest'età, è il colore che dovrà essere neutro, rilassante, confortante. Potrai scegliere anche una carta da parati con grafismi a tema o qualche sticker removibile, che daranno un tocco allegro all'ambiente. Oltre alla culla (o al lettino con le sbarre) e al mobile/fasciatoio - meglio se dotato di cassetti dove riporre tutto l'occorrente per il cambio - in questa fase serviranno pochi altri elementi, ma tutti funzionali alla creazione di un'atmosfera ovattata, che trasmetta pace e serenità. Si quindi alle luci soffuse e modulabili, a una piccola libreria bassa dove riporre qualche libro da leggere insieme e a una scatola con i suoi giochi, che il piccolo possa raggiungere da solo quando comincerà a fare i primi passi. Basterà poi aggiungere un tappeto in terra per scaldare l'ambiente e attutire le inevitabili cadute e, per le mamme che allattano, una poltrona comoda e accogliente per entrambi.



Linee moderne ed essenziali, **Mistral**



A tutto colore, **Omnia**

DAI TRE AI SEI ANNI, SPAZIO AL GIOCO!

Intorno ai 3 anni di età, il tuo bambino comincia a cambiare molto velocemente sotto i tuoi occhi.

Ovvio, ha ancora bisogno delle coccole e dei momenti di intimità con te, ma ha anche tanta voglia di scoprire il mondo, sperimentare, diventare sempre più autonomo. Ecco allora che la cameretta dovrà cambiare con lui e per lui, diventando soprattutto un ambiente in cui dare spazio al gioco e alla creatività. Un'idea funzionale è quella di separare l'ambiente: da una parte la zona adibita al riposo, con il lettino, il comodino, l'armadio e un punto luce; dall'altra, l'angolo adibito ai momenti ludici, con un tavolino multigioco e due sedie della sua misura oltre a un pratico mobile contenitore per riporre tutti i suoi giochi. Il fasciatoio si trasformerà in una pratica cassettiera, mentre certamente dovrai aggiungere qualche scaffalatura o libreria per contenere, oltre ai libri, tutti i giochi che non entrano nei contenitori o che - come quelli in legno - arredano e sono belli da esporre. Per aiutarlo a superare la paura del buio o il timore di dormire da solo, ti saranno d'aiuto gli sticker fluorescenti a forma di luna, stelle, pianeti, che brilleranno sul soffitto quando le luci saranno spente. Non dimentichiamo uno specchio (agganciato e posto in sicurezza): è importante in questa fase della vita che il piccolo prenda conoscenza e coscienza di se stesso. L'idea in più? Una porzione di parete (o una parete intera) dipinta con la vernice lavagna e tanti gessetti colorati a disposizione del piccolo artista e dei suoi amichetti.

LA TUA CASA MERITA UN PULITO STELLARE.

I detergenti **Quasar** sono creati con formule di origine professionale per garantire un **Pulito Stellare**. Al famoso **Detergente Vetri** si affiancano le altre stelle del Pulito Quasar per detergere **acciaio, legno, bagno e cucina**.



Scopri di più su quasardetergenti.it



Toni eleganti e linee pulite, by **Ciminelli Casa**



DAI SEI AI DODICI... DECIDE LUI!

Dai sei anni in poi, inizia un ciclo tutto nuovo.

Le elementari prima e le medie poi, rendono necessario un ulteriore cambiamento della stanza, anzi diremmo... una vera rivoluzione. Addio ai tavolini multigioco, addio anche a tanti giochi "da piccoli", salutiamo anche il lettino con le sbarre: è il momento di inserire una scrivania dove poter fare i compiti, una sedia comoda, una libreria capiente e – se possibile – un letto in più, per ospitare un amichetto o un'amichetta durante la notte. Rispetto a quando era più piccolo, però, adesso tuo figlio vorrà giustamente dire la sua, sia sui colori (potrebbe, ad esempio, desiderare una o più pareti di una nuance accesa e vivace) e in generale su tutto ciò che entrerà nella sua stanza. Ascoltalo e coinvolgilo il più possibile nella nuova sistemazione: per lui la cameretta assume ogni anno di più il ruolo di rifugio, è la sua zona di confort. Archiviato il lettino con le sbarre, dunque, ora il letto sarà finalmente di una misura standard, a una piazza o – se la metratura lo consente – anche una piazza e mezzo.

La camera conserva ancora gli spazi di gioco, ma da ora in poi sarà più proiettata verso una dimensione di studio e di nuove tipologie di intrattenimento. Da questo momento, la stanza subirà cambiamenti minori, siate dunque oculati nelle scelte: si ai mobili di buona fattura, che durino a lungo. Si alle linee pulite, che non stanchino. E soprattutto, non sottovalutate l'importanza della sedia – sulla quale trascorrerà molto tempo – che sia bella certo, anche colorata, ma soprattutto comoda, meglio ancora se ergonomica.



Giulia Naspi,

architetto di origine romana, esercita da anni la libera professione e si occupa di ristrutturazioni "chiavi in mano". www.facebook.com/architettojulianaspi

Uno spazio multitasking

Il rapporto con gli spazi domestici è stato completamente stravolto dall'emergenza sanitaria e ci ha reso sempre più consapevoli dell'importanza dello spazio e dei suoi usi. Alcuni pratici consigli.

Per i più piccoli: non riempitele!

Date spazio alle aree libere di gioco e creatività. Bello realizzare un angolo laboratorio a misura di bambino per un uso libero di colori e giochi senza paura di sporcare o rovinare mobili e pareti.

Per gli adolescenti: l'adolescenza

è l'età in cui aumenta il bisogno di intimità e la stanza diventa il luogo prescelto per passare molte ore da soli o in compagnia degli amici. La cameretta spesso è un ambiente unico per lo studio, il gioco, il relax e la condivisione con i coetanei. Questo carattere multitasking richiede la perfetta organizzazione dello spazio e degli arredi.

In generale per tutti: se la cameretta è piccola è preferibile scegliere arredi flessibili e multifunzionali.

La flessibilità permetterà facili cambiamenti richiesti dal passaggio del tempo e la multifunzionalità di usare un arredo a più scopi risparmiando spazio utile.

Infine, se le dimensioni della stanza lo permettono, l'ideale è dare a ogni funzione un preciso spazio, differenziando anche colori e arredi per sottolineare il passaggio da una zona all'altra.

Steel Blue

PANNOCARTA • SUPER ASSORBENTE

Quality Brand
Sensitive



Specialista in pulizie pesanti:

- ✓ vetri
- ✓ specchi
- ✓ acciaio
- ✓ forno
- ✓ fornelli
- ✓ lavandini



Bagnato o Asciutto Pulisce Dapertutto!



LA TAVOLA PERFETTA PER LE FESTE NATALIZIE

Erika Morgera e Riccardo Ruchetta,

ovvero la coppia del wedding, titolari del Brand Erika
Morgera Wedding and Events



Eleganza, innanzitutto. Nella mise en place e nelle decorazioni. E luce: calda, avvolgente, suggestiva



SCEGLI LO STILE

È importante definire il tono che vogliamo esprimere con la nostra tavola. Per un pranzo informale, non è necessario sfoderare i piatti di porcellana bianchi e infiniti bicchieri di cristallo, ma possiamo dare un tocco di eleganza in più, anche con una tovaglia di stoffa a tema, un servizio di piatti e sottopiatte coordinato e tovaglioli, sempre di stoffa, impreziositi da una decorazione tipicamente classica. Fogliame e candele in colori complementari contribuiranno a creare un centrotavola accattivante e daranno davvero il senso della stagione, senza essere invadenti. Per chi invece preferisce dare un tono più formale alla propria tavola, consigliamo di mescolare i colori tradizionalmente festosi del rosso e del verde con uno sfondo chiaro e tenue, così da mettere in evidenza ogni minimo dettaglio. È il momento di tirare fuori la tovaglia di stoffa bianca con il suo tovagliolo coordinato e di continuare a impreziosire la tavola con piatti bianchi di porcellana, posate argento e calici posti nel modo giusto. Indispensabile è la presenza di un centrotavola semplice e di gran classe coordinato con il segnaposto. Candele ed elementi naturali danno linearità e completezza alla mise en place.

