



ACQUA & SAPONE®

Design

PIASTRELLE: LA GIUSTA
POSA VALORIZZA
I TUOI SPAZI

Psiche

IL NATALE PERFETTO
NON ESISTE



PAOLA
IEZZI
e JAKE
LA FURIA

LA RINASCITA È ROCK!



IL FREDDO TI FA BELLA

Make Up

UNO SGUARDO
AMMALIANTE
SULLE FESTE

Moda

BORDEAUX E AZZURRO:
LA COMBO GLAM DEL
MOMENTO

Capelli

TUTTE PAZZE
PER IL GINGER
SPICE



UNA COLLABORAZIONE INEDITA E GLAMOUR:
I BEAUTY KIT BY



OGNI **BEAUTY KIT** INCLUDE UNA SELEZIONE DEI
PRODOTTI BEST-SELLER DI **DEBORAH MILANO**,
ABBINATI A UN GIOIELLO ESCLUSIVO FIRMATO **MORELLATO**

SCEGLI TRA:

UNA RAFFINATA
COLLANA PUNTO LUCE



UN ORIGINALE **BRACCIALE**
CON BOULE ROSSA SMALTATA



IN QUESTO NUMERO...

06 | EVENTI

Gli appuntamenti da non perdere

10 | BELLEZZA

Nel beauty di una diva: Katia Buchicchio
pag. 14 – Il prodotto del mese: il fondotinta

pag. 16 – Make up: a Natale punta tutto sullo sguardo!

pag. 18 – Ginger spice, il colore che illumina la tua chioma

pag. 26 – Mani e labbra screpolate? Non più!

22 | IL PROPOSITO DEL MESE

Il Natale perfetto non esiste: liberati dalle aspettative impossibili

28 | STAR MESE

Paola Iezzi, una vita senza compromessi
pag. 34 – Jake La Furia, dal cemento di Milano al palco di "X Factor"

38 | SPECIALE PREVENZIONE

Acqua & Sapone e LILT trasformano i parcheggi in luoghi di consapevolezza

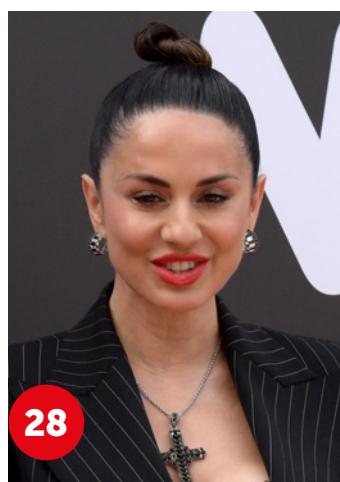
40 | MODA AUTUNNO

Bordeaux e celeste... coppia ultra glam!
pag. 44 – Stivaletti di tendenza

46 | BENESSERE

Allenati senza rischi per evitare strappi e lesioni muscolari

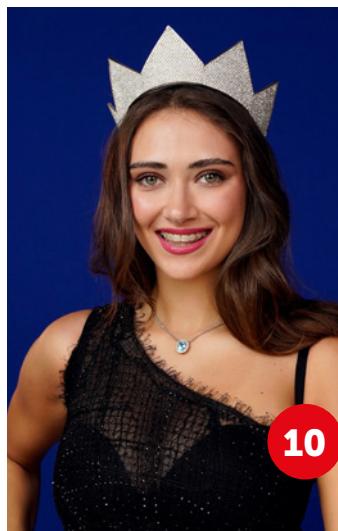
pag. 50 – Mal di schiena? Prova i cerotti per un sollievo immediato!



28

Star mese

Paola Iezzi



Nel beauty di una diva

*Katia
Buchicchio*

52 | DESIGN & OUTDOOR

Piastrelle... in posa!

pag. 56 – Tutti i segreti per usare al meglio l'ammorbidente

60 | CUCINA

Un Natale tutto da gustare

66 | VITA DA MAMMA

Il Calendario dell'Avvento? Non effetti speciali ma esperienze che uniscono

68 | AMICI A 4 ZAMPE

Feste natalizie a prova di gatto!

72 | SPECIALE BLOGGER

Il blog di Kay

76 | ACQUA&SAPONE SOCIAL

Tutte le chicche migliori... direttamente dai nostri profili!

78 | RUBRICHE

pag. 78 – Le novità nelle sale

pag. 80 – Le ultime uscite in libreria

pag. 82 – I consigli delle stelle



Vedi anche i numeri precedenti direttamente sul tuo smartphone utilizzando il QR code

#EVASALUTE

DIRETTRICE RESPONSABILE
SILVIA SANTORI
silvia.santori@edizioniempire.it

GRAFICA: MAURO CASSANDRA

PRINCIPALI COLLABORATORI:
SILVIA AMENDOLA

Terry Alaimo, Fabio Codini, Lucrezia Giordano, Fabiola Orsini, Siria Reggiani, Safiria Ricci, Sonia Russo

FOTO E ILLUSTRAZIONI:
Shutterstock, Kikapress e internet

VIENI A TROVARCI SU:
facebook.com/evasalute

EDIZIONI EMPIRE S.R.L.

DIREZIONE E AMMINISTRAZIONE
Via Emilio Cornalia, 19 - 20124 Milano
Tel 0258126061

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'autore. 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'autore è a disposizione degli avenuti diritti per regolare eventuali spettanze.



Carta certificata PEFC mix credit

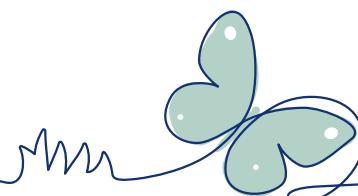
ATTENZIONE:

La disponibilità dei prodotti pubblicizzati va verificata nei punti vendita



Smart Paper

NUOVO LOOK
STESSA QUALITÀ



Nicky mantiene la qualità di sempre ma si veste di nuovo con uno stile grafico fresco e leggero per guidarti in una scelta più facile, immediata e consapevole.

www.nicky.eu



**Fino al 6 gennaio**
NATALE A BRESSANONE

A Bressanone il Natale è un sogno che si accende tra le Dolomiti. Dal 21 novembre al 6 gennaio la città altoatesina si trasforma in un palcoscenico di luci, profumi e melodie. La sera del 27 novembre 2025 inizia ufficialmente il Mercatino di Natale, ma già nei giorni precedenti eventi speciali e attività meravigliose accompagneranno grandi e piccoli nell'atmosfera più magica dell'anno. In Piazza Duomo, tra bancarelle di artigianato, vin brûlé e sapori locali, si respira la vera tradizione altoatesina. Intanto alla Hofburg brilla la spettacolare Licht- & Musicshow "OOPS", con due rappresentazioni serali mozzafiato. Un invito a lasciarsi incantare e a vivere la meraviglia del periodo più bello dell'anno.

Da Catania a Milano
"UN MAGICO NATALE CON CAROLINA"

Dopo il successo della tournée natalizia, Carolina Benvenuta torna a teatro con *Un magico Natale con Carolina*, una nuova avventura tra musica, balli e magia. Quando una nevicata rischia di rovinare i festeggiamenti, sarà la maestra Carolina a riportare gioia e spirito di squadra. Lo spettacolo toccherà tante città italiane dal 23 novembre al 6 gennaio, da Napoli a Milano, da Roma a Catania. Uno show pensato per tutta la famiglia, tra emozioni e sorprese. Biglietti su ticketone.it.

GLI APPUNTAMENTI DA NON PERDERE



"PAZZA IDEA" A TORINO

Al Museo Nazionale del Cinema

Al Museo Nazionale del Cinema di Torino prosegue, e sarà visitabile fino al prossimo 9 marzo, *Pazza idea. Oltre il '68: icone pop nelle fotografie di Angelo Frontoni*, un percorso che attraversa due decenni di trasformazioni culturali e sociali. Le immagini del grande fotografo romano raccontano con ironia e seduzione i volti più celebri tra cinema, musica, moda e televisione: da Jane Fonda a Raffaella Carrà, da Brigitte Bardot a Patty Pravo. La mostra si sviluppa tra installazioni immersive e oltre 200 scatti che restituiscono lo spirito trasgressivo e barocco dell'epoca, arricchiti da una playlist Spotify che accompagna i visitatori lungo l'esperienza. Un viaggio tra provocazione, identità e memoria che dialoga con il presente. Per info e orari: www.museocinema.it.



"FOCUS LIVE 2025 – PASSIONE"

A Milano, dal 7 al 9 novembre

Dal 7 al 9 novembre il Museo Nazionale Scienza e Tecnologia di Milano ospita *Focus Live 2025 – Passione*, il festival del sapere firmato Focus. Tre giorni gratuiti (su prenotazione) con oltre 100 eventi tra talk, esperienze immersive e laboratori per grandi e piccoli, all'interno dell'area Cavallerizze. Ad aprire la kermesse sarà Samantha Cristoforetti con le sue "passioni spaziali", seguita da scienziati, artisti, sportivi e divulgatori che porteranno il pubblico in un viaggio che spazia dal Big Bang all'intelligenza artificiale, dalla genetica alla musica. Tra le novità, un planetario gonfiabile, aree experience ancora più ricche e un grande laboratorio per bambini.



"ROMA JAZZ FESTIVAL"

Al via la 49esima edizione della rassegna

Dal 1° al 23 novembre Roma si accende con la 49^a edizione del *Roma Jazz Festival*, una rassegna che unisce grandi star internazionali, nuove promesse e contaminazioni tra musica, teatro e letteratura. Oltre venti giorni di concerti ed eventi tra l'Auditorium Parco della Musica Ennio Morricone, la Casa del Jazz, il Monk e, per la prima volta, la suggestiva Abbazia di Fossanova a Priverno. In programma nomi come Makaya McCraven, David Murray Quartet, Bilal, Amaro Freitas, Peter Erskine Dr.Um Band, Cecile McLorin Salvant, oltre a progetti speciali come l'orazione civile di Gianrico Carofiglio e i concerti per bambini con Fiabe Jazz.



Everby

every beauty

Interpreta una nuova idea di skincare:
naturale, raffinata, tecnologicamente avanzata.
Formule di ultima generazione, sviluppate con attivi che offrono
performance d'eccellenza nel pieno rispetto della pelle e dell'ambiente.

100% Made in Italy | Certificata Naturale Plant Based



PLANT
BASED



erboristica.com

**In Abruzzo****NATALE NEL BORGO DI TUSSIO**

Torna Natale nel Borgo di Tussio (AQ) sabato 29 e domenica 30 novembre: due giorni di mercatini tra luci, musica, artigianato e prelibatezze locali. Strade e piazzette del piccolo borgo aquilano si animeranno di giochi, animazione per bambini, zampognari e food truck con prodotti tipici come tartufo, ceci e zafferano. Tra cantine piene di strenne e antichi mestieri, Babbo Natale non mancherà di accogliere grandi e piccini in un'atmosfera calda e magica, tra l'incanto e l'attesa delle festività natalizie.

**Il trio in scena
GEMELLI DI GUIDONIA**

Dopo il grande successo della scorsa stagione, tornano i Gemelli di Guidonia con *Intelligenza Musicale 2.0*, un mix irresistibile di comicità, musica e tecnologia che conquista il pubblico con ironia e ritmo. Il trio formato dai fratelli Eduardo, Gino e Pacifico Acciarino porta in scena un viaggio tra note e intelligenza artificiale, dove la musica si reinventa grazie a strumenti digitali, effetti sonori e interazioni in tempo reale. A novembre il tour fa tappa il 15 al Teatro Apollo di Mogliano (MC), il 22 al Teatro Bellini di Adrano (CT) e il 29 al Teatro Comunale di Casalmaggiore (CR), per poi proseguire a dicembre e nel nuovo anno con nuove date in tutta Italia.

**“I TRE MOSCHETTIERI - OPERA POP”**

Lo spettacolo fa tappa in diverse città, da Livorno a Torino

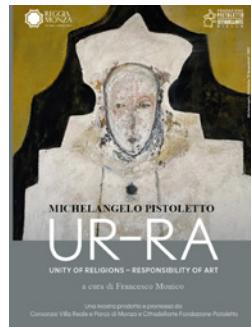
Dopo il successo da oltre 30mila spettatori della scorsa stagione, torna *I Tre Moschettieri - Opera Pop*, lo spettacolo diretto da Giuliano Peparini che reinventa il capolavoro di Dumas fondendo teatro, danza e musica originale firmata da Giò Di Tonno. Un viaggio scenico visionario, dove duelli diventano coreografie e i temi universali di amicizia, amore e onore risuonano in chiave moderna. Sul palco un cast di grandi voci del musical italiano come Giò Di Tonno, Vittorio Matteucci e Graziano Galatone, insieme a giovani talenti. A novembre, la tournée nazionale fa tappa a Livorno (11-12 novembre, Teatro Goldoni), Genova (14-16 novembre, Politeama), Firenze (21-23 novembre, Teatro Verdi), Padova (25 novembre, Gran Teatro Geox) e Torino (28-29 novembre, Teatro Colosseo). Biglietti su TicketOne.

“UR-RA - UNITY OF RELIGIONS - RESPONSIBILITY OF ART”

Alla Reggia di Monza

Dal 1º novembre al 31 ottobre 2026 la Reggia di Monza ospita *UR-RA - Unity of Religions - Responsibility of Art*, antologica di Michelangelo Pistoletto curata da Francesco Monico. L'esposizione, promossa da Consorzio Villa Reale e Parco di Monza e Cittadellarte Fondazione Pistoletto, trasforma gli spazi storici in un percorso multidimensionale tra arte, spiritualità e religioni, culminando nella firma della Carta di Monza per l'Interreligiosità. Tra opere iconiche come *La Venere degli stracci* e *Il Terzo Paradiso*, la mostra invita a riflettere sul ruolo dell'arte come linguaggio universale di dialogo e pace preventiva. Duran-

te l'anno sono previsti quattro convegni internazionali su medicina, finanza, poesia ed educazione. Ingresso incluso nel biglietto della Villa Reale (www.regiadimonza.it, www.cittadel-larte.it).

**“SELF CONTROL 40TH ANNIVERSARY”**

Raf in tour nei teatri più belli d'Italia

Novembre si accende con Raf e il suo *Self Control 40th Anniversary - Tour Teatrale*, un viaggio tra musica, ricordi e nuove emozioni per celebrare quarant'anni di una carriera leggendaria. Dopo l'anteprima milanese e le prime tappe autunnali, l'artista porta la sua voce nei teatri più belli d'Italia: il 4 novembre a Firenze, il 6 a Senigallia, l'8 a Torino, il 13 a Bologna, il 15 a Mantova, il 16 a Milano, il 21 a Padova, il 22 a Brescia, il 24 a Trento, il 25 a Legnano, il 28 a Roma e il 29 ad Avellino. Un mese di appuntamenti per rivivere i grandi classici, da *Self Control* a *Infinito*, da *Cosa resterà di questi anni '80* a *Il battito animale*, in una veste intima e teatrale. Biglietti disponibili su ticketone.it.

PARISIENNE
TRADIZIONE COSMETICA DAL 1955

Crema mani
idratante
all'essenza di
pappa reale



idrata e protegge
ogni giorno

KATIA BUCHICCHIO

Radiosa e genuina, come il suo sorriso

La nuova reginetta d'Italia è la ragazza della porta accanto che ha fatto della naturalezza il suo punto di forza



K

atia Buchicchio è la nuova *Miss Italia*: fresca, spontanea e con quell'energia che conquista al primo sguardo. Ha appena diciannove anni, porta l'apparecchio ai denti e lo sfoggia con orgoglio, come a dire che la bellezza non è perfezione, ma naturalezza e autenticità. La neo reginetta è la classica ragazza della porta accanto, con quel sorriso che sa illuminare e quella voglia di raccontarsi senza filtri, proprio come piace a chi la segue. Ama i social, adora sperimentare beauty look diversi e, soprattutto, crede che la vera bellezza sia un mix di cura di sé e semplicità. In questa chiacchierata ci svela i suoi segreti di skincare e make up, senza rinunciare alla sua ironia e al suo modo di essere genuina.

Katia, cosa hai provato nel momento in cui sei stata eletta *Miss Italia*?

Non me lo aspettavo per niente, è stata una sorpresa immensa. Non pensavo nemmeno di classificarmi tra le prime otto, poi quando sono arrivata sul podio mi sono detta che tutto era possibile. Appena è stato pronunciato il mio nome, ho urlato e pianto per la gioia. È stata davvero un'emozione indescribibile, non esistono parole.



Il pubblico e la giuria hanno amato il tuo sorriso con l'apparecchio. Ti aspettavi che potesse trasformarsi in un punto di forza, considerando che tante ragazze lo vivono come un complesso?

Confesso che all'inizio, quando ho messo l'apparecchio, anche io pensavo: "No, che brutto!". Ma non ho mai provato vergogna: ho sempre sorriso a pieni denti perché per me il sorriso è un accessorio bellissimo. L'apparecchio in fondo rappresenta la mia unicità.

IN UN'EPOCA DOMINATA DAI SOCIAL, CHE IDEA HAI DELLA BELLEZZA? È PIÙ IMPORTANTE APPARIRE O RACCONTARSI PER QUELLO CHE SI È?

«SECONDO ME, LA VERA BELLEZZA È QUELLA INTERIORE, PERCHÉ, ANCHE DAVANTI AL PUBBLICO, È QUELLA CHE FA DAVVERO LA DIFFERENZA. IO ADORO I SOCIAL, SEGUO TANTE INFLUENCER, MI PIACE CURARE IL MIO PROFILO INSTAGRAM, MA È OVVIO CHE CI SONO CRITICITÀ E IO STESSA HO RICEVUTO QUALCHE CRITICA... FA PARTE DEL GIOCO».



VITAMINA C*+

PROVA IL SIERO N°1 IN ITALIA**



**NUOVA FORMULA
ORA ANCORA PIÙ
EFFICACE*****

*Derivato della Vitamina C.

**Fonte Circana, Italia, face care - sieri - escluse le pl. mass market (h+sss+drugstores+discounts), dati a volume, 09 ottobre 2023 al 06 ottobre 2024.

***Rispetto alla precedente formula del Siero Vitamina C.



Credi che la tua vittoria possa essere uno stimolo per le ragazze a sentirsi belle anche attraverso quelle che vengono considerate "imperfezioni"?

Sì, voglio essere un esempio per le ragazze che si vedono piene di difetti che in realtà non esistono. La corona ha un peso notevole e io l'ho conquistata anche con l'apparecchio. Non abbiate paura.

SE DOVESSI DESCRIVERE LA TUA BELLEZZA IN UNA PAROLA, QUALE SCEGLIERESTI E PERCHÉ?

«SCEGLIEREI GENUINA. LA MIA È UNA BELLEZZA SEMPLICE: MI DEFINISCO UNA RAGAZZA DELLA PORTA ACCANTO, CON UN PAPÀ MECCANICO E UNA MAMMA CHE SI OCCUPA DELLA CASA A TEMPO PIENO».

Qual è il primo gesto che fai appena sveglia per dare energia alla tua pelle?

Una bella deterzione, poi applico tonico, siero e crema idratante. Mi piace molto truccarmi, pure se di giorno posso uscire anche solo con un filo di correttore. Il sabato invece mi concedo un look più strong.

E la sera, dopo una giornata intensa, come coccoli la tua pelle?

Prima di tutto mi strucco, poi faccio una deterzione profonda e finalmente vado a letto.

Ti piace sperimentare nuovi prodotti o sei fedele a una routine precisa?

Mi piace sperimentare, ma ho capito che alla mia pelle non fa bene. Quindi adesso sono fedele alla mia routine e ai miei prodotti.

C'è un ingrediente che ha fatto la differenza nella tua pelle?

Sì, i prodotti di skincare a base di bava di lumaca.

E quando si parla di make up, quali sono i colori che preferisci?