Il Natale si festeggia soprattutto a tavola. Colori, profumi, decorazioni: la mise en place è un elemento fondamentale per cogliere ed esprimere lo spirito della festa più attesa dell'anno. Allestire una tavola perfetta e originale per la cena della vigilia o per il pranzo del 25 dicembre è quindi un obbligo. La riuscita di una buona mise en place ha come must natalizio le stelle in ogni possibile declinazione, ma anche piccoli animali stilizzati. Divieto assoluto di fiori, sia secchi che freschi, sulla nostra tavola in quanto su di essa devono regnare l'eleganza, l'armonia e l'allegria. In generale scegliamo le simmetrie e non è importante che si opti per un'apparecchiatura variopinta o monocromatica: **ciò che deve prevalere è il ritmo della tavola nel suo insieme.** Assolutamente di gran

**"Si alle candele e,
per i più fortunati,
un camino acceso"**

tendenza è il velluto. Altra regola da rispettare in ogni occasione è quella di accostare piatti colorati e lavorati solo ed esclusivamente con una tovaglia dalla tinta unita. Oppure, se si preferisce optare per una tovaglia ricamata, meglio adoperare piatti tono su tono. Elemento indispensabile è la luce, che arricchisce le tavole avvolgendo la mise en place in un'atmosfera calda e accogliente. Via libera quindi a candele, luci basse e, per i più fortunati, il camino rigorosamente acceso. Candelieri e candelabri si accendono con infiniti tea light, per creare atmosfere suggestive di festa ed esaltare il caldo bagliore dell'oro che appare ovunque nelle sue lucide e nuove tonalità: nei sottopiatte, sui bordi di bianche stoviglie e delicati calici, nelle posate e in tutto ciò che può essere utile ad abbellire una tavola dedicata alle feste natalizie.

scJohnson

glade®

AROMATHERAPY

**Creata responsabilmente
per il tuo benessere.**

Da rigenerante a calmante, da rinvigorente a rilassante,
ritrova il tuo benessere con Glade® Aromatherapy e le sue fragranze
infuse con un doppio mix di oli essenziali



PURE HAPPINESS
Arancia + Neroli

MOMENT OF ZEN
Lavanda + Sandalo

FRAGRANZE ASSORTITE



CLASSICO O LUXURY?

La tavola classica porta con sé i colori per eccellenza delle festività natalizie: rosso, verde bosco e un tocco d'oro. Questo abbinamento non passa mai di moda ed è indicato soprattutto per ambienti che hanno già un'impronta classica. Per un effetto luxury, invece, meglio mettere da parte il rosso e utilizzare la coppia bianco e oro per la tua mise en place. L'utilizzo di accessori dorati abbinati al bianco darà la sensazione di vivere un Natale brillante. Dunque: tovaglia rigorosamente bianca con dettagli oro, partendo dalle stoviglie fino ai candelabri. Per un tocco personale potresti scegliere di fare dei segnaposto "fai da te", realizzando con dei cartoncini degli angioletti oppure delle stelle comete o qualsiasi altra figura natalizia tinteggiata in oro. E chi vuole riprodurre l'atmosfera del Natale in uno chalet di montagna? Allora può optare per una mise en place rustica. Si tratta di una scelta veramente originale e per realizzarla basta mixare novità e tradizione. Il grande protagonista della tavola è il legno: corteccia, rametti o foglie secche sono l'ideale per realizzare piccoli o grandi dettagli, dal segnaposto al centrotavola. Insomma, parole d'ordine: calore e passione!

LE IDEE CREATIVE E FAI DA TE



CON I RAMETTI DI ROSMARINO

Segnaposto profumati

Ecco delle semplici coroncine di rosmarino, perfette per la tavola di Natale, capaci di trasportarci magicamente dentro l'atmosfera festiva. Per realizzarli, basterà ripiegare il rametto fino a creare una coroncina, per poi legarla bene utilizzando dello spago.



SPAZIO ALLA FANTASIA

Design naturale e anima green

Lo spago utilizzato per legare il rosmarino dei segnaposti nel box precedente, potrà essere usato anche per realizzare dei semplici, ma bellissimi, festoni e ghirlande da appendere sopra il caminetto. Basterà semplicemente legare al filo le decorazioni per l'albero di Natale o, meglio ancora, costruirle da sé, magari con l'aiuto dei vostri bambini. Tra stelle, cuori, piccoli alberi, elfi e renne... potrete davvero sbizzarrirvi!

EXTRA IGIENE



ASCIUGAMANI IN CARTA
USA E GETTA



CARTA CASA
PER LA PULIZIA DI QUALSIASI SUPERFICIE



Paper for people



A NATALE, TRADIZIONE E RICERCATEZZA

Il pranzo del 25 dicembre è dedicato agli affetti familiari. E nulla, come il buon cibo, sa regalare attimi di autentica felicità

Il pranzo di Natale è uno dei momenti più sentiti delle Feste, non solo nel nostro Paese, ma in tutto il mondo occidentale. A differenza del cenone della Vigilia, dedicato all'attesa della nascita di Gesù bambino e alla sorpresa dei regali da scartare dopo la mezzanotte, il pranzo del 25 dicembre è consacrato alla gioia familiare, al buon cibo e agli affetti. Secondo la tradizione, il menù di Natale dev'essere principalmente a base di carne, in contrapposizione alla cena del 24 che è invece tutta "di magro". Ogni regione, ogni città e paese, addirittura ogni famiglia, hanno le proprie abitudini da rispettare, ma quello su cui tutti concorderanno è che il pranzo di Natale deve essere ricco e indimenticabile. E le nostre proposte renderanno questa giornata ancora più speciale.



UN AROMA UNICO

Dal gusto inconfondibile e speziato, lo speck incontra i gusti di tutti.

Crostini con crema di funghi e speck

difficoltà_BASSA | costo_BASSO | tempo_40 MIN

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 gr di funghi champignon, 80 ml di latte, 40 gr di formaggio brie, 8 fettine di speck, 1 baguette, 1 cucchiaino di farina 00, 1 spicchio d'aglio, olio evo q.b., prezzemolo q.b., sale e pepe q.b.

PROCEDIMENTO

- Pulisci i funghi: togli la parte del gambo terrosa e con un panno umido elimina eventuali residui di terra. Tagliali a fettine sottili.
- Trita finemente l'aglio, fallo rosolare in una casseruola con un filo d'olio, quando inizia a dorare aggiungi i funghi, regola di sale e pepe e lascia cuocere per circa 15-20 minuti o fino ad assorbimento dell'acqua di vegetazione, lasciando il coperchio semiaperto.
- Taglia la baguette a fette in trasversale e mettile a tostare in forno caldo a 180° fino alla tostatura desiderata.
- Aggiungi ai funghi la farina setacciata, mescola forte con una frusta a mano, fai attenzione a non far formare i grumi, aggiungi il latte a filo e il brie, mescola e porta a ebollizione.
- Trita il prezzemolo e aggiungi ai funghi, lasciane un po' da parte per decorare.
- Metti la crema sui crostini, adagia su ogni fetta una fettina di speck arrotolata e del prezzemolo tritato tenuto da parte.
- Servi subito.

Spontex



Insieme
per
l'ambiente

www.spontex.it

Tortellini in brodo

difficoltà_MEDIA | costo_MEDIO | tempo_60 MIN +30min*



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Per la pasta:

450 gr di farina 00, 4 uova

Per il ripieno:

150 gr di parmigiano, 100 gr di lonza di maiale, 100 gr di prosciutto crudo, 100 gr di mortadella, 2 foglie di alloro, burro q.b., noce moscata q.b., sale e pepe q.b.

Per condire:

2 Lt di brodo di carne, parmigiano q.b.

PROCEDIMENTO

- Sciogli una noce di burro in una padella, aggiungi le foglie di alloro e la lonza di maiale a pezzetti, fai cuocere a fiamma media.
- Una volta cotta la lonza, toglie le foglie di alloro e metti la carne in un mixer, aggiungi il prosciutto crudo, la mortadella a pezzetti, il parmigiano grattugiato, un pizzico di noce moscata e un pizzico di sale e pepe.
- Aziona di nuovo il mixer e trita finemente il tutto, disponilo in una ciotola, copri con della pellicola trasparente e metti in frigo a riposare.
- Nel frattempo, metti su un piano da lavoro la farina, forma una fontana, fai un buco al centro e versa le uova sbattute con un pizzico di sale.
- Impasta prima con una forchetta, poi con le mani per circa 15 minuti fino a ottenere un panetto sodo e omogeneo.
- Avvolgilo in un canovaccio e fai riposare per *30 minuti.
- Trascorso il tempo, su un piano da lavoro infarinato metti la sfoglia e tirala molto sottile. Una volta stesa, taglia la sfoglia con una rotella e forma tanti quadratini di circa 3 cm per lato.
- Metti al centro un po' di farcia preparata in precedenza.
- Unisci le due parti opposte del quadratino di pasta formando un triangolo e sigilla bene i bordi. Prendi le due estremità esterne del triangolino e uniscile.
- Procedi fino a esaurire tutti gli ingredienti.
- Scalda in una pentola il brodo, una volta a bollore versa i tortellini e lasciali cuocere per circa 7-8 minuti.
- Servi i tortellini in brodo caldi con del parmigiano grattugiato.



IMMANCABILI SU OGNI TAVOLA

I tortellini in brodo sono il piatto preferito non solo dei bambini: il loro gusto unico non può mancare quando tutta la famiglia è raccolta per festeggiare il Natale.

mister Magic

PER SUPERFICI PULITE SENZA FATICA
DALLO SPORCO PIÙ DIFFICILE



PULITORI SPECIFICI

DEODORAZIONE



LAVASTOVIGLIE



DISINFETTANTI

SCOPRI DI PIÙ SU WWW.MISTERMAGIC.IT



SEMPLICE E RAFFINATA

L'anatra, con le sue carni pregiate, è molto semplice da cucinare, ma allo stesso tempo regala sempre risultati raffinati e sorprendenti.

Anatra al forno

difficoltà **MEDIA** | costo **MEDIO** | tempo **80 MIN**

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1 kg di zucca, 1 anatra, 4 patate medie, 2 arance biologiche, 1 spicchio d'aglio, rosmarino q.b., origano secco q.b., olio evo q.b., sale e pepe q.b.

PROCEDIMENTO

- Pulisci l'anatra, toglie eventuali piume o penne, passala sotto la fiamma per eliminare le piume più piccole, poi lavala e fai scolare bene.
- Sbuccia le patate, lavale e mettile in una ciotola con acqua fredda.
- Condisci l'interno dell'anatra con olio, sale, pepe, rosmarino, lo spicchio d'aglio in camicia schiacciato, aggiungi anche un'arancia a pezzi con tutta la buccia. Mettila in una pirofila da forno capiente, con un giro abbondante di olio.
- Asciuga le patate, sbuccia la zucca e taglia tutto a cubetti grossolani, taglia anche l'arancia a spicchi grandi poi dividi gli spicchi a metà, metti tutto intorno all'anatra, versa un filo d'olio, regola di sale e pepe, aggiungi rosmarino e origano, mescola.
- Cuoci in forno preriscaldato a 160° per circa 1 ora, durante la cottura spennella 2-3 volte la superficie con l'olio di cottura.
- Servi l'anatra ben calda e croccante.



CARNI SAPORITE

L'aringa ha una carne saporita: il filetto di aringa si presta a differenti usi in cucina, marinato o saltato in padella, per un secondo gustoso e veloce.

Insalata di aringhe

difficoltà **BASSA** | costo **MEDIO** | tempo **50 MIN** +30ore*

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 gr di patate, 800 ml di latte, 400 gr di filetti di aringhe, 50 gr di rucola, 5 foglie di alloro, 2 cipollotti freschi rossi di Tropea, 1/2 bicchiere di vino bianco secco, senape all'antica in grani q.b., olio evo q.b., sale e pepe q.b.

PROCEDIMENTO

- Togli eventuali lisce ai filetti di aringhe, lavi e asciugali tamponando con della carta assorbente da cucina, mettili in una ciotola e copri con il latte, lascia macerare per almeno *1 giorno, poi asciugale bene, mettile nella stessa ciotola (togliendo il latte), aggiungi 1 cipollotto a fettine, le foglie di alloro, 2 cucchiaini di senape all'antica e del prezzemolo tritato.
- Ricopri di olio e lascia macerare almeno per 6 ore.
- Nel frattempo, cuoci le patate con la buccia in una pentola.
- Una volta pronte, toglie la buccia e tagliele a spicchi, mettile in una insalatiera, bagnale con il vino e lascia raffreddare.
- Taglia l'altro cipollotto a fettine, aggiungilo alle patate, taglia le aringhe a pezzettoni, toglie le foglie di alloro e metti tutto il resto nell'insalatiera, regola di sale e pepe, aggiungi la rucola lavata e asciugata, mescola e servi.

tuttoxtutto.it



Realizza un contenuto testuale, una foto o un video e raccontaci di come utilizzi Tutto Pannocarta. Ogni settimana* una giuria premierà i 10 migliori contenuti.

Chiedimi

*I contenuti saranno valutati da una giuria ai fini dell'assegnazione dei premi, che avverrà secondo le modalità e tempistiche meglio specificate nel regolamento disponibile all'indirizzo: <https://tuttoxtutto.it/racontami-di-tutto/>
Le immagini sono rappresentative di alcuni premi in palio.

Concorso a premi promosso da Lucart S.p.a. Valido dal 05/07/2021 al 13/03/2022.
Valore del montepremi € 4.293,43 (iva inclusa).

Lucart S.p.A. Via Ciarpi, 77 - Porcari (LU) - ITALIA



pudding natalizio

difficoltà **ALTA** | costo **ALTO** | tempo **40 MIN** + 5ore*

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

330 ml di birra scura, 200 gr di uva passa, 200 gr di uvetta sultanina, 160 gr di pangrattato, 130 gr di canditi misti, 130 gr di ciliegie dolci denocciolate, 175 gr di zucchero, 175 gr di burro a temperatura ambiente, 80 gr di farina (auto lievitante), 25 gr di farina di mandorle, 3 uova, 1 pizzico di cannella, 1 pizzico di sale, 1 pizzico di noce moscata, 1/2 cucchiaino di anice in polvere, mirtilli rossi q.b., brandy q.b.

PROCEDIMENTO

• Metti in una ciotola il burro e lo zucchero, schiaccia con una forchetta fino a ottenere una crema a pomata, poi aggiungi le uova leggermente sbattute e mescola bene. • Setaccia la farina e aggiungila al composto con il sale, la cannella, la noce moscata e le spezie, mescola, aggiungi anche l'uva passa, l'uva sultanina, i canditi, le ciliegie e la farina di mandorle. • Mescola bene ottenendo così un composto molto scivoloso, aggiungi il pangrattato e la birra. Impasta, copri con un canovaccio e lascia insaporire per una notte. • Il giorno dopo preriscalda il forno a 160° e metti il composto in uno stampo da zuccotto, imburra e metti in forno all'interno di una teglia capiente con acqua; cuoci a bagnomaria con la superficie coperta da un foglio di alluminio, sigilla con uno spago da cucina e inforna a bagnomaria per *4-5 ore. • Sforna il dolce e aspetta almeno 1 giorno, poi capovolgilo su un piatto da portata, aggiungi il brandy, i mirtilli e una spolverata di zucchero a velo.



TIPICAMENTE BRITISH

Il Christmas Pudding è un tipico dolce natalizio inglese dalla forma rotonda. Secondo la tradizione deve essere preparato nel periodo dell'Avvento e portato in tavola il 25 dicembre.



IL DESSERT PER OGNI OCCASIONE

Il salame al cioccolato ha diversi nomi... salame turco, salame inglese o salame del re, è un dolce a base di cioccolato e biscotti che assomiglia a un salame. Il gusto intenso del cacao abbinato alla croccantezza dei biscotti rendono questo dessert adatto sia ai buffet natalizi che come regalo ad amici e parenti.

Salame al cioccolato

difficoltà **BASSA** | costo **MEDIO** | tempo **25 MIN** + 30min*

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 gr di biscotti secchi, 100 gr di zucchero, 100 gr di burro ammorbidito, 100 gr di cacao amaro, 100 gr di nocciole tostate, 1 uovo, zucchero a velo q.b. (facoltativo)

PROCEDIMENTO

• Quando il burro sarà ammorbidito a temperatura ambiente, mettilo in una ciotola e con una forchetta inizia a lavorare il burro in modo che diventi cremoso, poi aggiungi lo zucchero, l'uovo e il cacao amaro. • Mescola fino a ottenere un composto uniforme e, continuando a mescolare, aggiungi i biscotti e le nocciole tostate. • Dai al composto la forma di un salame, avvolgilo prima in una pellicola trasparente, poi arrotolalo in un canovaccio. • Metti in freezer per almeno 30 minuti in modo che si compatti. • Trascorso il tempo, toglilo dalla pellicola e il canovaccio, avvolgilo con della carta oleata e legalo con dello spago da cucina (così che sembri un salame vero), affettalo e servi con una spolverata di zucchero a velo.

NUOVO



RIVOLUZIONA IL PULITO.



PRIMA DOPO

N.1 CONTRO LO SPORCO OSTINATO*

*Basato sul protocollo di test IKW eseguito presso un istituto esterno indipendente.



PULITO AL 1° LAVAGGIO



ANTI GRASSO



AZIONE BRILLANTE



SPORCO OSTINATO



FILTRO



CICLI BREVI



TECNOLOGIA ANTI-OPACO



PLATINUM PLUS

PLATINUM

ORIGINAL



Raccomandato da

Whirlpool

Hotpoint

AEG

Indesit

Electrolux

Bauknecht

ZANUSSI

CANDY



TECNOLOGIA ANTI-OPACO

con SISTEMA DI PRE-LAVAGGIO INTEGRATO



È L'ORA DELLA MERENDA! COSA DARGLI DA MANGIARE?

con la consulenza di **Verdiana Ramina**,
"La dietista delle famiglie" - Esperta in alimentazione
pediatrica, gravidanza, allattamento, fertilità ed educazione
alimentare per le famiglie. sito internet: www.nutricam.fit



Proporre ai più piccoli uno snack che sia al contempo gustoso e salutare è più facile di quanto pensi. Da dove iniziare? Ti aiutiamo noi

Stanca di chiederti se la merenda che infili nello zaino dei tuoi bambini per la scuola sia corretta? Ti senti in colpa perché non hai il tempo di metterti a preparare torte fatte in casa e cibi salutare in vista dello spuntino del pomeriggio? Non sai mai cosa offrire ai tuoi piccoli e ti riduci ad avere in dispensa sempre le solite cose di dubbio impatto per la loro salute? Niente paura, abbiamo chiesto a Verdiana Ramina, mamma e dietista delle famiglie, di aiutarci a uscire indenni dalla giungla di panini, succhi e merendine varie!