Senza dubbio i colori nude, marroncini, nocciola... insomma i toni caldi.

Hai un trucco segreto per far durare il make up più a lungo?

Fare una buona skincare, applicare il primer e poi un fissante sono dei passaggi fondamentali per un trucco long lasting. I make up artist di *Miss Italia* mi hanno anche consigliato di usare prodotti in polvere e non cremosi, perché la mia pelle tende a lucidarsi e la polvere opacizza e segna meno i piccoli difetti come le macchie.

Se dovessi scegliere due prodotti di make up a cui non potresti mai rinunciare, quali sarebbero?

Correttore e mascara.

Sei più tipo da rossetto o da gloss?

In realtà mi piacciono molto di più le matite labbra che uso per contornare e che poi sfumo leggermente all'interno. Completo con rossetti vicini al colore della matita. I colori? Sempre caldi e sul marrone. Non amo il rosa.

Passiamo ai capelli: come te ne prendi cura?

Ho una vera passione per i capelli: utilizzo tanti prodotti e mi piace sperimentare. Cambiare shampoo, balsamo, maschere... e sono brava anche a fare le pieghe. Uso phon e ferro, sempre con il termoprotettore. Ho un cappello normale, né grasso né secco, non faccio tinte quindi non ho necessità particolari e utilizzo uno shampoo classico.

Se dovessi dare un consiglio semplice, ma efficace per una beauty routine quotidiana, quale sarebbe?

Struccarsi sempre prima di andare a dormire: non farlo rovina la pelle in modo assurdo.

C'è un errore beauty che facevi in passato e che oggi non rifaresti mai?

Applicavo il blush sulla punta delle guance, invece ho capito che sta molto meglio sugli zigomi.

E per il corpo cosa fai?

Utilizzo sempre la crema idratante dopo la doccia. Al contrario, non uso quasi mai la crema mani, mentre a quella per il viso non rinuncio mai.

DEMAK^{Up}

2X PIÙ EFFICACE*



DEMAK^{Up}
EXPERT

x70
2X MÁS EFICIENTE*
MAIS EFICIENTE
PIÙ EFFICIENTE
MORE EFFECTIVE



ALGODÓN
SIN BLANQUEAR
ALGODÃO
NÃO BRANQUEADO
COTONE NON
SBIANCATO
UNBLEACHED
COTTON



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

Il fondotinta

Tutte ne abbiamo uno, ma in poche sappiamo davvero come sceglierlo. Ecco come trovare il prodotto che si fonde con la tua pelle e la valorizza davvero

Contiene ingredienti idratanti



PERCHÉ UTILIZZARLO?

A questo punto è chiaro: il fondotinta è un vero alleato di bellezza. Uniforma il colore della pelle, attenua imperfezioni e può dare **un tocco di luminosità o di opacità** a seconda del risultato desiderato. Le formule liquide sono le più versatili: si modulano facilmente per un effetto naturale o più coprente e si fondono perfettamente con la pelle. Le creme offrono idratazione extra e coprenza maggiore. Le polveri opacizzano e si fissano meglio. Le mousse e i cushion uniscono leggerezza e freschezza, dando un effetto seconda pelle, mentre i fondotinta stick sono pratici e perfetti per i ritocchi veloci.

QUANDO E COME APPLICARLO?

Il fondotinta, è ovvio, va sempre applicato dopo la skincare, quindi **su pelle pulita e ben idratata**. Se si utilizza il primer, questo va steso prima del fondotinta, perché aiuta a uniformare la superficie della pelle e a far durare di più il prodotto. La cipria, invece, va dopo il fondotinta e serve per fissarlo. Gli strumenti utilizzati per l'applicazione cambiano il risultato finale: le dita scaldano il prodotto e lo rendono quasi parte della pelle; i pennelli a setole dense uniformano perfettamente il prodotto; le spugne in lattice sfumano il fondotinta senza lasciare segni, creando un finish liscio e naturale.

COME SCEGLIERE QUELLO GIUSTO?

Una prima decisione riguarda il colore: il fondotinta non deve essere **né troppo chiaro né troppo scuro** rispetto al tono naturale della pelle. Testalo sul collo o sul viso, alla luce naturale, per evitare l'effetto maschera. Per chi desidera uniformare e illuminare, sono perfetti i fondotinta con finish glow; per chi cerca opacità, meglio quelli con finish matte. Ma anche la giusta formulazione è indispensabile: per le pelli secche o mature, è meglio usare creme e liquidi idratanti; chi ha la pelle mista o grassa, dovrebbe prediligere formule leggere o in polvere.

È ANCHE UN GESTO DI CURA

Non è solo make up: se si sceglie un fondotinta con ingredienti idratanti o con SPF, mentre ci si trucca si regala anche una coccola extra alla pelle attraverso un piccolissimo gesto di cura quotidiana per un incarnato bello e, soprattutto, sano.

FORMULA PURA

0%
SILICONI
MINERAL OIL

100%
PERFORMANCE

NUOVO

FONDOTINTA IN SIERO **BIO**

**NUTRIENTE E
ILLUMINANTE**

UNIFORMA L'INCARNATO E DONA
UN EFFETTO PELLE NUDA
FORMULA VEGANA

FORMULA TESTATA
SU PELLI SENSIBILI



**100% INGREDIENTI
DI ORIGINE NATURALE**



Esperto look maker cui si affidano le più belle modelle e donne di spettacolo, che ti svela i segreti per il make up più di tendenza e adatto a te.



LO SGUARDO perfetto PER LE FESTE

Linee decise, ciglia lunghe e folte... e quel tocco di audacia che fa la differenza

Natale è nell'aria, le luci si accendono e i glitter tornano a brillare nei beauty case. È il momento perfetto per osare, divertirsi e puntare tutto sullo sguardo, perché, diciamolo, gli occhi sono la parte più magnetica del viso. Tra un brindisi e un cenone, l'obiettivo è uno solo: far scintillare le ciglia e disegnare linee perfette che accendano il viso con eleganza e un pizzico di audacia. Per creare il trucco ideale delle feste, abbiamo chiesto consiglio a Luigi Rizzello, lookmaker amatissimo da star e influencer, che ci ha svelato i suoi segreti per un make up da vera regina di Natale.

L'EYELINER: IL TUO ABITO DA SERA PER GLI OCCHI

«L'eyeliner è come un vestito su misura per gli occhi - spiega Rizzello - **basta scegliere il taglio giusto** per valorizzare la forma e dare carattere al volto». Se temi di sbagliare, l'esperto suggerisce una strategia infallibile: «Appoggia il gomito sul tavolo e traccia piccoli tratti invece di una linea continua. Poi unisci tutto con un pennellino». E per chi ama osare? «Prova il doppio eyeliner, con una riga dorata sopra quella nera: il risultato è chic e festoso».

CIGLIA DA FILM

Nessun make up è completo senza un mascara che incornici lo sguardo. «Per le feste le ciglia devono essere protagoniste - dice Rizzello - lunghe, folte e perfettamente pettinate». Il segreto? Usare il piegaciglia prima dell'applicazione e poi **stratificare due mascara diversi**: uno allungante e uno volumizzante. «Il trucco da professionista è pettinare le ciglia tra una passata e l'altra con uno scovolino pulito, così eviti i grumi e ottieni un effetto ventaglio», parola di lookmaker.

CONSIGLI DELL'ESPERTO

Consigli express

- **Base impeccabile:** stendi sempre un primer occhi per evitare sbavature e mantenere il colore intenso fino a tarda notte.
- **Linea su misura:** se hai occhi piccoli, meglio una riga sottile e allungata; se sono grandi, osa con uno spessore più marcato.
- **Ciglia da favola:** scalda il piegaciglia qualche secondo con il phon (attenzione alla temperatura!) per una curvatura effetto wow.
- **Sguardo luminoso:** un punto luce dorato all'interno dell'occhio fa subito "festa" e apre lo sguardo come per magia.

DETTAGLI FINALI

«Il Natale è il momento in cui puoi divertirti con il make up, senza paura di esagerare - assicura Rizzello - Un eyeliner deciso e un mascara spettacolare bastano per sentirsi subito speciali, ma un trucco davvero festoso non può prescindere da un tocco di colore in più». E allora completa il look con un velo di ombretto champagne o rame, un blush luminoso e **un rossetto rosso ciliegia**: il mix perfetto per un effetto "wow" davanti all'albero e alle lucine del cenone.

SOS POST-CENONE

Dopo ore tra cene, brindisi e balli, anche il trucco più resistente può cedere.

Niente panico! «Tampona delicatamente la zona con una velina, mai strofinare — spiega Luigi Rizzello — Poi ritocca solo la codina dell'eyeliner con un pennellino fine, senza ricominciare da capo». E se lo sguardo appare stanco? «Basta un velo di illuminante liquido sotto l'arcata sopraccigliare o nell'angolo interno dell'occhio per risvegliare la luce. È un rimedio d'emergenza per sembrare fresca anche dopo mezzanotte!».

BEAUTY KIT NATALIZIO

Metti in borsa un piccolo alleato di bellezza: il tuo mini kit salva-look per le serate natalizie.

Il trucco delle feste è bellissimo all'inizio della serata, ma cosa succede dopo ore di balli, brindisi e abbracci? «Basta poco per essere perfetta anche dopo ore di party - dice Rizzello - Eyeliner in penna per ritocchi precisi, mascara waterproof per ciglia sempre al top, piegaciglia compatto, correttore illuminante e qualche velina o cotton fioce per le correzioni: il team vincente per restare impeccabile fino all'ultimo brindisi».

A close-up photograph of two women's faces. The woman on the left has blonde hair and is smiling broadly, showing her teeth. The woman on the right has dark hair pulled back and is also smiling, with her hand partially covering her mouth in a surprised or excited expression. They are wearing light-colored, flowing dresses.

deBBY

SURPREYES MASCARA

EFFETTO CIGLIA FINTE
VOLUME SORPRENDENTE
SGUARDO PANORAMICO

eyeLINER MAXI GLITTER

FINISH LUMINOSO
TRATTO PRECISO E UNIFORME

*Surprising Lashes,
Maxi Sparkle!*





Ginger spice, il rosso che illumina le Feste

Caldo, avvolgente e luminoso: il rame speziato conquista tutte. Ma servono tecnica, manutenzione costante e styling ad hoc. L'hairstylist delle celeb ci spiega come trasformare la chioma senza errori... e mantenerla perfetta!

Hai voglia di dare una svolta alla tua chioma e arrivare alle feste con un'allure tutta nuova? Dimentica i soliti biondi freddi e i castani anonimi: il colore più desiderato del momento è lui, il rame speziato, o ginger spice per dirla all'inglese. Un mix incandescente che promette di scaldare il tuo Natale con riflessi vibranti e sensuali. È il colore che **accende il viso, illumina lo sguardo e regala subito quel tocco wow** da diva anni Novanta, ma con un twist moderno e super chic. Perfetto sotto le luci natalizie, irresistibile con un rossetto rosso e un maglione di cashmere. A spiegarci tutti i segreti di questo colore deliziosamente audace è Claudia Ferri, hairstylist dei vip, che di teste glamour se ne intende eccome.

“Splendido sotto le luci natalizie, irresistibile con un rossetto rosso”



A CHI STA BENE?

«Il rame speziato è una fusione raffinata di toni caldi — ci dice l'esperta — dal rame classico al caramello dorato, fino a un tocco di arancio bruciato». Insomma, è come una tisana, ma per i capelli: avvolgente, brillante, capace di dare luce e carattere. «Questa nuance non solo fa risaltare la carnagione, ma crea quell'effetto “glow” naturale che sembra un filtro di bellezza incorporato». E se pensi che stia bene solo alle rosse naturali, ti sbagli di grosso. «È un colore sorprendentemente democratico — precisa Ferri — perché **si può personalizzare e, se modulato nel modo giusto, si adatta a tutte**. Su una pelle chiara dona un effetto etereo e fiabesco, mentre su incarnati medi o ambrati esplode in tutta la sua intensità. L'importante è calibrare la temperatura del tono: più dorato per chi ha una base calda, più rosato per chi ha sottotoni freddi».

NIENTE IMPROVVISAZIONE

Se ti stai chiedendo come ottenerlo, la risposta è chiara: lascia perdere il fai-da-te. «È una tonalità che richiede equilibrio — avverte l'hairstylist — perché basta un tono di troppo per virare verso l'arancione carota. In salone si lavora con **riflessanti personalizzati, che donano profondità e movimento**, senza creare stacchi netti, e permettono di creare un effetto naturale, come se fosse il tuo colore di nascita». Per chi parte da basi castane o brune, il percorso è graduale: «Si schiarisce di uno o due toni e poi si costruisce il rame con bagni di colore, che si possono intensificare nel tempo. L'obiettivo è sempre la naturalezza, mai l'effetto tinta piena». E se parti già da una base rossa o bionda? In questo caso puoi optare per le tinte fai-da-te declinate in questa tonalità che si trovano in commercio, ma fatti consigliare da un esperto prima di scegliere.



ACQUISTA 15€
DI PRODOTTI HENKEL
TI RIMBORSIAMO IL

50%

Dixan **Pril** **Bref** **Perlana**

L'Acchiappacolore

Coloreria ITALIANA

Grey

bio presto

Ver nel

Neslen

Schwarzkopf

Schwarzkopf **GLISS**

Palette

Iniziativa "CASHBACK HCB WAVE 2 2025" in collaborazione con ICT Labs valida dal 01/10/2025 al 30/11/25 esclusivamente nei punti vendita fisici che espongono l'apposito materiale pubblicitario. Conserva il documento d'acquisto (unico scontrino) e gli EAN ed entro 5 giorni di calendario dall'acquisto vai sul sito concorsi.donnad.it e completa la procedura. Puoi richiedere un solo rimborso di 7,50€. Per info prodotti e dettagli vai sul sito concorsi.donnad.it

Henkel

“Concediti impacchi nutrienti a base di oli vegetali o burro di karité”

LA BEAUTY ROUTINE DELLE “GINGER GIRL”

Il ginger spice è bellissimo, sì, ma anche delicato e va coccolato. «È un colore che tende a scaricare più rapidamente rispetto ad altri — spiega Claudia Ferri — quindi serve una routine mirata». Il suo consiglio d'oro? «Usa sempre shampoo e maschera per capelli colorati, meglio se senza solfati, e limita i lavaggi a due o tre volte a settimana. Dopo ogni piega, spruzza un termoprotettore: il calore è il nemico numero uno della brillantezza». Per mantenere il riflesso vibrante tra un ritocco e l'altro, Claudia suggerisce un piccolo trucco professionale: **«Aggiungi al balsamo qualche goccia di pigmento rame**

ogni due settimane. È un gesto semplice, ma fa la differenza: mantiene il colore saturo e luminoso senza bisogno di tornare subito in salone». E, se vuoi fare un regalo in più alla tua chioma, «approfittane per concederti impacchi nutrienti a base di oli vegetali o burro di karité: rinforzano la fibra e sigillano il colore. Pensa ai tuoi capelli come a un albero di Natale: più li curi, più brillano».



- **Meno lavi, più brilli:** troppi lavaggi scaricano il colore a tempo di record.
- **Prodotti mirati:** scegli sempre prodotti dedicati ai capelli colorati e maschere ravviva-tono che restituiscano brillantezza tra una tinta e l'altra.
- **Proteggiti:** il sole e il calore sono i peggiori amici del rame; quindi, usa sempre spray con filtro UV anche in inverno e mai senza termoprotettore prima di piastra o phon.

STYLING E LOOK DA RED CARPET

Il ginger spice è magico e merita un palcoscenico. E allora quale momento migliore del Natale per metterlo al centro della scena?

«Questo colore **dà il meglio con onde morbide e luce naturale** — consiglia Ferri — perché i riflessi si moltiplicano e il risultato è ipnotico». Via libera, dunque, a pieghe destrutturate, onde anni '90 e finish glossy. «Evita l'effetto piatto e gioca con la texture: il rame deve muoversi, respirare, riflettere». E se sotto l'albero vuoi davvero stupire, Claudia suggerisce un tocco finale: «Aggiungi qualche baby light dorata. Renderà la chioma tridimensionale e farà sembrare che i capelli brillino di luce propria». È il segreto per un look da red carpet... anche al pranzo di Natale!

GLI INGREDIENTI AMICI DEL TUO NUOVO COLORE

Opta sempre per shampoo con tensioattivi naturali derivati dal cocco o dalla canna da zucchero, che rispettano il colore senza spegnerlo. Lava i capelli con acqua tiepida e termina con un getto freddo per chiudere le cuticole e fissare il colore. Un trucco da pro? Alterna lo shampoo abituale con un co-wash leggero (balsamo lavante) per mantenere la chioma al meglio. E ricorda, gli ingredienti amici del rame sono:

- Oli vegetali (argan, macadamia, semi di lino) per nutrire e sigillare il pigmento.
- Burro di karité per rinforzare la fibra e mantenerla elastica.
- Estratti vegetali come camomilla o calendula per luminosità e riflesso caldo.
- Vitamina E e pantenolo per idratare e proteggere dallo stress ossidativo.





VOLUMIZER™

CAPELLI PIÙ
VOLUMINOSI
E CORPOSI

+10% DI DIAMETRO
CAPILLARE*



Il programma per rimpolpare e amplificare il volume dei capelli:
SHAMPOO, MASCHERA e SIERO Filler Extra Volume

*Test strumentali (Volumizer™ Shampoo, Maschera e Siero) rispetto all'utilizzo di un solo shampoo neutro.



IL NATALE PERFETTO? *Non esiste*



A chi non è mai capitato di scorrere i social a dicembre e sentire un nodo allo stomaco? Tutte quelle case perfettamente addobbate, quei biscotti decorati come opere d'arte, quelle famiglie sorridenti in pigiami coordinati davanti all'albero... E tu che ancora devi comprare i regali, che non hai idea di cosa cucinare per la Vigilia, che guardi il salotto e vedi solo caos. Benvenuta nel club. Quella sensazione di inadeguatezza che provi non è colpa tua: è il risultato di **un'immagine costruita, patinata, irreale del Natale perfetto che ci viene venduta da ogni parte**. Ma è davvero questo il Natale che vogliamo? Ne abbiamo parlato con la dottoressa Fulvia Tramontano, psicologa e psicoterapeuta, per capire come liberarci dalla pressione e ritrovare il senso autentico delle feste.

“SI CREA UNA SPECIE DI GARA A CUI NON CI SIAMO ISCRITTE”

Liberati dalle aspettative impossibili, smetti di inseguire un'immagine che non ti appartiene e inizia a creare la tua versione autentica delle Feste

IDEALI IRRAGGIUNGIBILI

«Ogni anno, con l'arrivo di dicembre, le luci si accendono... e anche le aspettative», spiega l'esperta. «Film americani pieni di sorrisi, famiglie perfette e case addobbate come uscite da riviste patinate ci trasmettono l'idea di un Natale scintillante e ideale, senza errori di scena. Anche i social propongono foto di abeti natalizi impeccabili, tavole eleganti, biscottini decorati alla perfezione». E se ammirare una bella decorazione natalizia è piacevole per tutti, il problema nasce quando quello che vediamo diventa **uno standard a cui sentirsi obbligate a conformarsi**. «Il messaggio, neanche troppo velato, è che così dovrebbe essere il Natale», continua la psicologa. «Si crea una specie di gara a cui non ci siamo iscritte ma alla quale dobbiamo partecipare, facendo la nostra splendente figura. Ma se non ci sentiamo così? Come liberarsi da questa pressione?».



RICONOSCI LA COSTRUZIONE COMMERCIALE

Il primo passo per allontanare l'ansia del Natale perfetto è prendere

Tesori d'Oriente

IKIGAI



Lasciati avvolgere dalla delicatezza dei **Fiori di Ciliegio** appena sbocciati e dalla freschezza dell'**Acqua di Riso** con il **nuovo rituale IKIGAI**. Una preziosa fragranza che dona una sensazione di pace e relax grazie a un particolare accordo di olii essenziali.

consapevolezza di cosa stiamo guardando. «È importante riconoscere che quell'immagine perfetta di Natale hollywoodiano è una costruzione commerciale, a volte cinematografica, spesso digitale: non è la realtà di tutti e non è obbligatoria».

Dietro quella foto perfetta su Instagram ci sono probabilmente dieci tentativi falliti, una casa messa sottosopra, e forse anche qualche litigata. Quello che vedi è il risultato finale di ore di preparazione, filtri, editing. **Non è la vita vera, è una rappresentazione studiata.** E soprattutto, non è un modello da cui dipende la tua felicità.

«Poniamo attenzione a quanto ogni cultura locale abbia il proprio modo collettivo di far festa a Natale», sottolinea l'esperta, «ma spesso un modello americano rischia di sembrare anche qui un modello da emulare, dimenticando le proprie tradizioni o "non tradizioni" familiari».

RIDIMENSIONA LE ASPETTATIVE

Una volta riconosciuto il meccanismo, il passo successivo è **permettersi di fare scelte diverse**. «Possiamo scegliere un Natale meno appariscente ma più nostro, con piccole cose, momenti e imperfezioni che raccontano la vita vera». Ciò significa che puoi decidere di non fare l'albero alto tre metri se non ne hai voglia. Puoi ordinare il dolce invece di farlo in casa. Puoi invitare meno persone a cena. Puoi regalare esperienze invece di oggetti costosi. Puoi, semplicemente, fare quello che ti fa stare bene.

5 CONSIGLI DELLA NOSTRA ESPERTA PER TRASCORRERE LE FESTE

- 1. Cambia prospettiva fin da subito.** Un sorriso profondo, fin da ora, a questa festa dorata la rende importante e più leggera. Smetti di vedere il Natale come un esame da superare e inizia a viverlo come un'opportunità.
- 2. Punta sulla sostenibilità.** Pensare a un Natale sostenibile ci renderà più serene: attivarsi contro ogni inutile spreco materiale ed energetico alleggerisce non solo l'ambiente ma anche la coscienza.
- 3. Regali con significato.** Pensa alla persona a cui offrirai il dono, mentalmente visualizzala e ti verrà naturale "sapere" cosa desidera. Non serve spendere tanto, serve scegliere con il cuore.
- 4. Sfoltisci il superfluo.** Chiudi gli occhi, respira profondamente e visualizza il gesto di "sfrondare" ciò che non serve al Natale per rendere più serena te e le persone a cui vuoi bene. Meno impegni, meno stress, più presenza.
- 5. Riscopri la dimensione spirituale.** Non trascurare l'aspetto spirituale del Natale: anche dedicarsi soltanto a questo unico aspetto rende i giorni di Festa speciali e nutrienti per l'anima, qualunque sia il tuo credo.

“QUELLO CHE VEDI
SUI SOCIAL NON È
LA VITA REALE”



noi stesse, con le tradizioni che amiamo o con giorni natalizi alternativi. Le possibilità sono infinite e tutte ugualmente valide. «C'è

sempre stato chi sceglie di trascorrere questi giorni di pausa fuori dagli schemi più classici, nella natura innevata». Oppure puoi scegliere la lontananza geografica: «È abitudine diffusa anche partire per un viaggio lontano, dove le tradizioni sono diverse, oppure partecipare a ritiri di yoga o meditazione». E se vuoi dare un senso diverso a questo mese, «anche rendersi disponibili alle varie organizzazioni di volontariato che cercano di dare un Natale dignitoso a chi è meno fortunato» può trasformare la tua esperienza delle Feste.

ACCOGLI IL CAMBIAMENTO

La cosa più importante da ricordare è che **non esiste un copione da seguire** anno dopo anno. «Ogni scelta di benessere può essere proprio quella giusta per noi in questo momento. Ogni anno siamo un po' diverse dal precedente perché tanti eventi sono accaduti nei dodici mesi passati». Quest'anno potresti avere bisogno di silenzio invece che di festa. Di intimità invece che di grandi tavolate. Di semplicità invece che di abbondanza. Ascolta quello che senti, non quello che pensi di dover sentire. «E se quest'anno il Natale non assomiglia a quello dei film va bene così», conclude la psicologa. «Forse è ancora più bello. Perché è vero».

freschezza
& protezione



BYE BYE SCREPOLATURE

Quando l'inverno bussa alla porta, il freddo non risparmia nulla: le mani si screpolano, le labbra si seccano e la pelle sembra urlare aiuto. Ma non è il momento di disperare! Con qualche piccolo accorgimento e i prodotti giusti, **mani e labbra possono restare morbide, idratate e protette** anche nelle giornate più gelide.

MORBIDEZZA IMMEDIATA

Quando l'aria diventa frizzante, le tue mani sono le prime a farsi sentire. La pelle secca, arrossata e screpolata può trasformare anche il gesto più banale, come stringere una tazza di tè caldo, in un piccolo dolore quotidiano. La buona notizia è che una crema mani giusta può fare miracoli. Opta per formule ricche di **burro di karité**, **oli vegetali** e **vitamine**: nutrono in profondità, rinforzano la barriera cutanea e lasciano una sensazione di morbidezza immediata. Per prevenire la secchezza (che favorisce l'invecchiamento cutaneo) e mantenere le mani morbide e levigate, puoi scegliere anche una crema arricchita con **acido ialuronico**, capace di trattenere l'idratazione e donare elasticità alla pelle. Se invece cerchi un effetto più profondo e duraturo, puoi integrare nella routine anche prodotti esfolianti con **acidi glicolici** o **retinoidi**, che favoriscono il rinnovamento cellulare e stimolano la produzione di collagene, rendendo la pelle più compatta e resistente. Il trucco è applicare la crema con costanza, più volte al giorno, soprattutto dopo aver lavato le mani. Il gesto quotidiano diventa così una piccola coccola, oltre che un vero scudo contro il freddo.



IDRATANTE E NUTRIENTE

FAI IL PIENO DI ACQUA!

Non sottovalutare mai l'idratazione interna. Bere acqua regolarmente è fondamentale per mantenere mani e labbra in salute. La pelle secca spesso è un segnale che il tuo corpo ha bisogno di liquidi: mani screpolate e labbra secche sono i primi campanelli d'allarme. Accanto all'acqua, puoi integrare tisane calde e frutta ricca di vitamine: un piccolo gesto che fa la differenza.

ACCESSORI ANTI-FREDDO

Guanti, sciarpe e cappelli non sono solo accessori fashion. Sceglili in materiali caldi come lana, cashmere o pile per proteggere le zone più delicate dai colpi di vento e dal gelo. I guanti ti permettono di uscire senza sentire il freddo pungente sulle mani, mentre una sciarpa avvolgente diventa un alleato per labbra e viso.

Aria gelida, sbalzi di temperatura... mani e labbra sono le prime a soffrire. Proteggile con piccoli gesti quotidiani

BURROCACAO, IL TUO ALLEATO

Se le mani soffrono, le labbra non stanno certo meglio. Sono delicate, sottili e prive di ghiandole sebacee, quindi il rischio screpolature è alto. Il burrocacao diventa il tuo miglior amico. Anche in questo caso, **il segreto è applicarlo più volte al giorno**, prima di uscire e ogni volta che senti le labbra secche. Per un trattamento extra, prova a fare periodicamente uno scrub leggero: rimuove le pellicine e rende le labbra pronte a ricevere l'idratazione del burrocacao. Anche sotto il rossetto, un velo di prodotto mantiene le labbra morbide e perfette. Il burro labbra è un vero alleato di bellezza: idrata a fondo grazie a ingredienti nutrienti come burro di karité, olio di cocco e cera d'api, mantenendo le labbra morbide e vellutate. Inoltre, crea una "barriera" utile sia per ridurre la normale perdita di idratazione della pelle sia per difendere le labbra dal freddo e dagli agenti atmosferici come il vento e gli sbalzi di temperatura.

Glysolid®

PROTEZIONE *IN PRIMO PIANO*

**VINCI SUBITO
UNA GOPRO
HERO13 BLACK**

**E UN CASCO DA SCI
PERSONALIZZATO**



🛒 ACQUISTA 2 PRODOTTI GLYSOLID
⌚ CONSERVA LO SCONTRINO
🌐 VAI SU PROMOGLYSOLID.IT



Concorso valido dal 1 novembre 2025 al 31 marzo 2026. Montepremi 2.695€. Regolamento su promoglysolid.it e dettofranoi.it

Immagine del premio a scopo illustrativo

PAOLA IEZZI

Una vita senza compromessi

L'artista ha scelto di essere se stessa fino in fondo. Ironica, genuina, divisiva... e impossibile da ignorare!

Se accendi la televisione e la vedi giudice a *X Factor 2024*, non puoi fare a meno di notarla. Non solo per le sue parole, per le sue critiche affilatissime, ma anche per come appare: **ogni puntata è una lezione di stile, bellezza, audacia**. In una delle serate a tema disco, Paola Iezzi è arrivata in total look Pinko, bianco glitter, capelli onde Sevienties che richiamano Madonna e truccata come un'alba di luce riflessa. Gli occhi argentati, il décolleté "strobo" illuminato... il suo look ha acceso il palco come solo un diamante sotto i riflettori sa fare. E che dire di quando ha sfoggiato un outfit firmato Dolce & Gabbana: blusa strass trasparente, gonna a matita blu, papillon glitterato. Un mix audace: sensuale ma con carattere. Formal-chic reinventato. E il trucco? Sempre effetto wow! Paola non "si dopa" di make up: lo vive. Lei stessa ha spiegato che quando decide di "darci dentro con il trucco", lo fa bene: prima le maschere per la pelle, poi i punti luce strategici, le labbra rosse, le ciglia wow. "Poco ma bene" è la regola, ma nei momenti che contano, "poco" non le basta: vuole meraviglia. E ci riesce.



“**VUOLE LA
MERAVIDGLIA.
E CI RIESCE**”

Paola Iezzi (51) è cantautrice, musicista, disc jockey e produttrice discografica.

Nel 1996, con la sorella Chiara (52), fonda il duo Paola & Chiara. La coppia vince nel 1997 il "Festival di Sanremo" nella categoria Nuove Proposte con la canzone "Amici come prima".

Ma Paola non è solo sfarzo: ha mostrato la parte oscura, l'ombra dietro al riflettore. A *Belvè*, chiacchierando con Francesca Fagnani, ad esempio ha ammesso: «Mi sento un gay nel corpo di una donna». Una frase che non cerca etichette, ma verità. Ha accompagnato la confessione con un sorriso

Labello®



RISCOPRI LA TUA LUMINOSITÀ

Per labbra rigenerate, idratate e visibilmente luminose

GLOWY LIPS

IMMEDIATO SPLENDORE NATURALE

ACIDO IALURONICO



VITAMINA E



GLICERINA



ESTRATTO DI
MAGNOLIA



GLOWY LIPS BERRY

TOCCO DI COLORE & EFFETTO GLOSSY

ACIDO IALURONICO



VITAMINA E



GLICERINA



-30 - SPF



Dopo anni di lontananza artistica, Paola e Chiara si sono ritrovate sul palco per la reunion a "Sanremo 2023", riportando il successo del duo anche grazie alla forte unione che le lega.

ironico: «Ho sempre avuto un debole per le donne intelligenti e con un piglio un po' maschile... Ma diciamo che "l'altra cosa" mi piace molto di più!». In quella intervista **ha parlato anche del dolore che ha attraversato quando il duo con Chiara si è sciolto**: «Quando ci siamo separate mi sentivo persa, pensavo spesso alla morte, che per me poteva finire lì. Mi sentivo che niente aveva più senso». Sono parole forti, che smentiscono il mito facile della star sempre in controllo.

Cresciuta con la sorella, infatti, Paola ha fatto della musica il suo primo amore fin da bambina. Quel binomio artistico, "Paola & Chiara", ha consegnato alla scena italiana hit memorabili, pop fresco, estetica europeizzata, un'immagine riconoscibile che non sempre è stata compresa nel panorama italiano. Il successo non è arrivato da un giorno all'altro, ma portava con sé

la spinta di innovare, cercare melodie orecchiabili ma non banali, look audaci ed energici. Con il passare degli anni, però, il peso dell'immagine, delle aspettative e della ripetizione ha

iniziato a farsi sentire. È emersa la sensazione che il pubblico, forse, avesse bisogno di altro. Paola lo ha raccontato: non è stato semplice restare dietro una formula già collaudata, quando

il desiderio era di evolvere, anche se questo significava esporsi al rischio dell'essere "dimenticati".

Il 2013 segna la rottura del duo, che non si è limitata a una divisione professionale ma è diventata una ferita personale. Paola ha dichiarato di essersi sentita "persa", che "niente aveva più senso". Ed è comprensibile, perché è stato quasi come perdere un prolungamento del suo corpo e della sua anima. Durante quegli anni, però, ha cantato in locali piccoli, nei ristoranti, mentre il mondo attorno continuava a correre. In quelle performance meno brillanti, meno pagate, meno glam, ha trovato un insegnamento: **resistenza, umiltà, l'obbligo interiore di non tradire se stessa**. E così è rinata dalle sue cene-

UN SODALIZIO ARTISTICO E SENTIMENTALE

Da diciotto anni Paola lezzi condivide la vita con Paolo Santambrogio, fotografo e regista dal talento visionario.

Un'unione che è molto più di una storia d'amore: è un vero sodalizio artistico e sentimentale, un intreccio di sguardi, estetica e complicità che nel tempo è diventato famiglia, casa, progetto comune. Molte delle immagini più iconiche della cantante (videoclip, scatti editoriali, concept visivi) portano la firma (o l'occhio) del suo compagno, con cui condivide un gusto raffinato per la luce, per il dettaglio, per la bellezza che sa raccontare. Eppure, anche questa storia, apparentemente perfetta, ha conosciuto le sue ombre. Paola ne ha parlato con disarmante sincerità: «Abbiamo attraversato una crisi e ci siamo lasciati per sei mesi», ha raccontato. Un tempo necessario per ritrovarsi. Oggi, dice, si sente profondamente innamorata di Paolo e della serenità che insieme hanno costruito, passo dopo passo. Non ha mai nascosto di non aver desiderato la maternità, e lo dice con la stessa calma con cui parla di tutto il resto: come una scelta naturale, non una mancanza. E le nozze? A questo proposito, la cantante ha detto: «In Italia il matrimonio è l'unica cosa che tuteli una coppia da eventuali difficoltà legali e burocratiche. Penso che sia molto bello celebrare il proprio amore davanti a tutti, ma io e il mio compagno siamo piuttosto riservati nella nostra relazione».

ri. Dopo anni difficili, Paola ha cominciato a ricostruire. Ha formato nuove alleanze creative, esplorato sonorità diverse, sperimentato con progetti in solitaria, sempre con un occhio a ciò che la



RIMMEL
LONDON

SFIDA
ALL'ULTIMO
GLOW

NUOVI **MULTI TASKER**
BLUSH, BRONZER E ILLUMINANTI



MAXI APPLICATORE





Da settembre 2024, Paola Iezzi è giudice del talent show "X Factor", in onda su Sky.



CURIOSITÀ

- È nata il 30 marzo 1974 a Milano sotto il segno dell'Ariete.
- È alta 1,67 metri.
- Ha frequentato il liceo classico e il suo prof di latino, greco e italiano è stato il cantautore Roberto Vecchioni.
- Ha studiato contrabbasso classico per due anni alla Scuola Civica di Milano, prima di dedicarsi alla musica con la sorella.
- Oltre alla musica, si dedica alla lettura e si interessa di psicologia, spiritualità e meditazione.
- Paola e Chiara hanno rivelato di aver avuto una relazione con lo stesso uomo per circa quattro mesi, senza saperlo.
- Si era parlato di un flirt tra Paola Iezzi e Robbie Williams, ma lei ha smentito, rivelando di avergli rifiutato un due di picche.

muove dentro. Nel 2023, la reunion con Chiara al *Festival di Sanremo* con il brano *Furore* ha mostrato che il fuoco non si spegne. Ma ora è diverso: più consapevole, più attento, meno ossessionato dal successo facile. È stato un ritorno che non cercava di ricopiare il pas-

sato, ma di creare qualcosa che avesse peso, emozione.

Negli ultimi anni la rete di Paola si è allargata: **televisione, palchi importanti, partecipazioni come giudice e ospite.** La sua presenza a programmi come *Drag Race Italia* e, sopratt-

tutto, la poltrona a *X Factor* dalla diciottesima edizione in poi l'hanno rilanciata al grande pubblico, consegnandole il ruolo di "mentor moderna": diretta, curiosa, estetica, ma anche severa quando serve. Del resto, anche nella vita privata è estremamente precisa, quasi maniacale quando lavora su un dettaglio visivo, su una produzione, sull'immagine: l'arte, la moda, l'estetica sono parti integranti del suo essere, non solo ornamento. Il suo ingresso in questi format è stato la naturale evoluzione di chi, avendo vissuto il dietro le quinte dell'indu-

stria per decenni, sa riconoscere talento, costruire carriera e non farsi ammaliare dalle sirene del facile applauso. A *X Factor*, Paola ascolta, chiede, punge. Vuole autenticità. Ha detto che molte volte il pubblico si stufa, che il "successo popolare" non sempre va d'accordo con la profondità. Ma **le sue critiche non sono gra-**

tute: arrivano con la voce di chi ha vissuto, sbagliato, imparato. Di chi sa che alle spalle della performance c'è lavoro, studio, anche dolore. È per questo che non teme di essere divisiva (e in parte lo è). Ma in fondo la sorella Iezzi piace per la sua genuinità e la sua personalità esplosiva perché Paola ride. Molto. Quando parla di sé, delle sue paure, delle sue crisi, usa l'ironia come paracadute. «Il linguaggio colo-

“L'ARTE, LA MODA, L'ESTETICA SONO PARTI INTEGRANTI DEL SUO ESSERE”

rito mi piace - ha detto - non per fare scandalo, ma perché la vita è espressione, anche quando urlo serve». E lei, se c'è da urlare, lo fa: del resto con la sua storia personale ha dimostrato di avere una grande **capacità di prendere decisioni difficili**, che si tratti di dire basta, fermarsi, chiedere aiuto, cambiare look o esplorare nuove sonorità. Non è stato tutto facile, ma lei non ha scelto la via più comoda. Ed è per questo che per noi Paola Iezzi è un grande sì!

MAX FACTOR 

Contour & Glow

in un unico gesto



nuovo **glow framer** bronzing & illuminating tint

Perfecto per un soft contouring e come skin tint dall'effetto glow.
Texture leggera e facilmente sfumabile. Esalta i tuoi tratti naturali.

JAKE LA FURIA

Dal cemento di Milano al palco di “X Factor”

Con i Club Dogo ha fatto la storia, nei momenti bui ha rischiato tutto. Oggi è il giudice che dice verità scomode: la fama non basta, serve la fame



“ L'IRONIA RUVIDA LO RENDE IRRESISTIBILE ”

Jake La Furia
alias Francesco
Vigorelli (46),
è un rapper e
personaggio
televisivo.

Ha lo sguardo di chi ne ha viste, la voce di chi sa dire “non me la racconti” e il sorriso di chi, nonostante tutto, si diverte ancora un mondo. Jake La Furia, oggi giudice di *X Factor*, è il perfetto cortocircuito tra strada e palcoscenico, tra punchline e paternità. L'uomo che rappava la furia e adesso dispensa giudizi, consigli e qualche verità scomoda, ma sempre con quella ironia ruvida che lo rende irresistibile.