PER LA SCUOLA...

Sono due i momenti "spezzafame" della giornata dei più piccoli: lo spuntino di metà mattinata tra i banchi di scuola e la merenda del pomeriggio. "Questi momenti devono fornire una piccola quantità di energia senza però togliere il giusto appetito per il pasto principale - spiega Ramina - È importante, quindi,



No alle bombe di zuccheri! Meglio privilegiare cibi semplici come pane, cracker, frutta secca e fresca

di, che lo spuntino sia contenuto, circa 100-150 kcal, e che sia **costituito principalmente da alimenti semplici**: pane, cracker, frutta fresca, frutta secca, qualche alimento dolce come creme di nocciole o marmellata e, raramente, succhi di frutta che sono un concentrato di zuccheri della frutta e non sono paragonabili a un frutto fresco". Quali sono, quindi, le merende più indicate da portare a scuola?

La dietista non ha dubbi: "Devono essere pratiche e facilmente consumabili. Il tempo a disposizione dei bambini è poco, pertanto lo spuntino deve essere gestibile in modo semplice. Dove possibile, preferire sempre il pane fresco, magari arricchito con gocce di cioccolato, uvetta, frutta secca od olive. Spesso - dice l'esperta - per praticità viene sostituito con i prodotti da forno come i cracker e i grissini, che però contengono percentuali maggiori di sale. Nello spuntino **non dovrebbe poi mancare una piccola porzione di frutta fresca**, non serve inserire un frutto intero nello zaino: se non è possibile consumare quella fresca, possiamo ricorrere anche a quella essiccata, come ad esempio la mela in spicchi o la banana in pratiche confezioni monodose".

... E PER IL POMERIGGIO

"La merenda del pomeriggio è un momento di condivisione importante per i bambini e i genitori - dice Verdiana - Non esistono delle vere e proprie distinzioni tra quello che dovrebbero mangiare i bambini e gli adulti: il via libera agli alimenti sani e gustosi vale per tutti". Ancora una volta, suggerir-

Scottex[®] FAZZOLETTI

Dai PROTEZIONE a chi AMI con i FAZZOLETTI SCOTTEX[®]



I fazzoletti Scottex[®] sono ideali per le esigenze di tutta la famiglia,
per i raffreddori più intensi e per le pelli più delicate.

Provali nel formato tascabile

SCOTTEX[®] EXTRA MORBIDO
Super delicato sulla tua pelle.

SCOTTEX[®] TUTTI GIORNI
Morbidezza e assorbenza insuperabili*
*Testato tra i fazzoletti per uso quotidiano, esclusi marchi privati

SCOTTEX[®] BALSAM
Azione lenitiva superiore**
sui raffreddori più intensi.
SENZA PROFUMAZIONE

**Rispetto a Kleenex[®] Original



SCOPRILI ANCHE NEL PRATICO FORMATO BOX
sempre pronti all'uso in ogni occasione!



sce l'esperta, non può mancare la frutta, "magari abbinata a qualche fetta di pane con marmellata, crema di noccioline, oppure un piccolo frullato di latte o yogurt o, ancora, una bevanda vegetale arricchita dal gusto della frutta di stagione". E perché non pensare a cucinare insieme degli scoppiettanti pop corn? "Quelli preparati in casa hanno il vantaggio di poter dosare l'olio e il sale in quantità minore rispetto a quelli che troviamo già pronti. Ricordiamoci però che questa merenda non è adatta ai piccoli sotto i 4-5 anni, per il pericolo di soffocamento", avverte.

LA COLAZIONE DEI CAMPIONI



Prima di andare a scuola è sempre importante mettersi a tavola per fare colazione, un pieno di energia in vista di una lunga giornata di impegni. Ma qual è quella ideale? Lo abbiamo chiesto alla dottoressa Verdiana Ramina.

Se appena sveglio non ne vuole sapere di mangiare

Un frullato di banana con un cucchiaino di cacao amaro e l'aggiunta di un cucchiaino di crema di mandorle pelate + latte o yogurt: in questo frullato di fatto c'è tutto il necessario per iniziare la giornata senza "fatica"!

Se è sempre in ritardo

Un bicchiere di latte e un crostino di pane tostato con una spalmata di marmellata o di crema di noccioline: pratico e veloce!

Se ama fare colazione con calma

Di sicuro un pancake è la colazione del sabato, quella da preparare con tutta calma insieme. Consiglio di guarnire con frutta fresca e una piccola spalmata di miele o crema di noccioline.



PECCATI DI GOLA

Quali peccati di gola sono concessi e con quale frequenza? "In una alimentazione sana non esistono dei veri e propri peccati, ma semplicemente la scelta di inserire determinati cibi con frequenza minore", spiega la dietista. "Ci sarà dunque spazio per il dolce, il gelato e altre preparazioni più particolari, ma limitandole a una o due volte la settimana. In questo modo avremo soddisfatto la voglia di dolce e abituato i nostri bambini a capire come inserire questi alimenti nella loro alimentazione senza privarsene del tutto".



Per un futuro
senza plastica



ANCHE IL TUO CANE AMA FARE SPORT!

Ebbene sì, sono tante le attività che potete svolgere insieme. Per divertirvi, allenarvi e rafforzare il vostro legame. Pronti a buttarvi nella mischia?

Hai mai pensato che, oltre a te, anche il tuo pet potrebbe aver voglia di frequentare i suoi simili e di avere una valvola di sfogo in cui incanalare tutte le sue energie? E allora perché non iscriverlo a un corso specifico per cani? Ecco tutti gli sport cinofili pensati apposta per far felice Fido.

AGILITY DOG

È uno degli sport per cani più diffuso al mondo ed è una delle attività più divertenti da fare insieme. Questa disciplina consiste nel compiere un percorso a ostacoli in velocità in un determinato ordine, pre-stabilito in anticipo. Cane e conduttore si muovono insieme tra salti, slalom tra tubi e palizzate, rinsaldando il loro legame e la loro sintonia.

- **Per quali cani è adatto?** Particolarmente indicato alle razze più agili, è però uno sport idoneo a tutti.

SPLASH DOG

Se questa estate il tuo cane ha amato le lunghe giornate al mare, allora lo Splash Dog è lo sport che fa per lui. I cani che svolgono questa disciplina, infatti, sono chiamati a tuffarsi in piscina da un apposito trampolino. L'obiettivo è quello di tuffarsi più lontano possibile: vince infatti chi fa il salto più lungo, motivato dal proprio umano che lo attira in acqua lanciando un gioco e invitandolo a raggiungerlo.

- **Per quali cani è adatto?** È l'attività ideale per quelli che amano l'acqua come il Labrador, il Barboncino, il Terranova o il Golden Retriever.

FLYBALL

Il Flyball è uno sport basato sulla velocità nella corsa e sulla precisione nell'esecuzione. I cani, che gareggiano in squadre facendo una staffetta, si sfidano a coprire un percorso a ostacoli azionando una macchina sparapalline, prendendo la pallina e portandola al proprietario.

- **Per quali cani è adatto?** Il Border Collie e il Jack Russel Terrier sono le razze che meglio di altre riescono a primeggiare in questo sport.

DOG DANCE

Nata negli anni Ottanta, anche se in Italia si è sviluppata relativamente tardi, la Dog Dance consiste nell'eseguire insieme al proprio umano dei veri e propri balli a ritmo di musica, realizzando delle coreografie studiate apposta nel rispetto dell'animale. Oltre a essere un'attività divertente, sviluppa la complicità tra cane e conduttore e stimola l'obbedienza da parte del quattro zampe.

- **Per quali cani è adatto?** Questa disciplina può essere svolta tranquillamente da tutti i cani, ogni 3-7 giorni.



Per Fido è un vero spasso e una perfetta valvola di sfogo



GLI STRUMENTI GIUSTI

Gli sport cinofili sono tanti e molto diversi tra loro. Ma come si fa a capire qual è quello più adatto al tuo cane? Ecco qualche dritta.

• Deve piacere a lui

L'errore più frequente è quello di basare la scelta sui propri gusti personali. In realtà bisogna tenere in considerazione le esigenze del tuo cane: cosa gli piace? Protesta quando lo porti a fare un determinato sport o è felice e scodinzolante? Torna a casa sereno? La risposta a queste domande è fondamentale.

• Questione di razza

Ci sono sport e sport e non tutti vanno bene per qualunque tipo di animale. Uno dei fattori da tenere in considerazione quando si sceglie un'attività per il proprio cane è non ignorare le caratteristiche della sua razza e le sue attitudini, che sono indicative del tipo di sport cinofilo più adatto a lui.

• Non è solo un passatempo

Quando si decide di iscriverlo Fido a uno sport cinofilo bisogna prenderlo come un impegno fisso: proprio come te, che ti dedichi con passione al tuo sport, anche lui deve sentirsi realizzato e felice nel suo. Ecco perché non devi pensare a questa attività come a un semplice modo per sgranchirsi le zampe ogni tanto, ma come a un impegno che migliora la sua vita... e la tua.