L'ORIGINE DELLA FURIA

Prima di essere Jake La Furia, era “Fame”: ragazzo milanese che lasciava graffiti sui muri e sogni sui fogli. «Ho iniziato con i graffiti – ha raccontato – poi è arrivata la musica, e da lì non mi sono più fermato». Milano gli scorreva dentro: il cemento, i tram, i bar, la gente vera. Dall'incontro

con la musica è nato anche un nuovo progetto: con Guè Pequeno e Dargen D'Amico ha messo in piedi le Sacre Scuole, ma la fusion non ha funzionato e il trio si è sciolto in fretta. Era, però, solo l'inizio. **Con Guè e Don Joe è nato il mito dei Club Dogo**, che ha cambiato il volto del rap italiano: flow crudo, testi che sanno di strada, di birra calda e sogni larghi. Dal primo disco

Mi Fist fino alla consacrazione con *Non siamo più quelli di Mi Fist*, i Dogo diventaron leggenda. Poi, però, Jake è volato da solo. *Musica Commerciale* nel 2012 è stato un titolo ironico e perfetto per chi ha sempre giocato tra mainstream e sottosuolo. Da lì in poi, collaborazioni, dischi, un programma radio su Radio 105, un libro con Guè (*La legge del cane*), incur-

sioni nel cinema (*I 2 soliti idioti*, *Mucchio Selvaggio*) e, nel 2024, il ritorno trionfale dei Club Dogo a San Siro. Il cerchio che si chiude, o forse si riapre. «Non ho voluto sapere nulla del disco, nemmeno quando sarebbe uscito – ha raccontato – volevo solo godermi il momento». E si capisce: Jake non rincorre la musica, la vive.





iO™ SERIE 2

La scelta perfetta per
passare
all'elettrico



DELICATO



grazie al sensore
di pressione, rallenta
automaticamente
se premi troppo

EFFICACE

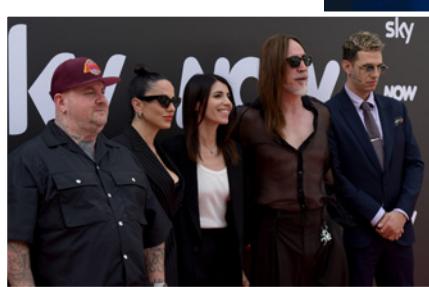


grazie alla testina
tonda avvolge
ogni dente pulendo
in profondità

SEMPLICE



con un 1 solo tasto,
scegli fra le 3 modalità
di pulizia



Da settembre

a dicembre 2024, Jake La Furia è stato giudice di "X Factor", ruolo che è tornato a ricoprire anche per l'edizione 2025.



LA CONSACRAZIONE POPOLARE

Fino a quel momento, però, Jake La Furia è stato un idolo, sì, ma solo per una fascia di pubblico, quello che amava la street music. Quando è arrivato a *X Factor*, infatti, qualcuno ha storto il naso. Poi però Jake ha iniziato a parlare... e ha zittito tutti. O, meglio, li ha conquistati. Con la sua personalità, la sua irrivelenza, la sua schiettezza, la sua ironia, la sua conoscenza musicale. «Faccio me stesso - ha ammesso - Mi piace far casino, scherzare, ma quando serve essere esperti, io mi sento piuttosto esperto». E lo è, in effetti. Jake non ha bisogno di slogan: ha l'esperienza, la gavetta, le notti lunghe e i giorni storti per sapere cosa significa davvero salire su un palco. A differenza di molti, **non finge empatia né cerca il consenso**. Ti guarda, ti ascolta, e se vali te lo dice. Se no, pure. «Oggi mi accorgo che quasi tutti non vogliono fare musica, ma diventare famosi», ha detto con la schiettezza di chi ha visto troppi fenomeni lampo. Insomma, è il giudice che non addolcisce le pillole perché per avere successo e

restare sulla cresta dell'onda serve fame, non follower. In due parole: quando ride, è contagioso; quando parla, è un manuale di realismo travestito da punchline. E così il pubblico, il grande pubblico, quello fatto dalla massa popolare, ha imparato ad apprezzarlo. Di più: ad amarlo.

LA VITA PRIVATA

E chi lo segue deve accontentarsi di ciò che Jake La Furia gli dà: niente reality, niente foto dei figli su Instagram, niente vita da vetrina. Una vita privata ce l'ha e se la tiene stretta. Jake è sposato dal 2017, ha due figli e un dogma: la famiglia non si posta, si vive. «Non mi piace

la dimensione pubblica. Voglio essere apprezzato per la musica, non per la mia vita privata. I miei figli sono la mia vera identità». E la paternità è stata una svolta per lui: «Ho fatto i figli non per continuare a fare la vita di prima e lasciarli alla tata, ma perché volevo godermeli davvero. Mi hanno aggiustato. Accompagnarli a scuola mi mette in pace». È un'immagine tenera, quasi spiazzante, di un uomo che ha costruito la sua leggenda su testi taglienti e dischi infuocati, ma che poi **si sente davvero se stesso tra le mura di casa**. Ma Jake, in fondo, non è mai stato solo "furia": è anche fragilità, autocontrollo, lucidità. Ha parlato con onestà dei suoi

momenti bui: «Ho avuto problemi con le droghe, me la sono vista brutta. Ma i miei figli mi hanno salvato. Ora sono pulito come un bambino». Perché un rapper deve dire la verità anche quando brucia. Lui lo fa e forse è per questo che il pubblico lo ama: non ha paura di mostrarsi umano, negli eccessi e nel nuovo equilibrio.

A dispetto dei primi anni, ora Jake è un uomo che dosa la furia e sceglie la calma. «Avevo 25 anni in meno, stavo in giro tutto il giorno e tutta la notte», ha raccontato ridendo e confidando che adesso per lui la vera ribellione è spegnere il telefono e mettere in pausa il caos creativo: «Se un giorno non mi sentirò più credibile, farò una vacanza», ha detto. E il futuro? Nessuna strategia. «Voglio solo continuare a fare musica e godermi la vita».

L'unica certezza: Milano resta il suo punto fermo. Ma non la città patinata delle fashion week, bensì quella vera, "hardcore", come la definisce lui. «Non è così terrificante come la raccontano. Milano è sempre stata un po' hardcore». E a pensarci bene, anche lui.

CURIOSITÀ

- Il suo vero nome è Francesco Vigorelli.
- È nato a Milano il 25 febbraio 1979, sotto il segno dei Pesci.
- Il suo nome d'arte Jake La Furia è un omaggio al personaggio Jake the Muss del film *Once Were Warriors*.
- Ha numerosi tatuaggi tra cui i volti dei suoi due figli su una gamba.
- Ha una passione per i rettili e possiede diversi serpenti domestici.
- Ama il calcio e i videogiochi.

Gillette®

OFFICIAL LICENSED SHAVING PRODUCTS



VINCI 2 BIGLIETTI O UN ABBONAMENTO PAYTV SPORT

1

ACQUISTA 1 prodotto
Gillette (escluso Usa & Getta)

2

CARICA lo scontrino
su www.gillettevincilepartite.pgperfe.it
e SELEZIONA LA SQUADRA

3

**Scopri subito
se HAI VINTO**



Manufactured under licence by Procter & Gamble. The word(s) UEFA, CHAMPIONS LEAGUE, and all other UEFA Champions League marks, names, logos, mascots and trophies are the property, registered trade marks, designs and/or copyright of UEFA. All rights reserved.

Concorso "GILLETTE VINCI LE PARTITE" valido dal 01/07 al 31/12/25. Montepremi € 5.099,00. Conserva il documento d'acquisto (scontrino). Per prodotti coinvolti, periodi di partecipazione e premi spettanti regolamento su www.gillettevincilepartite.pgperfe.it. Immagini a scopo illustrativo.



LA SALUTE TI VIENE INCONTRO

Acqua & Sapone e LILT hanno trasformato i parcheggi in luoghi di cura e consapevolezza

Chi ha detto che la prevenzione si fa solo in ospedale? O che per prendersi cura di sé bisogna ritagliarsi un momento speciale? A volte basta un parcheggio, un sorriso e la voglia di volersi bene.

Perché volersi bene deve essere facile, naturale e alla portata di tutte



nei parcheggi dei punti vendita non è un semplice servizio medico», ha spiegato Roberto Marino, Direttore Commerciale di Acqua & Sapone. «È un modo per abbattere quelle barriere, anche psicologiche, che spesso impediscono alle persone di prendersi cura di se stesse».



È così che è nato il *Tour della Prevenzione* di Acqua & Sapone e LILT Milano Monza Brianza, un progetto che ha trasformato i luoghi della quotidianità in veri e propri spazi di salute e consapevolezza.

Dal Nord al Sud d'Italia, il camper della prevenzione ha fatto tappa davanti ai punti vendita Acqua & Sapone, portando la salute a portata di carrello. Dentro, un ambulatorio mobile accogliente, dove le donne hanno potuto sottoporsi gratuitamente a visite senologiche e ricevere informazioni preziose dai medici della LILT. Fuori, un'atmosfera di solidarietà contagiosa, fatta di chiacchiere sincere, di storie condivise e di quella leggerezza che solo la vicinanza può regalare.

Nel 2024 le tappe erano state 21, con oltre 1.300 visite gratuite. Ma il viaggio non si è fermato lì: quest'anno le tappe sono state di più, 27, così come le visite, ben 1500. Numeri che dimostrano un impegno concreto, certo. Ma che soprattutto raccontano storie: dietro ogni cifra ci sono volti, incontri, emozioni. «Portare l'ambulatorio mobile

**“ DIETRO OGNI
NUMERO CI SONO
VOLTI, INCONTRI,
EMOZIONI ”**

E quelle barriere, chilometro dopo chilometro, si sono sciolte. Perché, quando la salute ti viene incontro letteralmente, è più facile fidarsi, farsi avanti, dire «oggi tocca a me». La prevenzione non è più un impegno lontano o un dovere spaventoso: diventa un gesto quotidiano, naturale, semplice come entrare in negozio.

Il progetto, realizzato in collaborazione con LILT Milano Monza Brianza, è parte integrante dell'impegno di Ac-

qua & Sapone for Charity, che da anni trasforma la vicinanza alle persone in azioni concrete. La collaborazione si è consolidata anche grazie alla presentazione della campagna Nastro Rosa a Palazzo Marino, un evento che ha ribadito il valore della prevenzione e il ruolo fondamentale delle aziende nel promuovere il benessere collettivo. «Le clienti ci hanno fatto sentire speciali dicendo: «Acqua & Sapone si che ci è vicino con questa bellissima iniziativa», ha raccontato ancora Marino, citando uno dei messaggi arrivati durante il tour. Un grazie che vale più di mille parole, perché dietro ogni visita gratuita c'è una sliding door che può cambiare il futuro di una donna, e di chi le vuole bene. Ogni tappa, così, è stata un successo: c'è stato chi è arrivato con un po' di timore, chi con curiosità, chi solo per «dare un'occhiata». Ma tutte se ne sono andate con qualcosa in più: un'informazione utile, un sorriso, una consapevolezza nuova. E magari la promessa di non rimandare più. «Non è stato un semplice evento - ha concluso Marino - ma un modo per creare consapevolezza, per portare la salute tra gli scaffali». E davvero, tra un flacone di shampoo e una crema per le mani, le clienti di Acqua & Sapone hanno trovato anche un messaggio potente: la prevenzione è la cura più bella che possiamo regalarci.

Il Tour della Prevenzione si è concluso il 4 novembre, ma la sua scia di energia e gratitudine continuerà a viaggiare nel cuore di chi ha scelto di fermarsi un attimo... per volersi bene davvero.

RADICI PER IL FUTURO

SCOPRI COME REGINA E WWF
TUTELANO LA NATURA INSIEME



Acquista una confezione di Regina Cartacamomilla o Regina Cinquestelle,
vai su radici.regina.eu e scopri subito se hai vinto

l'iconico Peluche Panda WWF!

Inoltre, parteciperai all'estrazione di un attestato
che certifica la piantumazione di un albero,
a cui potrai attribuire il nome che preferisci.



Inquadra il QR Code
per accedere
al concorso.

Concorso valido dal 1/07/2025 al 28/02/2026.
Montepremi € 6.600,00 iva inclusa. Regolamento su radici.regina.eu



PER FARE UN'OASI, CI VUOLE UN ALBERO.

Regina e WWF uniscono le forze in un progetto che pianta le radici nel futuro:
piantare 1.000 alberi nelle Oasi WWF d'Italia.

Ogni albero è un rifugio per la biodiversità, un respiro per la natura,
una riserva di acqua, un alleato contro il calore, una protezione per il suolo.

Insieme, facciamo crescere le radici per il futuro.



Insieme
per le Aree
Protette
WWF



Regina

Paper for people

Bordeaux e celeste... la coppia glam del 2025

Una minigonna sui toni del celeste insieme a un pullover bordeaux, scarpe comode e qualche accessorio glamour per un look sbarazzino ma ricercato

allo stesso tempo, perfetto per una passeggiata sotto il tiepido sole d'inverno. E quando le occasioni si fanno più "importanti" anche l'outfit lo diventa! Utile-

CASUAL
O CHIC?

lizzando sempre la stessa paletta possiamo rendere tutto più interessante e ultra chic scegliendo, ad esempio, di abbinare un vestito celeste in satin,

a scarpe bordeaux in pendant con il cappotto, e trasformando quindi un grande classico in qualcosa di molto più ricercato.

L'incontro tra tonalità calde e fredde dona equilibrio a ogni outfit, elevandolo a un livello superiore di eleganza. Che sia pantalone e camicia o maglioncino con gonna, questa combinazione rende sofisticato il tuo look in ogni occasione!

Per il GIORNO



Maglioncino in lana bordeaux.
www.ralphlauren.com



Orecchini lunghi con fiori.
www.stradivarius.com



Minigonna con ricami in diverse nuance di celeste.
www.ottodame.it

Borssetta a portafoglio celeste con tracolla.
www.viviennewestwood.com



All Star platform celeste a stivaletto.
www.converse.com

Per la SERA



Vestito longuette in satin celeste intenso.
www.sandroferrone.it



Sofisticata spilla dorata e smaltata.
www.bijou-brigitte.com



Cappotto lungo in lana bordeaux.
www.maxandco.com

Borssetta pitonata con colori sfumati.
www.guess.com



I PROVENZALI
BIO

NATURALE. BIOLOGICO. SOSTENIBILE.

La natura ci insegna il rispetto per la vita. Un principio che ci guida tutti i giorni nella realizzazione dei nostri cosmetici. La **Linea Biologica Certificata all'Olio di Argan** rispetta te e la tua famiglia, senza compromessi, grazie a selezionati ingredienti vegetali e di origine vegetale, provenienti da agricoltura biologica.

Da oggi **I Provenzali** ti danno una garanzia in più: nasce **Cosmetico Sostenibile™** che significa materie prime di qualità, filiera d'origine tracciata, dignità del lavoro, rispetto dell'ambiente e tutela degli animali.

**COSMETICO
SOSTENIBILE™**



LAV - DALLA PARTE
DEGLI ANIMALI



IMPIANTO
FOTOVOLTAICO



100%
vegan



NO INGREDIENTI
ORIGINE ANIMALE



COSMETICI
BIOLOGICI



TESTATO SU
PELLE SENSIBILE
I PROVENZALI
BIO
CREMA VISO
BIOLOGICA
ANTIRUGHE
RASSODANTE
ARGAN
con Acido Ialuronico
50mL



TESTATO SU
PELLE SENSIBILE
I PROVENZALI
BIO
LATTE DETERGENTE
BIOLOGICO
NUTRIENTE
USO QUOTIDIANO
ARGAN
con Acido Ialuronico
500mL

Prendendo ispirazione dalla passerella di Tod's Autunno/Inverno 2025-'26, possiamo vedere come non ci sia nulla di più comodo di un pantalone a gamba ampia e una camicia in cotone. **Linee essenziali, arricchite da questa combo di colori a contrasto** e da un tocco di eccentricità grazie all'aggiunta di dettagli pitonati come scarpe e borsa, infine gioielli preziosi che

COPIA IL LOOK

seguono le stesse nuance. Un semplice look da ufficio che diventa fresco, deciso e che non passa inosservato!

Insomma... nessuna regola da seguire quando c'è da mescolare stili e tonalità. Osa l'accostamento: aggiorna i capi classici con accessori ultra moderni e lascia che l'equilibrio tra i due colori esprima tutto il loro potenziale.



Camicia celeste dal taglio classico in cotone.
www.maxmara.com



Tracolla pitonata con borchiette argento sul profilo. www.stradivarius.com



STYLING TIP



Vestito aderente con maglione incorporato in pelliccia.
www.morgandetoi.com



Orologio con cinturino in pelle celeste.
www.breil.com



Pantalone a palazzo bordeaux.
www.zara.com



Giacchino chic in delicato celeste.
www.hm.com



Anello con rubini e diamanti in oro bianco.
www.damiani.com



Cintura sottile blu con borsello incorporato. www.hm.com



Scarpe slingback, stampa animalier con cinturino alla caviglia.
www.zara.com

ذهب

CAPUCCI

PARFUM INTENSE



STIVALETTI di tendenza dal gusto RETRÒ

Tornano puntuali ogni anno dopo l'estate e si riconfermano protagonisti indiscutibili anche in questa stagione.

Comodi, eleganti e dal fascino intramontabile: autentici evergreen

Versatili e confortevoli, in ogni variante gli stivali sono capaci di stravolgere l'outfit rendendolo audace anche quando le temperature scendono.

Modelli che reinterpretano forme e texture

vintage: lo slouchy boot degli anni Ottanta, dalla punta a fuoco e dal gambale morbido che avvolge la caviglia, o i kitten heels anni Novanta con tacco basso a spillo. Toni neutri, linee pulite e tacchi che si abbassano per adattarsi a ogni occasione: basta poco per avere stile anche in inverno!



Collezione Calliope
F/W 2025-'26.
www.calliope.style.it



1A: Stivaletti in pelle e morsetto dorato. www.gucci.com
1B: Nero con punta e tacco metallizzato. www.michaelkors.it
1C: Slouchy boots scamosciati. www.ysl.com
1D: Con tacco kitten heels pitonati. www.hm.com
1E: Color panna con tacco di design. www.bottegaveneta.com

2A: In lurex argento. www.hm.com
2B: Bordeaux con tacco rosa e linea minimal. www.camper.com
2C: Classico e raffinato bicolor. www.valentino.com
2D: In marrone scamosciato. www.hogan.com

Vitalcare

PROFESSIONAL



COLORAZIONE PROFESSIONALE PERMANENTE

ALLE PROTEINE DELLA SETA,
ACIDO IALURONICO
E CHERATINA VEGETALE.



MADE IN ITALY

www.vitalcare.it



ALLENATI senza RISCHI

Prevenire gli strappi muscolari non richiede strategie complicate: si tratta soprattutto di rispettare il tuo corpo, prepararlo adeguatamente allo sforzo e dargli il tempo di recuperare

Hi presente quella fitta improvvisa che ti blocca a metà corsa o durante una partita di tennis? Quella sensazione di "qualcosa si è rotto" che ti costringe a fermarti di colpo? Ecco, parliamo proprio di lei: la lesione muscolare, o strappo, che arriva sempre nel momento meno opportuno e ti mette fuori gioco per settimane. Ma c'è una buona notizia: **gli strappi muscolari si possono prevenire**. E non serve seguire routine impossibili. Bastano alcune accortezze intelligenti e un po' di attenzione al tuo corpo.

UNO SFORZO ECCESSIVO

Prima di capire come evitarli, è utile sapere cosa accade durante uno strappo muscolare. In pratica, **le fibre del muscolo si lacerano** perché sottopo-

ste a uno sforzo eccessivo o improvviso che supera la loro capacità di allungamento. Può succedere durante uno scatto veloce, un salto, un movimento brusco o quando chiedi al muscolo uno sforzo intenso senza averlo preparato.