DROPPY®

TAPPETINO MULTIUSO **SUPER** ASSORBENTE

Tranquilli voi, felici loro !

con polimeri
ODOR CONTROL

Lo usi come toilette
quando non è possibile
portare fuori il tuo animale

Per addestrare il
cucciolo ad uno spazio proprio

Comodo per trasporto
animali in auto

Comodo come fondo
cuccia e trasportini



NUMERO VERDE
800 250 312

EUROFIL®

Prodotto da: Eurofil - Castilenti (TE)
C.da Cancelli, 11 - Tel 0861.99971
eurofil@eurofil.it



LA ROSA DI NATALE, SPLENDIDO FIORE D'INVERNO

Conosciuta anche con il nome di Elleboro Nero, resiste alle temperature più rigide e sa donare un tocco di eleganza a ogni ambiente

Uno dei fiori invernali più belli, soprattutto in questo periodo, è sicuramente la rosa di Natale, o elleboro nero. L'aggettivo "nero" si riferisce al colore delle radici piuttosto scuro: si tratta, infatti, di una pianta ornamentale caratterizzata da bei fiori bianchi, la cui fioritura avviene proprio nel periodo natalizio, che regalano un tocco di eleganza e raffinatezza all'ambiente circostante.

UNA PIANTA FORTE E RESISTENTE

La rosa di Natale è un sempre verde piuttosto resistente alle temperature rigide. Il suo habitat naturale, infatti, è il paesaggio montano ma questo la rende **perfetta anche per i balconi invernali** nelle città più fredde. L'unica accortezza da tenere in considerazione è che, se coltivata all'esterno, deve essere sistemata in una zona sufficientemente ombrosa e poco ventilata. Se invece preferisci tenerla in appartamento, allora abbi cura di metterla in una stanza poco riscaldata e di piantarla in un vaso particolarmente profondo e largo, perché le radici tendono a espandersi sia in larghezza che in lunghezza.

LA MANUTENZIONE

L'elleboro nero si adatta bene a qualunque tipo di terreno, anche se preferisce quelli drenati. Importante è la concimazione periodica, mentre l'irrigazione varia a seconda dei periodi. In linea generale il terreno deve essere sempre umido, ma occorre stare attenti a non bagnarlo troppo. Il consiglio è quello di innaffiare più spesso in primavera e in estate, diminuendo le innaffiature in autunno e, soprattutto, in inverno.



IL MIX PERFETTO

La rosa di Natale è perfetta e bellissima anche da sola, ma si presta bene anche agli abbinamenti con altri fiori. È, ovviamente, importante abbinarla ad altre piante che abbiano più o meno le stesse necessità, così da dare le medesime cure senza rischiare di intaccare la salute dell'una o dell'altra.

Tra queste, ad esempio, segnaliamo la viola, o piccoli bulbi come i ciclamini napolitani, il bucanave, i narcisi nani e il mughetto, con i quali creare composizioni raffinate e bellissime. Se vuoi utilizzare l'elleboro nero nei bouquet, i fiori recisi hanno la durata di una o due settimane.



Eleonora Mazzotti,

Musicista e green influencer, della sua passione per il verde dice: "Le nostre scelte fanno la differenza, e con pochi accorgimenti quotidiani possiamo ridurre l'impatto inquinante. Circondiamoci di verde!"

Qualche idea per il centrotavola di Natale 2021



Muschio, sassi e pigne

Vi consiglio di organizzare una bella gita tra i boschi, per respirare aria buona, stare assieme alla vostra famiglia e per iniziare a raccogliere materiali preziosi per i vostri centrotavola: muschio, piccoli rametti di conifere, sassi e pigne. Questi andranno a comporre il vostro "paesaggio invernale in barattolo": cercate il vaso trasparente più largo che avete e iniziate a ricreare, in scala, un piccolo scorcio di bosco con ciò che avete trovato in passeggiata. Dettaglio immancabile, al centro, una casetta di carta illuminata da led.

Candele a gogò

E siccome le luci sono importantissime anche in una tavola decorata in maniera essenziale, spazio alla fantasia anche con porta candele di recupero: non buttate le bottiglie di vino (quelle trasparenti non colorate)! Saranno perfette per accogliere un rametto di eucalipto, un po' d'acqua per mantenerlo fresco, e una bella candela longilinea a fare da tappo.

IO SONO BELLO,
IO SONO BIO!

my
SAC

eco
UMIDO

UNA FESTA DI COLORE! PER LA TUA
PATTUMIERA

Scopri i nuovissimi sacchi per la raccolta differenziata dell'umido, colorati e con pratiche maniglie shopper. Colora la tua pattumiera con MYSAC!



SACME

www.sacme.it



Vienna: elegante, imponente, antica

La capitale austriaca in autunno svela il suo volto più affascinante: tra liberty e avanguardismo, sa colpire il cuore anche con i suoi scorci romantici e mélo

Uno degli aspetti più affascinanti della stagione autunnale sono senza dubbio le sfumature. Sono infatti tutte le declinazioni del giallo a tingere la natura, che “scalda” gli orizzonti metropolitani e la vegetazione, a contrastare la discesa delle temperature. È proprio in autunno che Vienna offre il suo lato più affascinante,

fatto di arte, gastronomia e relax. Città imperiale, patria della Secessione e della psicanalisi, la capitale austriaca accoglie i suoi visitatori con complessi museali, palazzi storici, ampi giardini, eleganti caffè e un ricco calendario di eventi con un mood dall'aura trendy e avanguardista, che tiene insieme gli sfarzi imperiali e la bellezza del liberty, l'eredità di Klimt,

Freud, Schiele, Mahler: vale particolarmente la pena vistarla nella terza stagione dell'anno. E non dimenticare che, a partire da novembre, a Vienna troverai **tanti romantici mercatini di Natale** per fare i tuoi acquisti in anticipo! Noi ti forniamo una nutrita lista di cose interessanti da vedere per giornate fatte di scoperta, cultura, divertimento e shopping.

GLI EDIFICI PIÙ SIGNIFICATIVI:

Cosa non puoi perdere

Partiamo dai posti iconici, quelli che non puoi assolutamente perdere a Vienna, soprattutto se è la tua prima visita in questa città.



Il duomo di Santo Stefano, il più importante monumento gotico dell'Austria.

- I musei in città sono quasi cento. Tra questi, non mancare una visita a l'Albertina, in un angolo dell'Hofburg, il Belvedere che ospita la maggiore collezione di opere di Klimt, il Naturhistorisches Museum, con collezioni di antropologia, mineralogia, zoologia, botanica o, ancora, il Kunsthistorisches Museum, scrigno di capolavori di tutti i secoli.

- Il duomo di Santo Stefano. È il simbolo di Vienna e anche il più importante monumento gotico dell'Austria. Se sei allenata e non ti spaventano le grandi altezze, ti consigliamo di salire i 343 gradini della torre alta 136,44 metri, da cui si gode una vista sconfinata su tutta la città.

- L'Hofburg, uno dei più grandi palazzi imperiali esistenti al mondo, per secoli residenza degli Asburgo. È possibile visitare sontuosi edifici con giardini, musei, gli appartamenti degli Asburgo, la Scuola di equitazione spagnola.

L'Hofburg fu per secoli la residenza degli Asburgo.



Oral-B iO™

GO
ELECTRIC

PER UNA PULIZIA **WOW**



• L'innovativo MuseumsQuartier (MQ), uno dei complessi culturali più grandi del mondo.

• La secessione e i grandi edifici in stile liberty. A loro è dedicato un tour cittadino: Jugendstil e Modernismo nell'architettura.



I caffè viennesi, dove gustare i sapori tipici locali.



Vienna, attraversata dall'affascinante Danubio.



Il castello di Schönbrunn, qui gli Asburgo trascorrevano l'estate.

• La Vienna del palato. Non puoi tralasciare un giro al Nashmarkt, il mercato tempio dei sapori mitteleuropei. Sui banchi troverai pasticceria, pani e salumi di ogni tipo, verdure colorate, fiori, pesci freschi e affumicati, cibi etnici, spezie e goulasch fumante. Senza dimenticare cioccolaterie e caffè.

• Ripercorri le tracce dei grandi compositori che hanno vissuto e lavorato a Vienna, come Mozart, Strauss, Beethoven e Haydn.

• Un concerto dei Wiener Philharmoniker, una delle migliori orchestre al mondo.

• Il Ring, il viale monumentale che racchiude il centro storico di Vienna, lungo i larghi marciapiedi del quale sfilano palazzi monumentali, giardini fioriti, musei e istituzioni, caffè e grand hotel.

• Se il tempo te lo permette, fai un salto al Prater, il grande parco pubblico della città, dove è situata la ruota panoramica.

• Sul canale del Danubio troverai la zona dedicata al graffitismo più estesa della città.

• Il castello di Schönbrunn, residenza estiva degli Asburgo.

• Le terme di Vienna. Sono le terme cittadine più grandi e moderne d'Europa, apprezzate già ai tempi degli antichi romani.

Charlie™

Un nome, una fragranza,
una storia

OGGI
TI SENTI
PIÙ...



FEMMINILE?

Charlie Blue EDT

Esprime sicurezza e femminilità per
la donna libera e anticonformista



SENSUALE?

Charlie Red EDT

Sinonimo di sensualità e passione per la
donna consapevole del proprio fascino



Fin da metà novembre i tanti banchetti illuminano a festa tutta la città.

UN TRIONFO DI LUCI:

I mercatini di Natale

Da metà novembre fino a Natale, le più belle piazze della città si trasformano in incantevoli mercatini natalizi. Nell'aria sentirai il profumo di biscotti, di punch caldo e mandorle tostate. Tutto intorno vedrai le luminarie che avvolgono la città in un'atmosfera di festa.



Non solo shopping: nei mercatini si può anche pattinare sulle piste ghiacciate.



Le ricchissime decorazioni, abbelliscono le strade del centro nel periodo di Natale.



Le regole. Allo stato attuale, viste le misure anti Covid, l'accesso ai mercatini è consentito alle persone vaccinate, guarite dal Covid o con tampone negativo.

- In Rathausplatz un'alta arcata con candele accoglie i visitatori all'ingresso della piazza del Municipio. Con le sue 125 bancarelle, il tradizionale mercatino natalizio offre articoli da regalo, decorazioni per il tuo albero natalizio, prodotti artigianali, specialità culinarie, dolci, bevande calde. Se ti munisci di pattini, poi, al "Piccolo incanto del Ghiaccio" potrai pattinare su una superficie ghiacciata tra i sentieri.
- Villaggio natalizio di Maria-Theresien-Platz. Ha circa 70 stand con oggetti di artigianato e idee regalo.
- L'Antico Mercatino natalizio viennese nel Freyung, nel centro storico, risale al 1772. Qui dalle 16 risuona la festosa melodia dell'avvento.
- Mercatino di Natale alla Reggia di Schoenbrunn. Vi si possono trovare manufatti tradizionali, decorazioni natalizie realizzate a mano, concerti natalizi e un programma di attività per bambini.
- L'imperialregio mercatino natalizio nella Michaelerplatz di fronte alla Hofburg, presenta nelle sue bianche casette soprattutto prodotti di artigianato austriaco, dolci, soldatini di stagno, presepi realizzati a mano e molto altro.
- Al Mercatino invernale di fronte alla Ruota panoramica il divertimento lo fa da padrone, all'insegna del "Prater in versione rock". Qui fino al 9 gennaio i bambini possono trascorrere il tempo tra divertenti corse sulle giostre, intrattenimento musicale dal vivo - dal gospel al soul, al pop - e un divertente programma di spettacoli.

Tesori d'Oriente



ESSENZE DI BENESSERE



AYURVEDA
Il rituale dell'armonia

CON OLIO DI AMLA E PATCHOULI
Fragranza eterea e radiosa, texture avvolgenti e rigeneranti,
per una sensazione di armonioso benessere.

5 MINUTI IN MASCHERA CONTRO LO STRESS

Pelle dall'aspetto più sano e radioso in soli 5 minuti? Come direbbero le Pink Ladies: «Tell me more! Tell me more!». La novità arriva da maschere per il viso che racchiudono tutto il potere dell'ampolla in una per risultati strabilianti in, appunto, soli 5 minuti. E io ho proprio bisogno di quei 5 minuti perché siamo all'inizio dell'autunno e la pelle del mio viso appare già spenta e affaticata. Che stress!



Tra i vari prodotti sullo scaffale io consiglio 3 prodotti d'eccellenza ad alta concentrazione di dermoattivi e super food:

- **La Maschera Ampolla Detox** è formulata con il 2% di Niacinamide ed Estratto di Cavolo Nero per purificare e opacizzare le pelli miste e grasse.
- **La Maschera Ampolla Rassodante** invece è formulata con l'1% di Acido Ialuronico con Estratto di Anguria per rimpolpare e idratare visibilmente le pelli marcate dai primi segni dell'età e contrastare gli effetti dell'invecchiamento cutaneo.
- **La Maschera Ampolla Anti-fatica** infine ha una formula composta dall'1% di Vitamina C ed Estratto di Ananas appositamente studiata per illuminare e donare un aspetto sano e radioso alle pelli spente, stanche e indebolite dallo stress.

Come potete immaginare, io ho scelto la **Maschera Ampolla Anti-fatica** che, in questi giorni in cui lo specchio non mi è particolarmente amico, mi regala una soluzione pratica e veloce per vedermi

al meglio. Basta aprire la maschera e applicarla con cura sulla pelle deteresa, adattarla al viso e prendermi 5 minuti di relax prima di iniziare la giornata et voilà. Passato il tempo necessario rimuovo infine la maschera e massaggio il prodotto in eccesso sul viso con le dita o con un dischetto di cotone.

Facile, stress-free e soprattutto confortevole. Dovete sapere infatti che queste maschere sono realizzate con un rivoluzionario tessuto in fibre trasparenti derivate da alghe marine che garantiscono una confortevole sensazione di "seconda pelle" risultando confortevoli per applicazioni in qualsiasi momento della giornata. In più sono vegane e non presentano alcun ingrediente o derivato di origine animale, e il formato del pack è stato ridotto per limitare gli sprechi per sentirvi di aver fatto qualcosa di buono non solo per noi stesse.

Ricordiamoci sempre però che qualsiasi tipo di maschera ha bisogno di un'accurata pulizia del viso prima di essere applicata. L'**Acqua Micellare** ad esempio è un prodotto tutto in uno, pratico e veloce, per detergere il viso in profondità e allo stesso tempo struccare in modo

efficace viso, occhi e labbra. Anche la pulizia quotidiana del viso diventa così efficace e rapidissima, per essere subito pronte per la nostra beauty routine e iniziare o finire la nostra giornata con una pelle non solo deteresa, ma anche rinfrescata.

E ora che sono passati i 5 minuti, vado a togliermi la maschera! Ma prima ecco il mio consiglio.

PRODOTTI CONSIGLIATI



LINEA MASCHERE
AMPOLLA + ACQUA
MICELLARE
di Garnier

Laurella ha a cuore la tua sensibilità.

È un argomento intimo: lo affrontiamo senza essere irritanti.



Bio-Cotton® è un marchio registrato per i cotone organici certificati da Fa-Ma Jersey SpA

La nuova linea di assorbenti e proteggislip
100% cotone biologico a contatto con la pelle



ECCO COME RISPARMIARE ACQUA QUANDO LAVIAMO I PIATTI

Quando vado a pranzo o a cena da mia madre, sembra sempre Natale. Per ogni pietanza, il menu ne prevede almeno tre, cambia tutte le volte piatto e posate: “tanto poi, c’è la lavastoviglie”, dice. Peccato però, che si ostini a sciacquare piatti, posate e bicchieri prima – “perché se no non vengono bene” - facendo il doppio del lavoro e sprecando un bel po’ di acqua. Un’operazione senza senso, a mio avviso. I miei tentativi di dissuaderla finora sono stati vani ma per fortuna c’è chi la pensa come me, è infatti attiva una campagna di sensibilizzazione antispreco interessantissima, che tutela le eccellenze agricole italiane ed è intitolata: **Acqua nelle nostre mani**.

Il progetto nasce nel 2019 in collaborazione con FAI, Bosch, Future Good Institute e National Geographic per educare a un uso responsabile dell’acqua. Solo in Italia, infatti, vengono consumati annualmente 26 miliardi di metri cubi di acqua potabile, di cui ben il 60% viene utilizzato solo per uso agricolo*. Le nostre falde acquifere rischiano di esaurirsi a causa dei cambiamenti climatici e il consumo medio delle famiglie è tra i più alti in Europa.

Sicuramente mia madre non se ne è ancora resa conto, ma eliminando la cattiva abitudine di sciacquare i piatti prima di caricare la lavastoviglie, a oggi ancora praticata dal 56% degli italiani, **si risparmiano fino a 38 litri di acqua***. Direi che vale la pena pensarci su la prossima volta. Inoltre, è consigliato utilizzare i prodotti per la lavastoviglie che garantiscono pulizia e brillantezza in lavastoviglie anche senza prelavaggio. Scegliamo allora quelli igienizzanti che eliminano grasso, germi e batteri, che sgrassano meravigliosamente senza lasciare alcun residuo. Personalmente preferisco quelli con limone perché a me piace il suo profumo che sa di pulito. La sua azione sgrassante elimina il grasso più ostinato, e rimarrete sorpresi dallo splendore dei nostri piatti. A chi preferisce una soluzione più pratica invece, suggerisco di provare il formato



in **pastiglie gel** che è più semplice da dosare e il suo potere pulente è davvero imbattibile: elimina i residui di cibo incrostati anche da padelle e teglie. Non so voi, ma io benedico ogni giorno chi ha inventato la lavastoviglie e cerco di mantenerla sempre in ordine e funzionante, quindi cerco prodotti che mi aiutino anche in questo: oltre a pulire e

igienizzare, devono rimuovere lo sporco e il calcare nascosti, causa di cattivi odori; evitando così malfunzionamenti e facendomi risparmiare sui costi di manutenzione oltre che di energia. Ricordiamoci che usare la lavastoviglie non ci solleva soltanto dal compito gravoso di lavare i piatti a mano ma **ci fa risparmiare fino all’87% di acqua***!