I muscoli più colpiti in genere sono quelli posteriori della coscia, i quadri- cipiti, i polpacci e, per chi fa sport con le braccia, anche bicipiti e tricipiti. Insomma, tutte le zone che lavorano di più durante l'attività fisica.

LISTERINE®

Pulizia 5X SUPERIORE

In Aggiunta Allo Spazzolino E Filo Interdentale*

Pulizia Profonda, Dove Lo Spazzolino Non Arriva

SENZA ALCOL



*Studio basato sui batteri che causano alito cattivo

IL RISCALDAMENTO NON È UNA PERDITA DI TEMPO!

Lo sappiamo, quando hai voglia di correre o pensare al tuo sport preferito, dedicare dieci minuti al riscaldamento sembra uno spreco di tempo: eppure, questo breve momento è il tuo migliore alleato contro gli infortuni. **Un muscolo freddo è rigido, poco elastico e molto più vulnerabile alle lesioni.** Il riscaldamento ideale dovrebbe durare almeno 10-15 minuti e includere movimenti progressivi. Inizia con un'attività cardiovascolare



STRETCHING SÌ, MA AL MOMENTO GIUSTO

Sul tema stretching c'è molta confusione. Per anni ci hanno detto di fare allungamenti statici prima dell'attività, ma la ricerca scientifica ha ribaltato questa convinzione. Lo stretching statico prolungato prima dello sport può addirittura ridurre la forza muscolare e aumentare il rischio di infortuni. **Il momento migliore per lo stretching statico è dopo l'allenamento**, quando i muscoli sono caldi e hanno bisogno di recuperare elasticità. Dedica 10-15 minuti a fine sessione per allungare tutti i gruppi muscolari coinvolti, mantenendo ogni posizione per 20-30 secondi senza molleggiare. Prima dell'attività, preferisci invece lo stretching dinamico: movimenti controllati che portano i muscoli verso il loro range di movimento completo, preparandoli allo sforzo imminente.

leggera come la camminata veloce o il jogging blando, poi passa a mobilizzazioni articolari (circonduzioni di braccia, gambe, anche) e infine introduci movimenti dinamici specifici per lo sport che stai per fare. Se devi correre, fai qualche skip e corsa calciata. Se giochi a tennis o pallavolo, simula i movimenti tipici a intensità ridotta. La regola d'oro: più l'allenamento è intenso o la temperatura esterna è bassa, più lungo deve essere il riscaldamento.



L'IMPORTANZA DELLA PROGRESSIONE GRADUALE

Uno degli errori più comuni? Strafare. Magari sei stata ferma per un po' e ti butti subito in un allenamento intenso, oppure decidi di aumentare

drasticamente il carico di lavoro da una settimana all'altra. I muscoli hanno bisogno di tempo per adattarsi. **La regola del 10 per cento è una buona guida:** non aumentare il volume o l'intensità dell'allenamento di più del 10 per cento a settimana. Se corri 20 km

settimanali, la settimana successiva puoi arrivare a 22, non a 30. Sembra poco? Eppure è la strategia che funziona meglio. Lo stesso vale se riprendi dopo un periodo di stop: ricomincia con il 50-60 per cento del volume precedente e aumenta gradualmente.



IDRATAZIONE E ALIMENTAZIONE FANNO LA DIFFERENZA

Un muscolo disidratato è più soggetto a crampi e lesioni. Durante l'attività fisica perdi liquidi ed elettroliti (sodio, potassio, magnesio) che vanno reintegrati. Bevi regolarmente durante la giornata, non solo durante l'allenamento. Sul fronte alimentazione, assicurati di assumere proteine sufficienti per il recupero muscolare e non trascurare carboidrati e grassi buoni. I muscoli hanno bisogno di energia per lavorare bene. Alcuni nutrienti sono particolarmente importanti: il magnesio, gli omega 3 per ridurre l'infiammazione, la vitamina D per la salute muscolo-scheletrica.



Neutrogena®

BEAUTY TO A SCIENCE



Sollievo immediato
e 24 ore di idratazione
per mani estremamente
secche e screpolate

Mal di schiena? Prova i cerotti per un sollievo immediato

Non sono tutti uguali: ecco come scegliere quello perfetto per te

A chi non è capitato di sentire una fitta alla schiena dopo una giornata al computer o un fastidio dopo un allenamento intenso? Niente di grave, ma sufficiente per rovinare il buonumore. In questi casi, però, c'è un piccolo rimedio discreto, comodo e sempre più diffuso: il cerotto muscolare. Non è una magia, ma **un alleato silenzioso che sa dare sollievo proprio dove serve**, aiutandoti a ritrovare leggerezza e libertà nei movimenti.

TANTE TIPOLOGIE

Saperli distinguere fa la differenza. Ci sono i cerotti **medi-cati**, che rilasciano gradualmente principi attivi come diclofenac o mentolo, agendo localmente senza sovraccaricare lo stomaco. Poi ci sono quelli **“a calore”**, che diffondono un tepore costante capace di rilassare la muscolatura e migliorare la micro-



circolazione. Infine, i cerotti **elasticci**, i colo-rati kinesiology tape che vedi spesso sulle spalle degli sportivi, lavorano

in modo diverso: non contengono farmaci, ma sfruttano la tensione del nastro per stimolare la pelle e sostenere i muscoli in movimento. Quali usare? Gli studi scientifici parlano chiaro: i cerotti medicati offrono un sollievo reale, anche se non miracoloso. Quelli termici, invece, sono perfetti per dolori da tensione o per muscoli “induriti” dopo giornate stressanti. Attenzione però: il calore è un alleato solo quando non c'è infiammazione acuta, perché in caso contrario può peggiorare il gonfiore. I cerotti elasticci, invece, sono più controversi. Alcune ricerche ne riconoscono un ruolo nel migliorare la percezione del corpo e ridurre la sensazione di fatica, altre ne ridimensionano l'efficacia.

Quando non devi usarli (o devi farlo con cautela)

- Se il dolore è molto intenso, una lesione è grave o sospetti uno strappo serio: serve valutazione medica.
- In caso di pelle lesa, ferite, dermatiti o irritazioni nell'area. Non applicare su cute danneggiata.
- Se sei allergica ai componenti del cerotto (es. adesivi, analgesici come diclofenac, mentolo, capsaina).
- Se stai già assumendo altri farmaci antinfiammatori: attenzione all'effetto cumulativo, anche da assorbimento sistemico.
- Durante la gravidanza o in condizioni mediche delicate (es. problemi cardiaci): meglio chiedere al medico!



Quando possono aiutarti

- Hai una contrattura, un indolenzimento, uno stiramento lieve o un dolore muscolare locale, e vuoi un aiuto “morbido” prima di terapie più invasive.
- Vuoi evitare gli effetti sistemici dei farmaci (es. gli anti-infiammatori assunti per bocca), perché magari hai problemi allo stomaco. I cerotti locali possono limitare l'esposizione sistemica.
- Vuoi un sollievo continuo durante il giorno, senza dover applicare il gel molte volte.
- Stai usando anche altre misure (riposo, fisioterapia, esercizi leggeri) e vuoi un aiuto “di supporto”.

COSÌ MASSIMIZZI L'EFFICACIA

Perché un cerotto funzioni davvero, serve qualche accortezza. La pelle, innanzitutto, deve essere pulita, asciutta e integra: niente residui di crema, sudore o irritazioni. Va applicato con attenzione, seguendo le istruzioni sulla confezione, e rimosso se compare prurito o rosore: potresti essere sensibile all'adesivo o al principio attivo. **Non serve tenerlo oltre il tempo indicato:** la pelle ha bisogno di respirare. Non esagerare con il numero di applicazioni e non combinarlo con altri prodotti simili, soprattutto se contengono an-

tinflammati. E se dopo qualche giorno il dolore non passa, meglio chiedere consiglio al medico o al fisioterapista, perché dietro un piccolo fastidio può nascondersi una tensione cronica o un gesto sbagliato da correggere. Il consiglio degli esperti, comunque, è di considerare i cerotti come parte di un piccolo rituale di benessere. Alternati a un massaggio delicato, a esercizi di stretching o a un bagno caldo con sali di magnesio. Anche la postura gioca un ruolo chiave: bastano pause regolari davanti al computer o un cuscino ergonomico per evitare che le tensioni si accumulino.

THERMO **THERAPY**

RISCOPRI LA TUA LIBERTÀ DI MOVIMENTO

DISPOSITIVI TERAPEUTICI AUTORISCALDANTI



con FASCE AUTORISCALDANTI RICARICABILI

**QUALITÀ e
INNOVAZIONE**



SENZA MEDICINALI

Questione di POSA

Stesso pavimento, effetto completamente diverso: il segreto è tutto nello schema. Ecco come scegliere tra dritta, sfalsata, diagonale e spina di pesce per valorizzare ogni centimetro della tua casa

Hai finalmente trovato le piastrelle perfette: il colore è quello giusto, così come il materiale. Ma sai che lo schema che scegli può cambiare completamente l'aspetto della tua casa? Non è un dettaglio tecnico da delegare a un professionista, ma è una scelta estetica che influenza quanto uno spazio sembrerà ampio, luminoso o elegante. **Ogni ambiente ha la sua posa ideale**, in base alle dimensioni, alla luce e allo stile che vuoi ottenere.

"NON È UN DETTAGLIO,
MA UNA DECISIONE
CHE INFLUENZA LA
PERCEZIONE"

DRITTA. SEMPLICITÀ CHE FUNZIONA

La posa dritta, con le piastrelle disposte parallele alle pareti in file ordinate, è la più classica. Pulita, lineare, senza tempo. È perfetta quando le piastrelle hanno già un pattern decorativo importante o vuoi **un risultato sobrio ed elegante**. Funziona benissimo in cucine moderne e bagni piccoli, dove la semplicità aiuta a non frammentare lo spazio. È anche la più economica, perché genera meno scarti. Il trucco in più? In una stanza rettangolare puoi disporre le piastrelle nel senso della lunghezza per enfatizzare l'effetto corridoio, oppure nel senso della larghezza per bilanciare le proporzioni. La direzione fa davvero la differenza.



Gres effetto cemento, posa dritta. TopStock.it



QUALITY PRODUCTS
SINCE 1952



La Regina delle scope!

Scopa Biattiva, la regina delle scope piane! Fibre esterne in morbido NYLON per non sollevare la polvere, fibre interne in PET resistenti per una azione profonda con lo sporco più difficile. Completa di manico super leggero in alluminio da cm. 130. Prodotto realizzato interamente in Italia nel nostro stabilimento, utilizzando i migliori materiali, per garantire la massima qualità e durata del prodotto!
IPPA, PRODOTTI DI QUALITÀ DAL 1952!



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

FIBRE NYLON
morbido all'esterno
per non sollevare
la polvere

FIBRE PET
all'interno,
resistenti
e durature



Super leggera con manico in alluminio 130 cm

Follow us on



VALUTA IN BASE ALLA STANZA

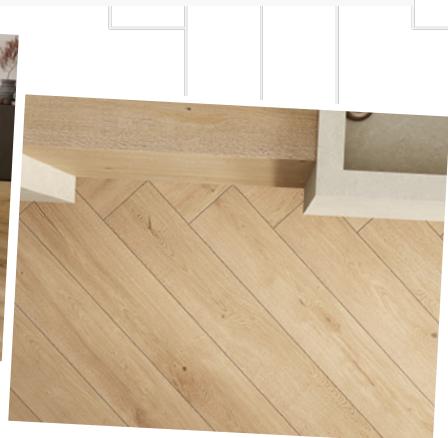
In cucina, dove la praticità conta quanto l'estetica, le più indicate sono la posa dritta e quella sfalsata. Facilitano la pulizia e creano un fondo neutro. In bagno, se lo spazio è piccolo, la diagonale aiuta ad ampliarlo visivamente, mentre nei bagni più grandi puoi anche osare con la spina di pesce per un effetto spa di lusso. Passando al soggiorno, molto dipende dallo stile: se è moderno e minimal, la posa dritta con grandi formati è la più adatta, lo stile contemporaneo si sposa con quella sfalsata, mentre se prediliги un arredo elegante e classico troverai la massima espressione nella spina di pesce. Nei corridoi e negli ingressi la posa sfalsata nel senso della lunghezza allunga lo spazio, mentre quella diagonale può bilanciare i passaggi stretti.



Gres effetto legno, posa sfalsata.
Italgres Outlet



Gres effetto legno, posa a spina di pesce.
Ceramica Rondine



Gres effetto legno, posa-diagonale.
Marca Corona

SFALSATA. DINAMISMO CONTEMPORANEO

La posa sfalsata, chiamata anche "a correre", prevede che ogni fila parta dalla metà di quella sottostante, creando un effetto mattone. È dinamica e versatile, **particolarmente adatta ai formati rettangolari che ricordano il legno**. Crea movimento e ritmo visivo, rendendo l'ambiente meno statico. Funziona benissimo in corridoi e ingressi perché, se posata nel senso della lunghezza, amplifica la prospettiva. È perfetta anche per open space e soggiorni dove vuoi continuità senza monotonia. Richiede però maggiore precisione: se le fughe non sono perfettamente allineate, l'effetto finale può risultare disordinato.

SPINA DI PESCE. ELEGANZA SENZA TEMPO

La spina di pesce è il pattern più elegante e sofisticato. Le piastrelle rettangolari vengono disposte con un'angolazione di 90 gradi tra loro, creando una "V" che si ripete. È assolutamente magnifica con le piastrelle effetto legno, che riproducono l'estetica del parquet con la praticità della ceramica. Crea movimento, carattere e un senso di artigianalità che impreziosisce qualsiasi ambiente. È perfetta per soggiorni importanti, camere padronali, o per creare una zona definita in un open space. **Funziona meglio in spazi abbastanza ampi** e richiede una posa precisa e tempi più lunghi, quindi è la soluzione più costosa. Ma per chi cerca un risultato unico, vale ogni centesimo.

DIAGONALE. L'ILLUSIONE DELLO SPAZIO

Vuoi far sembrare una stanza più grande? La posa diagonale è la tua alleata. Disponendo le piastrelle a 45 gradi rispetto alle pareti, l'occhio segue le linee oblique che attraversano lo spazio, creando un'illusione di maggiore ampiezza. **È molto efficace in ambienti piccoli e quadrati**: funziona infatti a meraviglia nei bagni contenuti, dove ogni centimetro percepito in più fa la differenza. È perfetta anche per valorizzare stanze con proporzioni irregolari. Il rovescio della medaglia, però, è che richiede più materiale per i tagli agli angoli e ciò può far lievitare i costi.

LUCE E PROPORZIONI FANNO LA DIFFERENZA

La luce naturale interagisce con le pose creando effetti diversi. Nelle stanze molto luminose esposte a sud, la spina di pesce crea giochi di ombre particolari e interessanti. Negli ambienti poco illuminati, invece, meglio optare per pose semplici come quella dritta o quella sfalsata. Le proporzioni della stanza sono determinanti: ambienti piccoli beneficiano di pose che ampliano come la diagonale, mentre spazi grandi possono permettersi pattern elaborati come la spina. Stanze lunghe e strette vanno "accorciate" visivamente con pose trasversali, mentre quelle quadrate diventano più dinamiche con la posa diagonale.

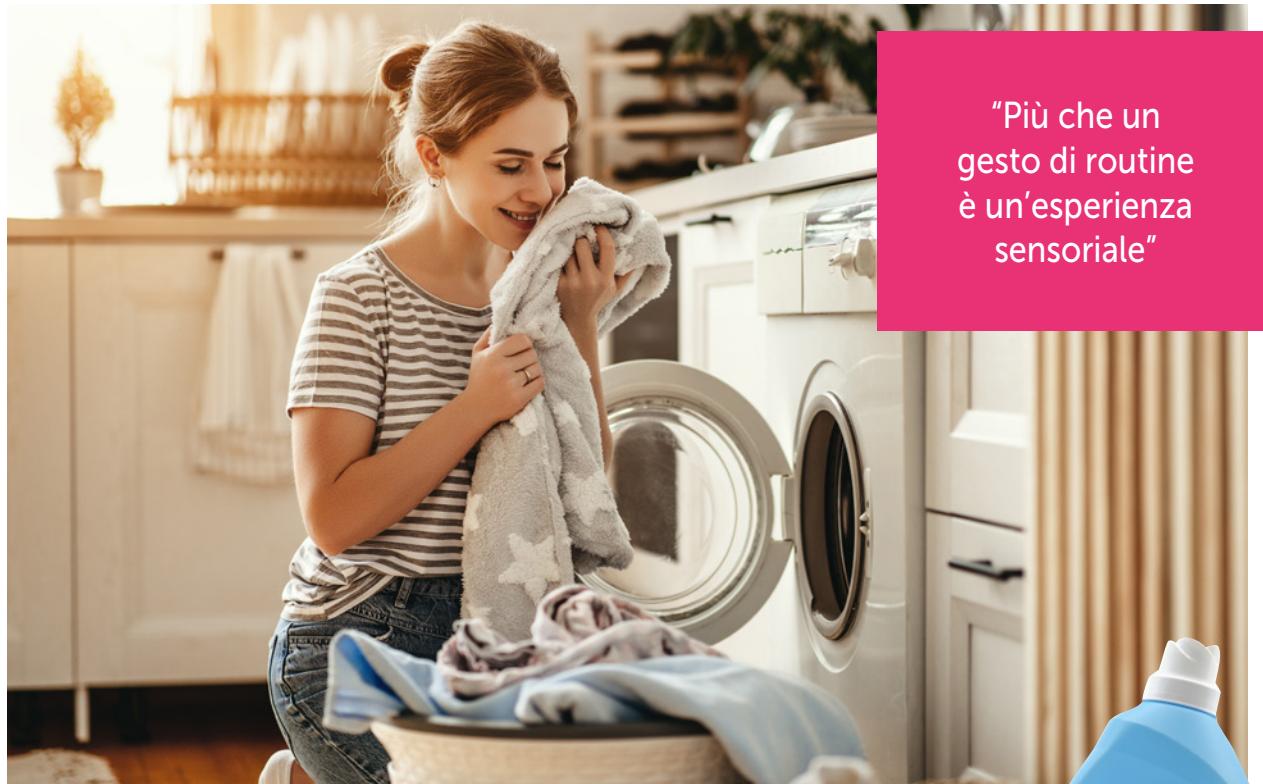


NON RINUNCIARE ALLA QUALITÀ



La coccola che fa bene al bucato (e al portafoglio)

L'ammorbidente non è solo un profumo: protegge i tessuti, facilita la stiratura e riduce i consumi energetici. Scegli la fragranza giusta e... falla durare più a lungo!



"Più che un gesto di routine è un'esperienza sensoriale"

Il segreto di un bucato perfetto? Tutto parte dall'ammorbidente! C'è chi lo considera un vezzo superfluo e chi non potrebbe immaginare di farne a meno: sì, l'ammorbidente divide, ma resta uno dei protagonisti silenziosi del bucato. Basta aprire l'oblò della lavatrice e lasciarsi avvolgere dal profumo che sa di casa, di pulito, di abbraccio: una sensazione che, ammettiamolo, va ben oltre la semplice igiene. **Ma dietro quella nuvola di morbidezza c'è anche una precisa funzione tecnica**, che riguarda la cura delle fibre, la loro durata nel tempo e persino il consumo energetico.

UN TRATTAMENTO DI BELLEZZA

Dietro la sua allure sensoriale, l'ammorbidente nasconde una precisa funzione tecnica: non si limita a profumare, ma **agisce come un vero trattamento cosmetico per i tessuti**. La sua formula, composta da tensioattivi cationici, si lega alle fibre durante l'ultimo risciacquo, creando un sottilissimo

film che riduce l'elettricità statica, rende i capi più soffici e facilita la stiratura. Usare l'ammorbidente, inoltre, **può contribuire a ridurre il consumo energetico**. Le fibre più lisce e morbide asciugano più velocemente, il che significa meno tempo in asciugatrice e minore consumo di elettricità. In pratica, ammorbidisce e protegge, rendendo il bucato non solo più gradevole al tatto,

ma anche più facile da gestire. Tuttavia, non tutti i capi lo amano allo stesso modo. Sui tessuti tecnici, come quelli sportivi o impermeabili, può alterare le prestazioni e ridurre la capacità traspirante. Lo stesso vale per la microfibra e per gli asciugamani, che rischiano di perdere parte dell'assorbienza.



IL PROFUMO DEL TUO BENESSERE, ANCHE PER IL BUCATO



UNA LINEA COMPLETA E RINNOVATA

Capi morbidi e piacevolmente profumati con gli Ammorbidenti e Profumatori Bucato Felce Azzurra:

- Ammorbidenti: ancora **più profumo e più lavaggi al tuo bucato** grazie alla **nuova formula**
- Ammorbidenti Concentrati: **fino a 100 giorni di profumo*** per il tuo bucato con la loro **nuova tecnologia**
- Profumatori bucato: pensati per avvolgere i tuoi capi con **fragranze sofisticate** e che **profumano a lungo**

Lasciati avvolgere dalle note **uniche e inconfondibili dell'essenza Classico** e prova anche le altre **irresistibili profumazioni della gamma!**

* per capi riposti in armadio

QUANDO E COME USARLO

Usarlo nel modo giusto è fondamentale. Partiamo dalle basi: l'ammorbidente **va sempre versato nella vaschetta dedicata della lavatrice**, mai direttamente sui capi, perché a contatto diretto potrebbe lasciare alone o macchie. Entra in azione nell'ultima fase del lavaggio, quando l'acqua di risciacquo distribuisce uniformemente il prodotto sui tessuti. La dose consigliata riportata sull'etichetta non è un'indicazione generica, ma tassativa affinché il prodotto possa essere davvero efficace. Per un risultato impeccabile, è utile anche scegliere il ciclo di lavaggio adatto al tipo di tessuto. I capi delicati, come seta o lana, beneficiano di cicli brevi e a basse temperature con ammorbidenti specifici, mentre il cotone e la biancheria da letto possono essere trattati con formule classiche e profumazioni più intense.

TANTE NOTE OLFACTIVE

C'è poi l'aspetto sensoriale, quello che trasforma un gesto domestico in un piccolo rituale di benessere. Il profumo del bucato appena steso o riposto nell'armadio diventa una firma olfattiva personale, un modo per prolungare la sensazione di comfort e di ordine anche nelle giornate più frenetiche. E, diciamolo, **un bucato morbido e profumato fa stare bene**. In questo senso il mondo degli ammorbidenti è un universo sensoriale in cui è impossibile non trovare la propria firma olfattiva: chi ama le note floreali troverà fragranze delicate e persistenti: lavanda, gelsomino, rosa o mughetto sono le più classiche, evocano freschezza e pulito e restano a lungo sui tessuti. Chi preferisce un bucato neutro può optare per versioni "clean scent" scegliendo

fragranze di lino, talco o cotone, più discrete ma raffinate, ideali anche per la biancheria e i capi baby e pensate per lasciare solo una sensazione di fresco pulito. Le profumazioni fruttate come pesca, cocco o vaniglia aggiungono, invece, una nota golosa e solare, perfetta per i mesi estivi. Infine, le nuove linee "premium" propongono mix sofisticati ispirati alla profumeria di nicchia, con accenti di muschio bianco, ambra o sandalo, per un bucato che diventa un vero accessorio sensoriale.

I SEGRETI PER UN PROFUMO A LUNGA DURATA

Una delle domande più frequenti è: come mantenere il profumo dell'ammorbidente più a lungo anche una

"Rende le fibre lisce, così i panni sono più gradevoli al tatto"



volta che i capi sono asciutti? Il segreto è una combinazione di buone abitudini. Innanzitutto, **non sovraccaricare la lavatrice**: i capi devono muoversi liberamente perché il prodotto si distribuisca in modo uniforme. Poi, è fondamentale **stendere i panni subito dopo il lavaggio**, quando il profumo è ancora fresco, evitando di lasciare il bucato chiuso nella lavatrice. Se si usa l'asciugatrice, si può aggiungere un foglio profumato o una pallina in lana con qualche goccia di olio essenziale. Anche riporre i capi in armadi puliti e ben arieggiati aiuta a mantenere la fragranza più a lungo: si possono inserire bustine profumate o cuscinetti con la stessa nota olfattiva dell'ammorbidente, per creare un effetto di continuità.

GLI ERRORI PIÙ COMUNI

Il primo sbaglio che facciamo in tante è pensare che "più ne metto, più è morbido": dosi eccessive lasciano residui che appesantiscono le fibre e riducono la traspirabilità dei tessuti. Un altro errore frequente è quello di non fare attenzione alla temperatura del lavaggio: con cicli troppo caldi, l'azione dell'ammorbidente perde efficacia.

UN OCCHIO ALLA SOSTENIBILITÀ

Per chi ama le soluzioni ecologiche, esistono in commercio anche ammorbidenti vegetali con ingredienti biodegradabili e profumi derivati da oli essenziali. Alcuni brand, inoltre, propongono ricariche concentrate per ridurre la plastica e ci sono anche formulazioni testate per pelli sensibili.



DIMENTICA le MACCHIE CREA il tuo STILE.



Acquista 2 prodotti Omino Bianco

in palio ogni giorno
1 set Gabel a tua scelta
per la camera o il bagno

Gabel
1957

Concorso "DIMENTICA LE MACCHIE, CREA IL TUO STILE" valido dal 01/09/2025 al 31/12/2025: acquista 2 prodotti Omino Bianco a scelta in un unico documento di acquisto, vai su www.dimenticalemacchie.it, scegli il premio, compila il form e scopri subito se hai vinto uno dei 61 Set letto matrimoniale Gabel o uno dei 61 Set bagno Gabel Linea Tinta Unita & Co. (composto da accappatoio taglia L e telo bagno) messi in palio nel periodo. Montepremi: 7.869,00 Euro IVA inclusa. Per informazioni aggiuntive e premi in palio consulta il regolamento completo e la privacy policy su www.dimenticalemacchie.it.





NATALE da **gustare**

C'è un momento dell'anno in cui la cucina si veste di magia: è il Natale, quando ogni piatto profuma di festa e ogni tavola diventa

un abbraccio. Dall'antipasto al dolce, lasciati ispirare da ricette che uniscono **tradizione e creatività**: sfiziosi alberelli di pasta sfoglia, eleganti ter-

rine, primi di mare, arrosti in crosta e dolci che sembrano usciti da una fiaba. Un viaggio tra sapori e colori per rendere indimenticabili le tue Feste.



Alberelli di pasta sfoglia con pancetta e olive

porzioni_10

difficoltà_BASSA

costo_BASSO

tempo_30 MIN.

NOTE

Un'idea semplice e divertente per portare allegria in tavola: perfetti come aperitivo o finger food natalizio, piacciono a grandi e bambini e si preparano in pochi minuti.

INGREDIENTI

1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare
100 gr di pancetta affumicata a fette sottili
10 olive verdi denocciolate
10 stecchini lunghi di legno
1 uovo
1 cucchiaino di latte



PROCEDIMENTO

- Srotola la pasta sfoglia sul piano di lavoro e, con un coltello affilato, ritaglia delle strisce larghe circa 1,5 cm. • Disponi su ciascuna striscia una fetta di pancetta e arrotola a zig-zag la striscia su uno stecchino, creando la forma di un piccolo alberello.
- Premi leggermente la pasta affinché aderisca bene alla pancetta. • Spennella la superficie con l'uovo sbattuto con un cucchiaino di latte e sistema gli alberelli su una teglia rivestita di carta forno.
- In cima a ciascuno inserisci un'oliva verde come decorazione. • Cuoci in forno caldo a 200°C per circa 15 minuti, finché gli alberelli saranno gonfi e dorati. • Servili caldi o tiepidi come aperitivo, accompagnati da un bicchiere di prosecco.



Uova alberello



porzioni_12

difficoltà_BASSA

costo_BASSO

tempo_25 MIN.

NOTE

Un antipasto creativo e colorato che porta subito l'atmosfera natalizia in tavola. Il ripieno verde, a base di piselli, è decorato con peperoni e stelline di formaggio: un piccolo capolavoro di fantasia.



INGREDIENTI

200 gr di piselli surgelati
50 gr di formaggio spalmabile
6 uova
1 cucchiaino di parmigiano grattugiato
1 cucchiaino di succo di limone
1 pizzico di sale
1 cucchiaino di olio evo
1/2 peperone rosso dolce
1 fettina di formaggio giallo per le stelline
parmigiano q.b.

PROCEDIMENTO

- Fai bollire le uova per 10 minuti, raffreddale sotto l'acqua corrente, sbucciale e tagliale a metà nel senso della lunghezza. • Estrai i tuorli e tienili da parte.
- Nel frattempo, cuoci anche i piselli in acqua salata per 10 minuti, scolali e frullali insieme ai tuorli, al formaggio spalmabile, al parmigiano, all'olio e al succo di limone fino a ottenere una crema liscia e densa. • Trasferisci il composto in una tasca da pasticciere con bocchetta a stella e riempì le mezze uova formando un piccolo alberello.
- Decora con dadini di peperone rosso come fossero palline e con stelline di formaggio ritagliate con uno stampino. • Completa con una spolverata di parmigiano per l'effetto "neve".
- Conserva in frigo fino al momento di servire.

NUOVO

Svelto

PROVALO GRATIS!



ACQUISTA UN
NUOVO SVELTO
TITANIUM da 650ml
o UNO SVELTO PUMP
da 450ml*
e CHIEDI il
RIMBORSO!**

Cashback "SVELTO PROVALO GRATIS" valido dal 01/10/25 al 31/12/25 nei punti vendita che espongono il materiale promozionale, sull'acquisto di n. 1 prodotto a scelta tra Svelto Concentrato Titanium, Svelto Concentrato e Svelto Pump, nei formati indicati nel T&C. Conserva il documento d'acquisto e chiedi il rimborso entro 5 giorni di calendario dall'acquisto, completando la procedura.

*Per prodotti coinvolti ed info leggi il Termini e condizioni su www.dettofranoit.it/sveltoprovalogratis oppure chiama il numero verde 800.800.121. **Puoi chiedere un solo rimborso, nel periodo, fino ad un massimo di 3€.

^rispetto a Svelto non-concentrato



Spaghetti all'astice

porzioni_4
difficolta_BASSA
costo_ALTO
tempo_50 MIN.

NOTE

Un primo ricco e
suntuoso, perfetto
per la Vigilia di
Natale.

INGREDIENTI

2 astici (500-600 gr l'uno)
400 gr di spaghetti
300 gr di pomodori pelati
4 cucchiai di olio evo
2 spicchi d'aglio
1/2 bicchiere di vino bianco
secco
1 ciuffo di prezzemolo
sale e pepe q.b.



PROCEDIMENTO

- Taglia gli astici a metà nel senso della lunghezza e spezzetta le chele svuotandole.
- In una padella ampia scalda l'olio con l'aglio schiacciato, aggiungi gli astici e falli rosolare per qualche minuto finché il guscio assume un colore brillante.
- Versa il vino bianco e lascialo sfumare a fiamma vivace.
- Unisci i pomodori pelati schiacciati con una forchetta e un pizzico di sale e lascia cuocere a fuoco moderato per circa 15 minuti, mescolando di tanto in tanto.
- Nel frattempo, cuoci gli spaghetti in abbondante acqua salata, scolali al dente e trasferiscili nella padella con il sugo.
- Fai saltare tutto per un paio di minuti per amalgamare i sapori e profuma con prezzemolo tritato fresco.
- Servi subito, guarnendo con un pezzo di chela e un filo d'olio a crudo.



Terrina di pesce con salmone e verdure



porzioni_8-10

difficolta_MEDIA

costo_ALTO

tempo_80 MIN.
+ raffredd.

NOTE

Un piatto elegante e
leggero, ideale per i
menu delle Feste a
base di pesce, porta
in tavola un tocco
di raffinatezza d'altri
tempi.



INGREDIENTI

400 gr di filetti di merluzzo
250 gr di ricotta fresca
150 gr di filetti di salmone fresco
150 gr di fettine di salmone
affumicato
150 ml di panna da cucina
150 gr di asparagi lessati
2 albumi
1 cetriolo
1 mazzetto di aneto
1 cucchiaino di succo di limone
sale e pepe bianco q.b.
burro e pangrattato per lo stampo
q.b.



PROCEDIMENTO

- Lessa i filetti di merluzzo in acqua leggermente salata per pochi minuti, scolali e falli intiepidire. Taglia a pezzetti il merluzzo e il salmone fresco (elimina eventuali spine) e trasferisci entrambi nel mixer con la ricotta, la panna e gli albumi. • Frulla fino a ottenere un composto omogeneo e soffice, poi regola di sale e pepe. • Dividi il composto in due ciotole: in una aggiungi un trito fine di asparagi e un cucchiaino di panna in più, nell'altra incorpora il succo di limone e un pizzico di aneto tritato. • Rivesti uno stampo da plumcake con carta forno imburrata e spolverata di pangrattato. • Versa sul fondo un po' del composto di asparagi con qualche rondella di asparago, livella bene e metti sopra metà del composto chiaro e adagia sopra le fette di salmone affumicato. • Copri con il composto agli asparagi rimasti, alternando qualche rondella di asparago per l'effetto decorativo. • Cuoci la terrina a bagnomaria in forno preriscaldato a 170°C per circa 40 minuti, finché risulterà compatta al tatto. • Lasciala raffreddare completamente prima di sformarla. • Servi a fette, decorando con dadini di cetriolo fresco e ciuffetti di aneto, accompagnando con un calice di vino bianco secco ben freddo.



DIAMO FORMA
alla tua creatività
IN CUCINA



RAPID



Rapid s.p.a. | Via Commercio n° 4/6 | 25011 Ponte San Marco
Calcinato Brescia, Italia | T. 030 9985044 | rapid@rapid.it

www.rapid.it



Filetto alla Wellington

porzioni 4-5

difficoltà MEDIA

costo MEDIO

tempo 65/70 MIN.

NOTE

Un grande classico delle feste, amato per la sua eleganza scenografica e il contrasto perfetto tra la crosta dorata e il cuore tenero di carne. Nacque in Inghilterra e prende il nome dal Duca di Wellington.

INGREDIENTI

1 kg di filetto di manzo
350 gr di funghi champignon
30 gr di burro
8 fette di prosciutto crudo
1 rotolo di pasta sfoglia
1 scalogno
1 cucchiaino di senape inglese
1 tuorlo d'uovo
1 cucchiaino di panna
1 cucchiaino di olio evo
sale e pepe q.b.



PROCEDIMENTO

- Pulisci i funghi e tritali finemente insieme allo scalogno. • Falli appassire in padella con il burro e un filo d'olio, lasciando evaporare l'acqua di vegetazione finché diventano asciutti e morbidi.
- Rosola rapidamente il filetto in una padella caldissima con poco olio, solo per sigillare la superficie. • Scolalo, salalo e pepalo, poi spennellalo con la senape e lascialo raffreddare. • Stendi un foglio di pellicola da cucina, disponi sopra le fette di prosciutto leggermente sovrapposte e spalma i funghi sul prosciutto in modo uniforme. • Adagia il filetto al centro e, aiutandoti con la pellicola, arrotola bene formando un cilindro compatto. • Lascia riposare in frigo per 30 minuti. • Stendi la pasta sfoglia, elimina la pellicola e avvolgi il filetto nella sfoglia, sigillando bene i bordi. • Decora la superficie con ritagli di pasta formando delle celle, spennella con tuorlo e panna mescolati e cuoci in forno a 200°C per 30-35 minuti. • La crosta deve risultare dorata e croccante, mentre la carne interna rimarrà rosata e succosa. • Lascia riposare per 10 minuti prima di tagliarlo a fette e servirlo con salsa al vino rosso o con un contorno di verdure al vapore.



Tronchetto di Natale



porzioni 8-10

difficoltà MEDIA

costo MEDIO

tempo 40 MIN.
+ frigo

NOTE

Il dolce simbolo delle Feste francesi, nato nell'Ottocento per ricordare il ceppo di legno che un tempo si bruciava nel camino la notte di Natale come buon augurio. Morbido, goloso e sempre scenografico!

Per la pasta biscotto:

100 gr di zucchero semolato
80 gr di farina 00
20 gr di cacao amaro

4 uova

1/2 cucchiaino di lievito per dolci
burro per la teglia q.b.

Per la farcitura:

300 ml di panna fresca

100 gr di mascarpone

1 cucchiaino di zucchero a velo

Per decorare:

100 gr di cioccolato fondente

2 cucchiaini di panna

1 cucchiaino di miele millefiori

granella di nocciole q.b.

ciliegie candite q.b.

foglioline di menta fresca q.b.

PROCEDIMENTO

- Sbatti in una ciotola le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso, poi unisci la farina setacciata con il cacao e il lievito, mescolando delicatamente. • Versa l'impasto su una placca rivestita di carta forno imburrata e livella bene.
- Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 10 minuti. • Rovescia il biscotto su un canovaccio umido, elimina la carta e arrotolalo subito dal lato corto, lasciandolo raffreddare così per mantenere la forma.
- Monta la panna con il mascarpone e lo zucchero a velo fino a ottenere una crema soffice. • Srotola il biscotto, spalma la crema e arrotola di nuovo. • Per la copertura, sciogli il cioccolato fondente con il miele e la panna, mescola fino a ottenere una glassa lucida e copri tutto il rotolo. • Con una forchetta crea le tipiche venature del tronco. • Decora con ciliegie candite, foglioline di menta e granella di nocciole. • Lascia rassodare in frigo fino a 15 minuti prima di servirlo.
- Servi a fette, accompagnando con un bicchiere di spumante dolce.



IL POTERE SGRASSANTE DEL LIMONE DI SICILIA.



NOVITÀ

**IL PROTAGONISTA DELLA DETERGENZA
STOIVIGLIE E CUCINA.**

Dal 1969, l'icona italiana che ha fatto del potere sgrassante al limone il suo punto di forza.
Per risultati sempre impeccabili sulle stoviglie e in cucina grazie ai nuovi pulitori Ultra Power.



Maria Zito, alias Tatamery,
artista e animatrice.
www.facebook.com/TATAMERYFESTE,
anche su YouTube: Tatamery



24 giorni per stare insieme Il Calendario dell'Avvento... rivisitato!

Un'occasione per riscoprire il valore del tempo condiviso e della presenza

Altro che cioccolatini e sorprese: quest'anno il Calendario dell'Avvento diventa un'occasione per rallentare e riscoprire il valore del tempo insieme. A proporlo è Tatamery, che invita mamme e papà a trasformare l'attesa del Natale in un **percorso di piccole esperienze quotidiane**, pensate per nutrire i legami e la serenità domestica. «Siamo abituati a riempire i bambini di oggetti, ma ciò di cui hanno davvero bisogno è la nostra presenza. L'avvento può essere un allenamento alla lentezza e alla gratitudine», spiega. L'idea è semplice ma potentissima: sostituire i 24 regalini con 24 attività, una per ogni giorno di dicembre fino a Natale. «Ogni mattina si estrae un "compito" da fare insieme: qualcosa che faccia stare bene», suggerisce Tatamery. Del resto, il Calendario dell'Avvento era nato proprio con questo scopo!

NACQUE DA UN GESTO SEMPLICE

Prima di diventare un oggetto patinato, infatti, il Calendario dell'Avvento è stato un gesto d'amore materno. La leggenda racconta di una mamma tedesca di fine Ottocento che, stanca delle continue domande del figlio impaziente, "Quando arriva Natale?", preparò 24 biscotti da appendere al muro, uno per ogni giorno di dicembre. Da quel gesto semplice nacque l'usanza, poi diffusa e trasformata da Gerhard Lang nel primo calendario stampato: piccole finestrelle da aprire giorno dopo giorno **per rendere l'attesa più dolce e concreta**. Quella che era una tradizione domestica è diventata, nel tempo, un rito collettivo.