PRODOTTO CONSIGLIATO



FINISH QUANTUM, FINISH QUANTUM +IGIENE GEL, E FINISH QUANTUM ULTIMATE raccomandato da Napisan

TENA®

**Così sottile.
Protegge come TENA.**

TENA Discreet. Così poco spessore.
Così rapido quando assorbe.

E sono me stessa



TENA Discreet Mini offre discrezione e protezione.

Questo assorbente è molto discreto pur assicurando Tripla Protezione da perdite, odori e sensazione di bagnato sulla pelle.

Richiedi un campione gratuito su tena.it o chiama

NUMERO VERDE
(800) 890 159

È un dispositivo medico CE.

Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni d'uso.

Autorizzazione Ministeriale del 30/03/2020



AD OGNI STAGIONE LA SUA HAIR CARE ROUTINE!

D'inverno le giornate finiscono prima, la luce lascia il posto alla notte troppo presto e a risentirne a volte non è solo l'umore, ma anche i capelli che appaiono più sfibrati, appesantiti e poco nutriti. I capelli, si sa, sono un bel biglietto da visita e la cura non fa per nessun motivo sottovalutata. Per fare la differenza un modo, semplice e sicuro, c'è. Per ridonare luce alla chioma e dare nuovamente lucentezza basta scegliere la linea Olio Straordinario di Elvive. Una gamma con fiori preziosi e dalle proprietà stupefacenti, adatta proprio a nutrire i capelli secchi e disidratati. Prodotti, dallo shampoo al balsamo alla maschera nutriente che dona ai capelli morbidezza infinita e fluidità

prodigiosa, fino alla protezione dal calore. Come L'Olio Sublimatore, il trattamento senza risciacquo con 6 oli di fiori preziosi che nutre e sublima i capelli secchi e spenti, donando nutrizione, tocco vellutato e lucentezza senza appesantire. L'olio può essere usato prima o dopo la deterzione, prima dell'asciugatura per disciplinarli al meglio, ma anche alla fine sui capelli asciutti per renderli ancora più lucenti. Così i capelli torneranno a splendere, raccontando molto di quello che sei: Olio Straordinario di Elvive è la linea di trattamenti che aiuta a rendere i capelli brillanti più a lungo e a dare vitalità alle fibre per avere sempre una chioma morbida e lucente. Qualche piccolo accorgimento per affrontare meglio le giornate più fredde e per sentirsi belle e sempre a posto con se stesse.



FOCUS LABBRA: OVERLINING LIPS

Da Instagram ai red carpet arrivano le tendenze di stagione in fatto di beauty e make-up. Le "labbra overlining" strizzano l'occhio agli anni '90 e sono ampiamente apprezzate dalle star per il loro approccio furbetto e correttivo senza dover ricorrere al filler o alla chirurgia estetica. È il trucco perfetto per chi ha labbra sottili o per chi vuole volumizzarle facendole sembrare rimpolpate in un modo naturale. Gli step per realizzarle sono pochi e semplici: il primo step è importante eseguire una lip care routine. Applica uno scrub labbra per rimuovere secchezza e pellicine che potrebbero intralciare l'effetto finale del make-up; prepara poi una base stendendo delicatamente un velo di fondotinta su tutta la bocca e il contorno labbra. Con una matita

labbra definisci l'arco di cupido: questo è lo step più importante per conferire alle "overlining lips" la forma desiderata. È fondamentale tracciare il contorno a pochi millimetri dalla naturale linea della bocca, poiché questo passaggio consente di ridisegnare, correggere o semplicemente aumentare dimensioni delle labbra e ottenere quell'effetto volumizzante tanto desiderato. Completa il tutto riempiendo le labbra con matita stessa o con una nuance di rossetto della medesima tonalità: parti sempre dagli angoli esterni sfumando delicatamente verso il centro, aiutandoti anche un pennellino labbra. Per un look tridimensionale, concludi applicando un tocco di gloss: l'effetto sarà molto naturale e le labbra appariranno visibilmente più voluminose, piene e rimpolpate!

#BEACQUA&SAPONE





Silver-Care[®] Plus



ANTIBATTERICO



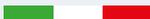
INTERCAMBIABILE



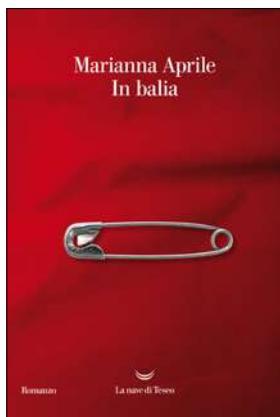
ECOLOGICO

TESTINA IN ARGENTO
INTERCAMBIABILE

silvercareone.com   


MADE IN ITALY



LETTURE PER **NOVEMBRE****IN BALIA**

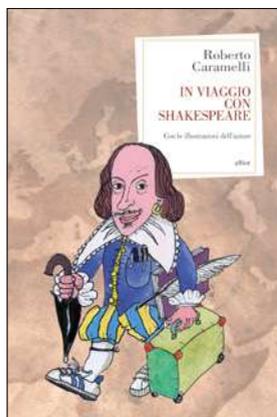
di Marianna Aprile
| Ed. La nave di Teseo

Virginia Rocchi è una giornalista freelance quarantenne, immersa in un precariato professionale e sentimentale, entrambi vissuti come sventure. Almeno finché una serie di fortuite circostanze non li svela per quel che sono: scelte inconsapevoli ma in tutto coincidenti con la sua vera natura. Un po' nomade e irrequieta, sempre a inseguire storie delle vite degli altri che la distruggono dall'occuparsi della propria. Sarà proprio una di queste storie, ricostruita a partire da una spilla da balia avvolta in un cartiglio con l'enigmatica frase "La sua unica colpa è di aver amato un uomo", che la condurrà in un nuovo capitolo della sua vita, interrogando lei (e la sua sgangherata famiglia di amici) su cosa e quanto si possa perdonare e a chi.

**IL MAIALINO DI NATALE**

di J.K. Rowling | Ed. Salani

Jack adora il suo maialino di pezza, Mimalino, detto Lino. È sempre lì per lui, nei giorni belli e in quelli brutti. Una vigilia di Natale, però, succede una cosa terribile: Lino si perde. Ma la vigilia di Natale è il giorno dei miracoli e delle cause perse, è la notte in cui tutto può prendere vita... anche i giocattoli. Jack e il suo nuovo pupazzo, il Maialino di Natale (fastidioso sostituto fresco di negozio), si imbarcano in un piano audace. Insieme intraprenderanno un viaggio mozzafiato nella Terra dei Perduti, dove - con l'aiuto di un portapranzo parlante, di una bussola coraggiosa e di un essere alato di nome Speranza - cercheranno di salvare il migliore amico che Jack abbia mai avuto. Dal genio di J.K. Rowling, una delle più belle storie di Natale mai scritte.

**IN VIAGGIO CON SHAKESPEARE**

di Roberto Caramelli | Ed. Elliot

Stratford-upon-Avon è una delle più importanti destinazioni culturali del mondo. Città natale di Shakespeare, vi si possono visitare i luoghi della sua vita, dalla casa in cui nacque alla chiesa in cui fu sepolto. Questo saggio, sul modello di una vera e propria guida di viaggio (con tanto di indicazioni stradali e notizie di ogni sorta), frutto di anni di esplorazioni, porta il lettore nei luoghi culto della vita e delle ambientazioni del Bardo, non solo in Inghilterra ma anche in numerosi altri siti d'Europa. Ricco di consigli e curiosità, tra hotel infestati da fantasmi e suggestioni cinematografiche, *In viaggio con Shakespeare* è la guida definitiva per chiunque voglia esplorare i luoghi di uno degli autori più importanti di tutti i tempi.

**L'ORACOLO DELLA PASSIONE**

Ed. Sperling & Kupfer

Si dice che gli autori (una coppia che ha fatto giurare all'editore di tenere segreta la loro identità) durante il lockdown abbiano setacciato e selezionato una mole enorme di materiale tra cui antichi testi vedici, diari segreti di sessuologi e antropologi, tradizioni sciamaniche nonché diverse pellicole dimenticate. Il risultato sono oltre 150 passatempi romantici, sexy, trasgressivi, sperimentali e perfino hot per ridare emozione, piacere, divertimento e tanto eros al tempo che passate insieme. Aprite l'Oracolo a caso, confidando nel destino; oppure scegliete una delle cinque categorie per assecondare il vostro mood; magari andate a naso, anzi «a occhio», individuando l'immagine che più vi incuriosisce; o anche ritagliate l'idea con la quale volete coinvolgere il vostro partner e fategliela trovare nascosta da qualche parte!