UN RITO CHE INSEGNA A RALLENTARE

Oggi, in un mondo che corre, l'Avvento può tornare a essere un allenamento alla lentezza. «L'attesa è un valore educativo enorme - spiega Tatamery - perché insegna ai bambini la pazienza, la gratitudine e la capacità di dare significato al tempo. Un calendario di esperienze non è solo un gioco, è **una scuola emotiva per tutta la famiglia**. Dietro la leggerezza delle attività quotidiane si nasconde qualcosa di più grande: la forza dei rituali. Ogni giorno diventa una piccola abitudine che unisce, un punto fisso nel vortice delle giornate, un "noi" che resiste al caos.



UN INVITO A NUTRIRE I LEGAMI

Ecco alcune delle proposte di Tatamery per costruire un Calendario dell'Avvento alternativo. «Queste attività - avverte l'esperta - non devono diventare un dovere, ma un invito a respirare insieme. Non importa se ne saltiamo una o se un giorno siamo troppo stanchi: ciò che conta è l'intenzione, il desiderio di esserci davvero».

DICEMBRE 2025

- 1 – Scriviamo una lettera: non a Babbo Natale, ma a una persona che amiamo, per dirle grazie.
- 2 – Colazione speciale: apparecchiare con cura, accendere una candela e gustare la lentezza del mattino.
- 3 – Passeggiata del silenzio: dieci minuti all'aperto senza parlare, solo per ascoltare il mondo.
- 4 – Serata senza schermi: spegnere tv e telefoni, accendere la musica e ballare insieme.
- 5 – Cucinare un dolce: un biscotto, una torta...
- 6 – Creiamo una decorazione con materiali di riciclo: così l'albero sarà più "vostro".
- 7 – Guardiamo vecchie foto di famiglia: raccontare le storie dietro le immagini, rivivere i ricordi.
- 8 – Albero in famiglia: decorare casa tutti insieme accende la magia e costruisce ricordi.
- 9 – Giornata del "grazie": contare quante volte riusciamo a dire grazie, con sincerità.
- 10 – Una telefonata del cuore: risentire chi non sentiamo da tempo.
- 11 – Lavoretto con la natura: pigne, foglie, legnetti e un pomeriggio profumato d'infanzia.
- 12 – Picnic sul tappeto: anche la cena più semplice diventa magica se la si vive come un'avventura.
- 13 – Leggiamo un libro al buio con la torcia: perché la voce della mamma o del papà è il suono più rassicurante.
- 14 – Post-it d'amore: nasconderli in casa per sorprendere chi amiamo.
- 15 – Prepariamo una tisana e raccontiamoci la giornata: la condivisione come coccola serale.
- 16 – Facciamo un disegno "a quattro mani": l'adulto inizia, il bambino completa.
- 17 – Giornata della gentilezza: un gesto gratuito verso qualcuno fuori casa.
- 18 – Riscopriamo un gioco da tavolo: senza competizione, solo per ridere.
- 19 – Scriviamo insieme i nostri desideri per l'anno nuovo: non obiettivi, ma sogni.
- 20 – Facciamo ordine: doniamo ciò che non usiamo più.
- 21 – Cucinare insieme la cena: lasciando i bambini sporcarsi e imparare.
- 22 – Giornata del pigiama: restare a casa, rallentare, coccolarsi.
- 23 – Cinema domestico: un film scelto insieme, popcorn e coperta.
- 24 – Abbraccio lungo: chiudere l'avvento con il gesto più bello e sincero che ci sia.

CASHBLACK



FINO A
20€*
DI RIMBORSO

SU 40€ DI SPESA**

SE NELL'ACQUISTO
È COMPRESO UN



**1. CARICA LO SCONTRINO IN APP
ENTRO 15 GIORNI DALL'ACQUISTO**

**2. RICEVI IL RIMBORSO SUL
TUO CONTO CORRENTE**

* Prodotti coinvolti: tutti i prodotti Pampers e tutti i prodotti Hero Solo Bio. Iniziativa «Cashblack Pampers Novembre 2025» valida dal 29/10/2025 al 02/12/2025 nei punti vendita fisici del territorio nazionale. Sono inclusi gli acquisti online. Conserva il documento d'acquisto "parlante" (unico scontrino), accedi/registra sull'APP "Coccole Pampers" e chiedi il rimborso entro 15 giorni di calendario dall'acquisto completando la procedura; previa verifica della correttezza dei dati inseriti riceverai il rimborso. Prodotti coinvolti, rimborси spettanti e Termini e Condizioni sull'APP "Coccole Pampers" o sul sito Pampers.it. **Puoi chiedere 1 solo rimborso di 10€: il rimborso sarà pari a 10€ per un acquisto di almeno 40€. In più, se l'acquisto comprende almeno 1 prodotto Pampers Pannolino Progressi riceverai un rimborso di ulteriori 10€.

NATALE A PROVA DI GATTO

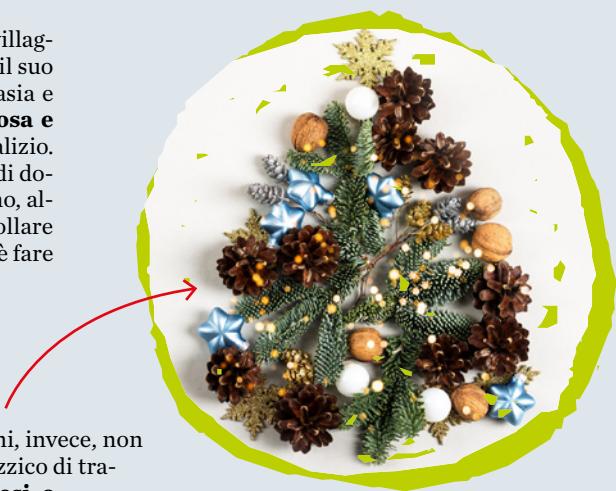
L'albero è il suo nuovo parco giochi, il presepe una pista per le corse notturne. Ma non devi rinunciare alle decorazioni, basta giocare d'astuzia!

Natale è alle porte e tu vuoi trasformare casa in un vero villaggio incantato, ma il tuo gatto ha già deciso che l'albero è il suo nuovo parco giochi. Niente panico! Con un po' di fantasia e qualche trucchetto pratico, **puoi avere una casa festosa e sicura per il tuo micio**, senza dover rinunciare allo spirito natalizio. Un esempio? Se non vuoi fare a meno del presepe ma già prevedi di dover rimettere a posto tutti i personaggi almeno sette volte al giorno, allora procurati una base in legno e munisciti di colla a caldo per incollare casette e pastorelli. Se invece il tuo incubo peggiore, sotto Natale, è fare l'albero, allora dai un'occhiata a queste dritte furbe.

SCEGLI L'ABETE GIUSTO

Se il tuo gatto ama arrampicarsi, l'albero classico può diventare un campo minato. Una soluzione efficace è scegliere un albero artificiale di piccola o media altezza, ma con base molto stabile e pesante, oppure **un albero in legno a parete**: piattaforme orizzontali dove appendere decorazioni senza rischiare rovesciamenti. Ultimamente è diventato un trend l'albero al contrario da appendere al soffitto: divertente, ironico e a distanza di sicurezza dalle

zampine di Micio. Per chi, invece, non vuole rinunciare a un pizzico di tradizione, gli alberi **sospesi o "appoggiati al muro"** sono super trendy, sicuri e impossibili da scalare. Puoi realizzarli anche home made fissando alla parete un festone verde, aiutandoti con il fil di ferro per dargli la forma desiderata.



UNA SCATOLA È
SEMPRE IL RIFUGIO
PIÙ GRADITO



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



PIANTE SICURE

Il Natale profuma di verde: sono tante le piante che solo a vederle ti riportano nella magica atmosfera delle festività dicembre. Eppure, purtroppo, molte di esse sono tossiche per i gatti: agrifoglio, vischio e pungitopo, ad esempio, sono assolutamente da evitare se hai un micio in casa. Anche la classica Stella di Natale è pericolosa per i felini poiché contiene un lattice irritante che, se ingerito, può provocare gonfiore, bruciore, vomito, diarrea, tremori e congiuntivite. Meglio scegliere alternative sicure come rami di pino artificiale o fronde di eucalipto.



DECORAZIONI INTELLIGENTI

Le palline di vetro? Bellissime ma... sono un invito al disastro. **Meglio puntare su materiali morbidi o indistruttibili:** feltro, legno, stoffa, carta, persino palline di plastica spessa. Appendi le decorazioni in alto, lontano dal raggio d'azione del gatto, e usa ganci sicuri o nastro biadesivo per fissarle. Le ghirlande? Meglio quelle finte o in tessuto, da fissare bene ai mobili o alle ringhiere così non si spostano da lì, ma sembrano fluttuare nell'aria. Evita decorazioni penzolanti che sono delle tentazioni irresistibili per Micio. Per un effetto "wow" senza rischi, prova a combinare texture diverse: palline di stoffa, mini-ghirlande e cuoricini di legno renderanno l'albero super insta-grammabile e sicuro.

UN ANGOLO DEDICATO A LUI

Per distrarre il tuo micio dalle decorazioni, crea un piccolo angolo natalizio tutto suo: palline morbide, giochini a tema, un tappetino colorato. E non dimenticare di fargli trovare sotto l'albero un pacco regalo tutto per lui con snack e giocattoli a misura di gatto.

LUCI SÌ, MA CON ACCORTEZZA

Le lucine fanno subito atmosfera, ma i gatti le adorano, soprattutto se sono lampeggianti, perché possono sembragli un invito a giocare ad acchiapparella. Il risultato? Le usano come corda da mordere o per saltarci sopra. La soluzione è **fissarle lungo la parete o all'interno di contenitori trasparenti:** un effetto scintillante senza fili penzolanti. Se vuoi luci sull'albero, scegli modelli a batteria, con fili nascosti tra i rami più alti e lontani dalle zampette.

La tenerezza è importante, bastano gesti piccolini!



ARMANDO TESTA



Tenderly Kilometrica. Extra durata, extra morbidezza.

Prova Tenderly Kilometrica, la carta igienica naturalmente morbida e dermatologicamente testata che dura molto più a lungo. Strappo dopo strappo, scoprirai la sua consistenza unica, data dall'unione tra le fibre di lino e la pura cellulosa. Perché la voglia di tenerezza... non finisce mai!

Concorso a premi valido dal 01/10/2025 al 31/12/2025. Estrazione finale entro il 31/01/2026. Montepremi € 8.950,40 IVA inclusa. Regolamento su www.50anniditenderly.it.

[f](https://www.facebook.com/tenderly.it) [y](https://www.youtube.com/tenderly.it) [@](https://www.instagram.com/tenderly.it) tenderly.it

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

Tenderly

Un mondo di tenerezza



Quando la scienza entra nella nostra beauty routine

Peptidi anti-age, acido ialuronico a lunga durata, Argireline: ingredienti studiati per risultati visibili. Perché la vera innovazione è sentirsi bene ogni giorno



Quante volte pensiamo alla ricerca scientifica come a qualcosa di lontano, fatto di laboratori e formule complicate? E invece è molto più vicina a noi di quanto immaginiamo.

L'altra sera, a cena con le mie amiche, discutevamo proprio di questo: di come sia affascinante constatare che l'innovazione riguardi anche le piccole cose quotidiane, come i cosmetici che usiamo ogni giorno, per esempio. Una di noi, scherzando, ha detto: «Se la scienza riuscisse a inventare una crema che fa sparire davvero le rughe, la comprerei senza pensarci due volte!». E io, sorridendo, le ho risposto: «Forse esiste già».

Negli ultimi anni, infatti, la cosmetica ha fatto passi da gigante. Le formule di nuova generazione non si limitano più a idratare o a donare luminosità: agiscono in profondità, grazie a ingredienti attivi stu-

diati in laboratorio, come i peptidi anti-age, l'acido ialuronico a lunga durata e l'ultima novità: l'**Argireline**, un peptide che riduce i segni del tempo. Sono tecnologie che non promettono miracoli, ma risultati visibili: **pelle più compatta, rughe attenuate, incarnato uniforme e luminoso**. In poche parole, una versione più fresca e vitale di noi stesse. E ciò che trovo davvero affascinante è che l'innovazione oggi è alla portata di tutti. Esistono trattamenti efficaci, frutto di anni di ricerca, che uniscono scienza e accessibilità, permettendo a ciascuna di noi di prendersi cura della propria pelle con gesti semplici, ma altamente performanti.

Perché, alla fine, la vera innovazione non è fermare il tempo, ma imparare a viverlo al meglio — con quella sicurezza che nasce dal sentirsi bene, e dal guardarsi allo specchio con un sorriso un po' più luminoso ogni giorno.

PRODOTTI CONSIGLIATI



Revitalift Laser L'Oréal Paris,
Revitalift Filler L'Oréal Paris,
Revitalift Gamma Bianca L'Oréal Paris

Kay
Blog

*Test cosmetoclinico. 97 donne 40-65 anni. Equivalenza in anni del miglioramento dell'aspetto delle rughe del contorno occhi.

Innoviamo e ricicliamo per fare bene all'ambiente con più energia green



SaccoPiù

PIÙ ECOLOGICO,
PIÙ SOSTENIBILE
PIÙ RICICLATO

**PIÙ
GREEN**

Prodotto
con energia
rinnovabile dai
nostri pannelli

MySAC ORA È ANCORA PIÙ GREEN!

Sensibile alle esigenze ambientali, ha sviluppato **SaccoPiù**, un sacco che oltre ad avere un'alta percentuale di materia prima riciclata è anche **PIÙGREEN**, prodotto con l'energia rinnovabile dei nostri tetti fotovoltaici. Più ecologico, più sostenibile, più riciclato, più green... più unico che mai!



SACME®

www.sacme.it



Capelli in crisi? È il momento di riscrivere la tua hair routine

Tra styling e colorazioni, la chioma perde vitalità. Ma c'è una soluzione: trattamenti con peptidi vegetali, Phyto-cheratina e acido ialuronico



Con l'inizio dell'autunno, i miei capelli sembravano appassiti e spenti. Tra phon, piastre e colorazioni, spesso dimentico che i cambi di stagione richiedono cure mirate per nutrire e rinforzare la chioma. Dopo l'ennesima piega "spenta", ho deciso di correre ai ripari.

E così, ho scoperto i nuovi trattamenti Biopoint pensati proprio per capelli stressati e danneggiati come i miei. Le formule combinano un complesso di **peptidi vegetali**, noti per le proprietà condizionanti, fortificanti e riparatorie, **Phyto-cheratina** per ricostruire i legami della fibra capillare e **acido ialuronico**, che idrata in profondità e migliora la morbidezza.

In pratica, **ingredienti high-tech** ispirati alla skincare, studiati per capelli visibilmente più sani e resistenti. Il trattamento prevede **shampoo, maschera e siero concentrato**. Già dalle prime applicazioni, i capelli si districano facilmente, appaiono più morbidi, setosi, corposi e leggeri al tatto. La profumazione floreale con note di lampone, gelsomino e sandalo trasforma la routine in un vero momento di benessere.

Il vantaggio? Questo nuovo trattamento non si limita a mascherare i danni, ma li ripara a livello molecolare, **migliorando pettinabilità, forza e brillantezza**.

In poche settimane, la chioma ritrova corpo, elasticità e movimento, anche nei momenti più critici della stagione.

Un piccolo investimento di tempo e attenzione, con risultati concreti: capelli più sani, morbidi e radiosi — il segreto per affrontare l'autunno in bellezza.

PRODOTTI CONSIGLIATI



Nuovo programma Biopoint Extreme Repair.

Kay
Blog

VISITA il Blog di Kay: <http://blog.acquaesapone.it>

Eva CUCINA

ricette consigli salute bellezza

la tua
amica
in cucina

PER RISCOPRIRE IL PIACERE
DI CUCINARE



IL
NUOVO
NUMERO DI
EVA CUCINA
TI ASPETTA
IN EDICOLA

Tante golose novità da preparare, ricette sfiziose e invitanti facili da realizzare con gli step by step, trucchi per organizzare al meglio la vostra cucina e consigli di salute, bellezza e benessere

oltre 100 ricette a solo 1,70 €



REVITALIFT L'ORÉAL PARIS: IL SEGRETO ANTI-ETÀ CHE RISVEGLIA LA PELLE

Il mondo della skincare evolve rapidamente e le routine anti-età di oggi puntano su efficacia, risultati visibili e rituali semplici da integrare ogni giorno.

Ecco perché **Revitalift** di L'Oréal Paris è diventata una linea di riferimento: un trattamento intelligente che aiuta la pelle a restare tonica, liscia e luminosa, giorno dopo giorno.

Formule concentrate che uniscono **acido ialuronico** e **pro-retinolo**, due attivi noti per la loro azione anti-age e rigenerante. Insieme agiscono in profondità per idratare, levigare e migliorare l'elasticità cutanea.

Il risultato? Rughe attenuate, pelle più compatta, uniforme e naturalmente radiosa.

Perfetta dai 35 anni in su, **Revitalift** accompagna la pelle in ogni fase della giornata: dal siero alla crema giorno e notte, fino al contorno occhi. Le texture leggere si assorbono subito, lasciando una sensazione di comfort immediato e un effetto distensivo che si nota già dalle prime applicazioni. Usarla mattina e sera è un gesto semplice, ma che fa la differenza.

Dopo la deterzione, basta applicare il siero e massaggiare la crema con movimenti delicati. La pelle risponde subito, apparente più morbida e rimpolpata.

Appicare i trattamenti la sera è la scelta ideale: durante la notte la pelle è più recettiva e gli attivi lavorano in profondità, amplificando i benefici.

Il nuovo rito della skincare? Essenziale, ma capace di fondere la potenza della ricerca scientifica con la dolcezza di una carezza quotidiana.

UNA ROUTINE SU MISURA

Pelle più tonica, liscia e luminosa ogni giorno



PULIZIA & IDRATAZIONE

un gesto d'amore per la tua pelle

PELLE IDRATATA E LUMINOSA, ANCHE CON I PRIMI FREDDI

Con l'arrivo dei primi freddi, la pelle si fa più sensibile, tende a seccarsi e richiede cure mirate. Il vento, gli sbalzi di temperatura e il make-up quotidiano mettono a dura prova anche le epidermidi più resistenti. È il momento di rallentare, coccolarsi e trasformare la skincare in un rituale rigenerante.

Pulizia profonda – il primo gesto di bellezza

Ogni skincare efficace inizia da una pulizia accurata: struccare e detergere la pelle è il passo che fa davvero la differenza. I dischetti **Cotoneve**, morbidi e resistenti, rimuovono impurità e make-up con delicatezza, rispettando anche le pelli più sensibili. La loro fibra naturale, arricchita con ingredienti di origine vegetale, prepara il viso ai trattamenti successivi.

Idratazione e trattamento – la pelle che respira

Una volta pulita, la pelle è pronta a ricevere tutto il buono dei tuoi sieri e delle tue creme. In questa fase, Cotoneve continua a essere il tuo alleato: perfetti per applicare tonici o lozioni, i suoi dischetti multiuso assicurano un tocco uniforme e delicato.

Gesti quotidiani – la costanza che premia

La bellezza si costruisce ogni giorno. Bastano piccoli gesti costanti: pulizia mattina e sera, deterzione accurata, trattamento mirato. E in ognuno di questi momenti, puoi contare su Cotoneve, il tuo alleato in ogni singola fase.

Cotoneve accompagna la pelle passo dopo passo. Morbido, naturale, sostenibile: un piccolo gesto quotidiano che diventa un grande atto di cura.

Quality Brand Sensitive

Oltre la lunghezza



Scelto da Chef Antonio Lorenzon





Nelle sale a *novembre*

LA REDAZIONE CONSIGLIA



Di Stefano firma un racconto di formazione, dove lo sport diventa lo specchio della vita.

IL MAESTRO

Regia: Andrea Di Stefano

Con: Pierfrancesco Favino, Tiziano Menichelli, Giovanni Ludeno, Dora Romano, Paolo Briguglia, Valentina Bellè, Carlo Gallo, Edwige Fenech

Genere: Drammatico | Italia

Il film è ambientato nell'estate di fine anni Ottanta e racconta la storia di Felice, un ragazzino di tredici anni, talento ancora acerbo del tennis con una pressione enorme sulle spalle, quella di un padre che ha investito tutto nei suoi successi futuri. Dopo anni di allenamenti rigorosi, è arrivato il momento dei tornei nazionali. Per prepararlo, il padre lo affida a Raul Gatti, ex tennista con un ottavo di finale al Foro Italico, sbandierato come un trofeo. Raul è un uomo disilluso, con le ambizioni rimaste a metà strada e un presente fatto di rimpianti. Eppure, accetta l'incarico, forse per cercare una seconda occasione, forse solo per sfuggire a se stesso. Inizia così un viaggio lungo la costa Italiana, un'estate di trasferte tra campi assolti e stanze d'albergo, tra vittorie mancate, bugie e incontri bizzarri. Nel confronto serrato tra maestro e allievo, emergono fragilità e paure. Felice impara che non si gioca per compiacere gli altri, e Raul scopre che anche una carriera incompiuta può trovare senso nell'incontro con chi è pronto a credere ancora. Tra loro nasce un legame profondo e inatteso, fatto di scontri e complicità. Un rapporto che li cambierà entrambi.



BREVE STORIA D'AMORE
Commedia | Italia

Il film racconta la storia di due coppie, due generazioni, quattro vite destinate a intrecciarsi in modo imprevedibile. Da una parte Lea e Andrea, trentenni alla ricerca di equilibrio tra desiderio e stabilità. Dall'altra Rocco e Cecilia, cinquantenni che sembrano aver già scritto il copione delle loro vite. Una sera, in un bar, Lea incontra Rocco e tra loro scatta un'attrazione immediata e travolgente. Da quel momento inizia una relazione clandestina, consumata tra le pareti anonime di una stanza d'albergo, fatta di incontri fugaci e carichi di tensione. Quel tradimento, in apparenza ordinario, si rivela il detonatore di un'escalation emotiva. In Lea nasce un'ossessione sempre più intensa, che la spinge a volersi insinuare nella vita di Rocco, oltrepassando il confine tra passione e controllo, fino a una resa dei conti inevitabile.



FUORI LA VERITÀ
Commedia | Italia

I Moretti, Carolina, Edoardo e i loro tre figli, Flavio, Prisca e Micol, sembrano una famiglia come tante, tra abbracci, litigi, silenzi e sorrisi forzati. Ma sotto la superficie si nascondono tensioni, bugie e verità tacite troppo a lungo. La loro occasione di riscatto, o di rovina, arriva con la partecipazione a *Fuori la Verità*, un nuovo game show televisivo che promette un milione di euro a chi saprà rispondere con assoluta sincerità. La regola è una sola: dire sempre la verità. Ma la verità non è mai semplice. Ogni risposta fa affiorare segreti, tradimenti, rancori e amori proibiti. Ogni domanda scava più a fondo, minando il fragile equilibrio della famiglia e facendo emergere ciò che nessuno avrebbe mai voluto confessare. Perché dietro ogni verità si nasconde una bugia, e dietro ogni bugia un crollo possibile.



UNA FAMIGLIA SOTTOSOPRA
Commedia | Italia

Alessandro Moretti ha buone ragioni per essere deluso dalla vita. Non lavora più da anni, la moglie Margherita si sta lentamente allontanando da lui, e i suoi tre figli sono tanto insopportabili quanto irrispettosi. Non sarebbe certo una sorpresa se, nel profondo del suo cuore, desiderasse cambiare tutto. Famiglia compresa. Dopo aver trascorso una giornata in un parco divertimenti per il compleanno di Anna, la più piccola, i sei, suocera inclusa, restano a dormire in uno degli hotel del parco. Il giorno dopo, al risveglio, accade l'inimmaginabile: ogni membro della famiglia si risveglia nel corpo di un altro. E questo è solo l'inizio.



DRACULA: L'AMORE PERDUTO
Horror, Sentimentale | Francia, Gran Bretagna

Il film diretto da Luc Besson, ha inizio nel 1480. Il principe Vlad di Valacchia, valoroso condottiero, parte per combattere le orde ottomane, lasciando la sua amata moglie Elisabeta al sicuro. Ma un destino crudele li separa per sempre, Elisabeta viene uccisa e quando la Chiesa si rifiuta di concederle la resurrezione, Vlad, accecato dal dolore, rinnega Dio e compie un atto blasfemo, uccidendo un sacerdote sull'altare. È l'inizio della sua condanna a vagare nei secoli come vampiro. Vlad diventa Dracula, creatura immortale delle tenebre. Anni dopo, nella Parigi del XIX secolo, Dracula intravede una giovane donna, Mina, identica in tutto e per tutto a Elisabeta. Ossessionato dall'idea che sia la sua reincarnazione, lascia il suo castello in Transilvania per raggiungerla...



NUOVO CATTURAPOLVERE FLEX & CATCH

Così flessibile che arriva dappertutto



La nuova gamma di catturapolvere Vileda è pensata per semplificare la tua routine di pulizia, grazie a una tecnologia unica e brevettata*. La rivoluzione è la testina flessibile che, grazie al suo design, si adatta ad ogni superficie e ti permette di raggiungere anche gli angoli più difficili e nascosti senza sforzo.

La gamma si compone di 2 kit catturapolvere e 2 ricambi:

- **Kit a manico corto + 2 ricambi:** perfetto per le superfici visibili, ti offre massimo controllo e precisione.
- **Kit a manico lungo + 1 ricambio:** estensibile fino a 93cm e con testina rotante in 6 posizioni, ideale per raggiungere anche i punti più alti.
- **Ricambi disponibili in confezioni da 5 o 10 pezzi.**

Con Flex & Catch, spolverare non è mai stato così semplice.



Cattura fino a 3 volte
più polvere**



Flessibilità
unica



Design a 360°
e fibre riciclate



Versione con manico
estensibile

*Brevetto in corso. **Rispetto ai piumini tradizionali.

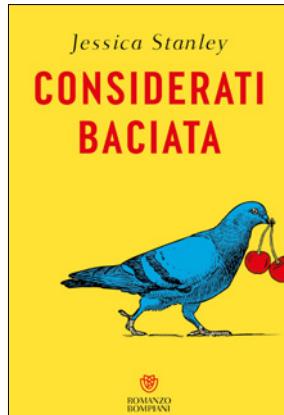


Letture per *novembre*



25 MINUTI DI FELICITÀ
– SENZA MAI PERDERE LA MALINCONIA
di Enzo Iacchetti | Ed. Bompiani

All'inizio di questa storia c'è un papà che fa il ciabattino e che sogna per suo figlio una vita da ragioniere. Ma quando cresci sul Lago Maggiore, i sogni nati nella tua testa rimbalzano contro la montagna e ti tornano dritti in faccia senza lasciarti più: è così che quel figlio, che si chiama Vincenzo, decide che invece imparerà a suonare la chitarra. E anche quando la vita lo costringe a lavorare come cameriere per far quadrare i conti non si arrende, fino a due eventi che cambiano tutto: l'invito come ospite fisso al Maurizio Costanzo Show e la telefonata con cui Antonio Ricci gli propone di condurre insieme a Ezio Greggio un telegiornale satirico destinato a diventare amatissimo: *Striscia la notizia*.



CONSIDERATI BACIATA
di Jessica Stanley
| Ed. Bompiani

2013. Coralie è una copywriter australiana arrivata a Londra per dimenticare una storia d'amore finita. Un giorno d'inverno salva Zora, quattro anni, da un tuffo nel laghetto e la riconsegna al padre, Adam, di cui si innamora. 2023. Coralie e Adam vivono insieme in una bella casa. Lui è un giornalista politico sempre indaffarato, lei ha lasciato il lavoro per occuparsi dei due adorabili bambini che hanno avuto, Flo e Max, e di Zora. Ma essere una mamma e una compagna forse non le basta. In teoria ha tutto quello che ha sempre sognato, ma in cambio ha perso qualcosa: se stessa. E nelle prime pagine la scopriamo pronta ad andar via, oppressa dalla fatica perenne, dalla consapevolezza che la routine sta consumando l'amore.



UN GATTO PER I MOMENTI DI TRISTEZZA
di Koto Takimori
| Ed. Sperling & Kupfer

A volte, nei momenti più bui, la vita ci manda un segno. Un incontro inatteso, uno sguardo, un miagolio lieve. In un Giappone quotidiano e autentico, personaggi smarriti, arrabbiati o semplicemente stanchi dalla vita si trovano a fare i conti con le proprie ferite interiori. A cambiare il corso delle loro giornate – e forse delle loro esistenze – sono gatti fuori dal comune: discreti compagni d'anima, creature che osservano in silenzio ma sanno accarezzare le fragilità umane come nessun altro. Da un ragazzo che ha smesso di credere nei legami affettivi a una madre sull'orlo della disperazione, ogni protagonista affronta una domanda che lo scuote nel profondo: che senso ha la mia vita?



L'AMICA TEDESCA
di Edith Bruck
| Ed. La nave di Teseo

Erika, scrittrice e giornalista trapiantata da anni a Roma, durante una passeggiata incontra l'amico Giorgio e, al suo fianco, Lena, una giovane donna di origine tedesca dal carattere vivace e aperto. La curiosità di Lena nei confronti di Erika è subito evidente, mentre la protagonista si sente disorientata dall'insistenza travolge della ragazza. Col tempo, le due donne si avvicinano, dando vita a un rapporto d'amicizia complesso e sfaccettato. Attraverso i racconti di Lena, Erika scopre un passato segnato da abusi e abbandoni, che contrasta violentemente con l'apparente spensieratezza della giovane donna. Quelle confidenze diventano per Erika uno specchio sul proprio passato e sui propri sentimenti.

LA REDAZIONE CONSIGLIA



Il nuovo, strabiliante viaggio letterario di Ian McEwan offre al lettore una chiave per riscattare il presente dal senso di catastrofe imminente che lo attanaglia e per immaginare un futuro in cui non tutto è perduto.

QUELLO CHE POSSIAMO SAPERE

di Ian McEwan | Ed. Einaudi

Nel suo nuovo romanzo, Ian McEwan intreccia mistero, poesia e riflessioni sul futuro, costruendo una trama che si muove tra due epoche lontane: il nostro presente e l'anno 2119, quando gran parte del Regno Unito giace sommerso

dalle acque a causa della crisi climatica. Tutto ha origine durante una cena nel 2014: il celebre poeta Francis Blundy sorprende la moglie Vivien con una poesia di straordinaria bellezza, capace di incantare tutti i presenti. Parole destinate a diventare leggenda, e poi a scomparire. Più di un secolo dopo, nel 2119, mentre il Regno Unito è quasi interamente inghiottito dal mare, l'accademico Tom Metcalfe si imbatte in un indizio che potrebbe condurlo a quel testo perduto e alla verità celata nei suoi versi: una storia d'amore intensa, attraversata dal desiderio di vendetta. Con questo titolo Ian McEwan firma uno dei suoi romanzi più avvincenti: un giallo colto e raffinato, un viaggio tra memoria e poesia, arricchito da un colpo di scena capace di togliere il fiato.



Da 50 anni noi di Virosac uniamo passione, tecnologia e produzione Made in Italy. Sviluppiamo 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. Ed è così che continuamo a creare sacchetti che soddisfano le esigenze di tutti, anche dell'ambiente.

**Ariete**

dal 21/3 al 20/4

AMORE: In coppia. Ti sei resa conto che cambiando atteggiamento le cose vanno molto meglio: il partner ti capisce di più e l'intesa cresce.

Single. Non fidarti troppo delle prime impressioni: anche se qualcuno ti colpisce al primo sguardo, meglio osservare in silenzio prima di buttarti.

BELLEZZA: È tempo di un cambio look: capelli più lunghi, sopracciglia definite, extension per le ciglia e make up naturale. Scegli un outfit casual e comodo, proprio come ti senti ora.

BENESSERE: Fisicamente stai bene, ma cerca di adottare uno stile di vita più sano.

**Toro**

dal 21/4 al 20/5

AMORE: In coppia. Settimana altalenante: non tutto è chiaro o definito, ma sono normali fasi della vita a due. La routine non può essere sempre eccitante, anche la calma ha il suo fascino.

Single. Hai imparato dai tuoi errori e ora sai esattamente cosa cerchi. Il tuo cuore riconosce al volo se non è la persona giusta.

BELLEZZA: Skin care curata e make up noir con eyeliner allungato e tanta mascara. Outfit sobrio e chic: mini dress e stivali.

BENESSERE: La forma è buona a parte qualche malanno di stagione. Copri bene la gola per non rischiare una faringite.

**Gemelli**

dal 21/5 al 21/6

AMORE: In coppia. Nelle piccole mancanze reciproche imparate a riconoscere i bisogni dell'altro e a dedicare più tempo alla relazione.

Single. Un incontro potrebbe riportarti sulla scena dell'amore da protagonista.

BELLEZZA: È il momento di schiarire i capelli con i colpi di sole per richiamare l'estate. Per il make up scegli un ombretto bronzo e un rossetto aranciato. L'outfit è semplice: pantaloni casual e t-shirt.

BENESSERE: L'energia è altalenante: momenti di grande vitalità si alterneranno ad altri di grande stanchezza. Ascolta sempre il tuo corpo.

**Cancro**

dal 22/6 al 22/7

AMORE: In coppia. Potresti essere infastidita da un atteggiamento del partner: faglielo capire con dolcezza.

Single. Ti senti un po' insofferente e nessuno sembra piacerti davvero: per il momento non forzare le cose.

BELLEZZA: Se stai pensando al trucco permanente, è un buon momento per regalarlo. Si a un make up deciso nei toni del nero e del marrone, capelli lisci e caschetto scalato. Gonna in jeans, top e cardigan.

BENESSERE: Il mal di schiena è in agguato: cambia posizione a letto e aiutati eseguendo ogni giorno degli esercizi mirati.

**Leone**

dal 23/7 al 22/8

AMORE: In coppia. La passione torna a bruciare: dopo un periodo di alti e bassi, ora ritrovi la serenità.

Single. Sei più sicura di te, vivrai più di un'occasione intrigante. Chi sceglierai?

BELLEZZA: Scegli un make up armonioso e luminoso per addolcire i lineamenti. Si a capelli biondo caldo e tonalità tenui per occhi e guance. Per l'outfit, scegli una camicetta, un gilet brillante e pantaloni a palazzo.

BENESSERE: Sei in gran forma, ma non esagerare con la palestra o con le diete improvvise. Meglio affidarsi a un professionista.

**Vergine**

dal 23/8 al 22/9

AMORE: In coppia. Dopo un periodo teso, ritrovi comprensione e ottimismo: ti senti finalmente ricambiata.

Single. Sguardi che parlano: quella persona ti attrae più di quanto vorresti ammettere.

BELLEZZA: Il trucco è concentrato sugli occhi per intensificare lo sguardo, ma non rinunciare a un rossetto rosso. Si a un taglio spettinato e voluminoso, mentre per l'outfit scegli un abito super attillato, come piace a te.

BENESSERE: Piccoli disturbi passeggeri: muoviti di più e concediti del tempo per rilassarti e staccare la mente.

**Bilancia**

dal 23/9 al 22/10

AMORE: In coppia. Le Stelle sono dalla tua parte: l'intesa è serena, ma servono più pazienza e attenzione verso il partner.

Single. Colpi di fulmine e incontri piacevolmente inaspettati accenderanno tutto il mese.

BELLEZZA: Concediti trattamenti anti-age per il viso e il décolleté. Scegli un trucco dorato e glitterato, eyeliner marcato e un rossetto color prugna opaco. L'outfit perfetto per te è sofisticato, con tailleur e camicetta bianca.

BENESSERE: Regalati una serie di massaggi: si riveleranno molto benefici sia per il corpo che per la mente.

**Scorpione**

dal 23/10 al 22/11

AMORE: In coppia. Qualche piccolo scontro in vista: tu sei impulsiva, lui più riflessivo. Evita di spazientirti.

Single. Una storia segreta potrebbe rivelarsi intensa, anche se sarà breve.

BELLEZZA: Opta per capelli rossi spettinati o con ciuffo, trucco luminoso e naturale, lip gloss trasparente. L'outfit perfetto per questo mese è sensuale ma semplice: scegli shorts, calze lavorate e stivali.

BENESSERE: Sei in ottima forma, ma sei anche un po' spassata. L'intestino è irregolare: ascolta i segnali del corpo e concediti cibo sano e riposo.

**Sagittario**

dal 23/11 al 22/12

AMORE: In coppia. Il tuo entusiasmo e la voglia di dialogare rafforzano il legame e accendono la passione.

Single. Fuochi e fiamme con una persona molto diversa da te: gli opposti si attraggono!

BELLEZZA: Cura i capelli con integratori e trattamenti rivitalizzanti, evita le decolorazioni. Scegli un make up veloce: fondotinta, cipria, mascara e rossetto rosa. L'outfit sarà comodo: leggings, maxi maglia e sneaker.

BENESSERE: Si consiglia di prenotare i controlli medici di routine, con un occhio particolare alle zone intime.

**Capricorno**

dal 22/12 al 20/1

AMORE: In coppia. Stai provocando troppo il partner? Cerca di smussare gli angoli per ritrovare l'armonia.

Single. Il destino ha in serbo per te un incontro speciale, quasi magico.

BELLEZZA: Punta su capelli lisci e perfetti e, se sei tentata dal grigio perla, potrebbe essere un'ottima idea. Scegli un make up di stagione, nei toni del marrone e dell'arancio. Indossa un abito lungo e dei tronchetti ai piedi: sarai perfetta.

BENESSERE: L'energia è alle stelle: è il momento giusto per regalarti trattamenti estetici e curare gli inestetismi.

**Acquario**

dal 21/1 al 19/2

AMORE: In coppia. A volte apparirai distaccata e il partner si preoccupa. Non è mancanza d'amore, ma bisogno di libertà. Meglio chiarire con dolcezza.

Single. Si profila un incontro promettente ma rischioso: le tue paure potrebbero rovinare tutto.

BELLEZZA: Scegli un taglio voluminoso con ricci morbidi sulle punte. Per il make up osa con un eyeliner argento e un ombretto glitterato per uno sguardo magnetico. L'outfit giusto? Tailleur gessato e mocassini per un look deciso.

BENESSERE: Si consigliano controlli di routine, soprattutto per reni e apparato urinario.

**Pesci**

dal 20/2 al 20/3

AMORE: In coppia. Ti sentirai pervasa da malinconia e irrequietezza: non approfittare troppo della pazienza del partner.

Single. Niente colpi di fulmine passeggeri: ora sai che serve tempo per capire chi hai davanti.

BELLEZZA: Scegli un nuovo make up dai toni caldi e abbina un rossetto color cioccolato. Si ai capelli mogano scuro e non dimenticare di curare le unghie: se le porti lunghe ti doneranno di più. L'outfit perfetto? Jeans stretti e décolleté con tacco.

BENESSERE: Concediti una piccola pausa alle terme: ti aiuterà a rigenerarti e a ritrovare un nuovo equilibrio.

RICETTE NATURALI
PERLIER
EAU DE TOILETTE

Pura Natura
carattere deciso



RICETTE NATURALI
PERLIER

Profumo di Natale