LA REDAZIONE CONSIGLIA

**LA GITA IN BARCHETTA**

di Andrea Vitali | Ed. Garzanti

Nella Bellano di inizio 1963, Annibale Carretta dovrebbe essere conosciuto come ciabattino. Dovrebbe, perché la sua indole è sempre stata un'altra. Nato «strusciatore di donne», uno che approfitta della calca per fare la mano morta, nella vita ha rimediato più sganassoni che compensi per le scarpe che ha aggiustato. Ed è finito in miseria, malato e dimenticato dai più. Ma non dalla presidentessa della San Vincenzo, che sui due locali di proprietà del Carretta, ha messo gli occhi. Vorrebbe trasformarli nella sede della sua associazione. Per questo ha brigato per farlo assistere da una giovane associata, Rita Cereda, detta la Scionca, con il chiaro intento di ottenere l'immobile in donazione. E in parte ci riesce anche, se non fosse che quelle due stanze del Carretta ora a Rita farebbero parecchio comodo...

L'ultimo lavoro di Andrea Vitali è una nuova, godibilissima sorpresa, da leggere d'un fiato.



Da oltre 40 anni noi di Virosac uniamo passione, tecnologia e produzione Made in Italy. Creiamo prodotti con materiali innovativi ed ecosostenibili che concretamente riducono l'impatto ambientale. La nostra è la storia di chi, da sempre, fa del rispetto per la natura una condizione essenziale in tutte le fasi di produzione. Siamo diventati il primo brand italiano nei sacchi bio per la conservazione degli alimenti e per i rifiuti. Ed è così che continuiamo a sviluppare prodotti che soddisfano le esigenze di tutti, anche dell'ambiente.

OROSCOPO NOVEMBRE 2021



Ariete

AMORE: Single. Venere, minacciosa a partire dal 5, ti consiglia di valutare quali sfide vale la pena affrontare. La parte più fortunata del mese per quanto riguarda gli incontri è senza dubbio l'ultima.

In coppia. Se c'è qualcosa che non va, è consiglio di parlarne con calma.

BELLEZZA: Venere in quadratura consiglia di curare maggiormente l'aspetto fisico.

BENESSERE: Soprattutto nella prima parte del mese, attenzione alle legendarie collere arietine, che possono rivelarsi debilitanti, portando qualche mal di testa.



Toro

AMORE: Single. Venere, che il 5 tornerà protetta, ti aiuterà a vivere bei momenti d'amore.

In coppia. Marte e Mercurio opposti portano maretta anche nelle coppie migliori: attenzione alla possessività.

BELLEZZA: Sei governata da Venere, di conseguenza sei molto bella e attraente ma adesso, con il pianeta dell'amore che resterà in un segno di terra per ben quattro mesi, lo sarai ancora di più.

BENESSERE: In questo periodo stai lavorando molto, ecco perché sei piuttosto stressata. Copriti bene, perché altrimenti la gola potrebbe risentirne.



Gemelli

AMORE: Single. Questo Mercurio ti consiglia di guardarti bene attorno in questo periodo e di non fidarti di tutti quelli che incontri. Giornate fortunate quelle del 2 e del 3.

In coppia. Venere non più opposta ti consiglia di approfittare della prima parte di questo mese per risolvere eventuali problemi.

BELLEZZA: Durante questo mese ti consiglio di adottare un abbigliamento più casual e di curare il tuo fisico.

BENESSERE: Ti vedo un po' stressata: non fare le ore piccole e distribuisci le tue energie in modo corretto.



Cancro

AMORE: Single. Nei primi giorni del mese abbiamo ben cinque pianeti in segni d'acqua, che ti aiutano a fare incontri interessanti.

In coppia. Venere opposta porta un po' di noia nel rapporto, con la conseguente tentazione di salpare verso altri lidi. Ma il consiglio è quello di contare fino a diecimila prima di agire...

BELLEZZA: Durante la prima parte ti consiglio di osare un pochino con l'abbigliamento.

BENESSERE: Se ti lamenti adesso, ricordati come stavi a ottobre perché questo è un mese di recupero per quanto riguarda il benessere.



Leone

AMORE: Single. La prima parte del mese sembra non portare grandi risultati, al contrario della seconda che presenta una congiunzione Sole-Mercurio nel tuo quinto campo: se ti piace una persona non avere paura del rifiuto e buttati.

In coppia. Hai una forte tendenza a dominare chi ti circonda ma se vuoi evitare conflitti, controllati.

BELLEZZA: Nella prima parte del mese ti consiglio un abbigliamento casual, ma dal 22 potrai essere sexy quanto vorrai.

BENESSERE: Saturno è opposto e Marte in quadratura per tutto il mese: cerca di non fare l'eroina!



Vergine

AMORE: Single. La congiunzione tra Urano e il pianeta dell'amore favorirà i colpi di fulmine.

In coppia. La prima parte è senza dubbio la migliore per i grandi progetti come ad esempio un matrimonio, un figlio, una convivenza.

BELLEZZA: Soprattutto nella prima parte del mese, cerca di osare di più, anche con l'abbigliamento.

BENESSERE: Si parte bene, ma man mano che ci avviciniamo alla seconda parte del mese sarai sempre più stanca. Quando e se puoi, riposati e ritagliati momenti di relax.



Bilancia

AMORE: Single. Non essere troppo schizzinosa quando si tratta di trovare l'amore e apriti a svariate situazioni, altrimenti la persona giusta potrebbe non arrivare mai.

In coppia. Venere in quadratura porta un po' di maretta soprattutto nelle relazioni a distanza.

BELLEZZA: Nella prima parte del mese potresti sentirti poco attraente, ma man mano che ci avviciniamo alla fine del mese le cose andranno meglio.

BENESSERE: Cielo buono a partire dal 22. Se già vai in palestra, ottimo momento per intensificare l'allenamento.



Scorpione

AMORE: Single. La prima parte del mese, con molti pianeti nel segno, è senza dubbio la migliore per andare a caccia, perché potresti trovare delle prede molto "appetitose".

In coppia. Marte nel segno aumenta la passione e la voglia di amare.

BELLEZZA: Già di nascita sei magnetica, attraente, ma con Marte nel segno e Venere favorevole lo sarai ancora di più.

BENESSERE: Ti vedo molto energica, soprattutto nella prima parte del mese con Sole e Marte nel segno. Ottimo momento per iscriversi in palestra o intensificare l'allenamento.



Sagittario

AMORE: Single. Saturno aiuta a stringere rapporti duraturi, soprattutto se nascono nella seconda parte del mese, con il Sole e Mercurio nel segno.

In coppia. Soprattutto se hai più di trent'anni, con questa Venere in Capricorno cominci a cercare riferimenti affettivi stabili.

BELLEZZA: All'inizio del mese cerca di sfoggiare un look più casual: a partire dal 22, quando il Sole entrerà nel segno, potrai osare di più.

BENESSERE: Nella prima parte del mese, complice Nettuno in quadratura, ti vedo ansiosa, stressata, ma dal 22 tornerà l'ottimismo tipico sagittariano.



Capricorno

AMORE: Single. A partire dal 5, con Mercurio che torna finalmente amico, potrai fare degli incontri interessanti: non ti chiudere e parti all'attacco!

In coppia. Venere nel segno e Marte favorevole ti consigliano di staccare la spina dal lavoro e divertirti di più con il partner.

BELLEZZA: Il consiglio delle stelle è quello di indossare qualcosa di grigio, visto che è il tuo colore, perché ti porterà fortuna.

BENESSERE: Buone notizie per quanto riguarda il benessere, soprattutto durante la prima parte del mese, che è quella più energica.



Acquario

AMORE: Single. Da una forte amicizia, nella seconda parte del mese, può nascere un grande amore, anche duraturo.

In coppia. Marte in quadratura per tutto il mese porta una grande conflittualità, anche sotto il punto di vista erotico.

BELLEZZA: Si parte in sordina ma, man mano che ci avviciniamo a dicembre, le cose miglioreranno. Tra il 29 e il 30 una bella Luna in Bilancia aumenta il tuo fascino.

BENESSERE: Saturno ti rende molto stanca, soprattutto nella prima parte del mese. Attenzione ai colpi di freddo e alla schiena, tuo punto debole.



Pesci

AMORE: Single. La prima parte è quella migliore, con molti pianeti in trigono tra cui Mercurio, e con Giove, che a breve entrerà nel segno.

In coppia. Venere torna favorevole a partire dal 5, permettendoti di fare grandi progetti come un matrimonio, una casa, un figlio.

BELLEZZA: Un bel verde acqua starebbe benissimo sui tuoi vestiti.

BENESSERE: Le stelle ti consigliano di fare palestra o di intensificare l'allenamento, in vista del transito di Giove nel settore dell'aspetto fisico. La parte più energica è la prima.

A Natale Regala una Stella



Stella d'Oro

Perlier ha racchiuso
il profumo delle Feste in
un Bagno Schiuma prezioso
**Ideale da regalare e
da regalarsi.**

PERLIER