



# ACQUA & SAPONE®



## Design

LE LUCI GIUSTE  
ACCENDONO  
IL BENESSERE

## Oroscopo 2026

LE STELLE DEL  
NUOVO ANNO

Miuccia Prada  
e Francesco  
De Gregori

L'ECCELLENZA  
IRRIPETIBILE DEGLI  
OUTSIDER

# BELLEZZA AD ALTA QUOTA



## Make Up

ILLUMINA LO  
SGUARDO CON IL  
NUOVO PANTONE

## Vita da mamma

PICCOLI SCIATORI  
CRESCONO

## Star bene

LO SNOWBOARD TI  
REGALA UN CORPO  
NUOVO

NOVITÀ



**DEBORAH**  
MILANO

*easy*  
**COLOR**

**BLUSH & LIPSTICK**  
**TEXTURE SHIMMER**  
PER **GUANCE E LABBRA**

**GLOW**  
*on the go*

**ILLUMINANTE LIQUIDO**  
PER UN EFFETTO  
GLOW Istantaneo

FORMULE ARRICCHITE  
CON ACIDO IALURONICO



NOVITÀ

**DEBORAH**  
MILANO

## SKIN BOOSTER

MAKE UP **FIXINGS**PRAY

LONG LASTING  
NO TRANSFER  
IDRAZIONE IMMEDIATA  
MAT FINISH

## JELLYPRIMER

TEXTURE JELLY EFFETTO GRIP  
TRATTIENE IL MAKE UP  
FINO A 24 ORE DI IDRAZIONE

FORMULE ARRICCHITE  
CON **NIACINAMIDE**



# IN QUESTO NUMERO...

## 06 | EVENTI

Gli appuntamenti da non perdere

## 10 | BELLEZZA

Nel beauty di una diva: Angeliqa Devi  
**pag. 12** – Il prodotto del mese: l'olio di semi di lino  
**pag. 14** – Make up: Cloud Dancer, una nuvola su viso e mani  
**pag. 16** – Pixie soft, corto di tendenza  
**pag. 18** – La notte coccola la tua pelle

## 22 | IL PROPOSITO DEL MESE

Disposofobia, l'accumulo che soffoca

## 26 | STAR MESE

Miuccia Prada, genio e concretezza  
**pag. 30** – De Gregori, tra sogno e realtà

## 34 | SPECIALE OROSCOPO

**pag. 30** – Un'anteprima del 2026

## 36 | MODA INVERNO

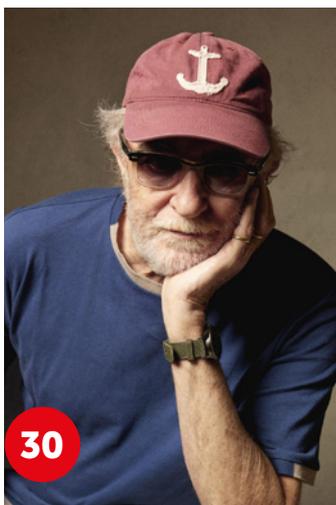
È il cappotto marrone il capospalla must have di stagione  
**pag. 38** – Cappello mon amour!

## 42 | VIVERE BENE

Il bucato perfetto non ha più segreti

## 46 | BENESSERE & SPORT

Milano-Cortina 2026 accende i riflettori sullo snowboard



30

**Star mese**

# Francesco De Gregori

26



**Star mese**

# Miuccia Prada

## 50 | DESIGN & OUTDOOR

L'illuminazione giusta per ogni stanza  
**pag. 70** – Il bucanave anticipa l'arrivo della primavera

## 56 | CUCINA

Viaggio nelle spezie, tra gusto e salute

## 62 | VITA DA MAMMA

Piccoli sciatori alle prese con la neve

## 66 | AMICI A 4 ZAMPE

Cucciolo pulito, casa felice

## 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

**Eva salute** In esclusiva da  
**ACQUA&SAPONE** Oltre la Convenienza

#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'editore. Testi e foto, anche se non pubblicati non vengono restituiti. La redazione si è curata di ottenere il copyright delle immagini pubblicate, nel caso in cui ciò non sia stato possibile, l'editore è a disposizione degli aventi diritto per regolare eventuali spetanenze.



Carta certificata PEFC mix credit

**ATTENZIONE:**

La disponibilità dei prodotti pubblicizzati va verificata nei punti vendita



## Prova le linee deodoranti Neutro Roberts con Puro Olio di Glicerina

studiato per restituire alla pelle la naturale idratazione  
e proteggerla ogni giorno



Sensibile

Fresco

Uomo

CON PURO  
OLIO DI GLICERINA

**A Terni, dal 23 gennaio  
"VISIONINMUSICA"**

Torna a Terni Visioninmusica, la rassegna che da ventidue edizioni porta sul palco dell'Auditorium Gazzoli il meglio della musica contemporanea. Dal 23 gennaio al 14 maggio, sette concerti, una masterclass speciale con Frank Gambale e tre matinée dedicate alle scuole compongono una stagione ricca e trasversale. Si parte con la voce raffinata di Simona Molinari e si prosegue con giovani promesse come Nils Kugelmann, riletture sorprendenti con Thomas Enhco, poesia e jazz con Bungaro e Casarano, fino alle incursioni elettroniche di Robinson Khoury e ai giganti Frank Gambale e Simon Phillips. Un viaggio sonoro tra stili e sensibilità che conferma Visioninmusica come uno degli appuntamenti più attesi del Centro Italia.

**A Cesena  
MERCATINO  
DELL'ANTIQUARIATO**

A Cesena torna "C'era una volta", la grande fiera dedicata ad antiquariato, vintage e brocantage che ogni terzo weekend del mese anima il Quartiere Fieristico di Pievesestina. Un appuntamento imperdibile per appassionati e curiosi, tra mobili d'epoca, oggetti rari, collezioni e pezzi unici da scoprire passeggiando tra gli stand. L'edizione di gennaio si svolge sabato 17 e domenica 18, con apertura dalle 9.00 alle 18.30 (ultimo ingresso alle 18.00). Un'occasione perfetta per immergersi nel fascino del tempo passato.

# GLI APPUNTAMENTI DA NON PERDERE

## "IMPRESSIONISMO E OLTRE. CAPOLAVORI DAL DETROIT INSTITUTE OF ARTS"

A Roma, Museo dell'Ara Pacis

Al Museo dell'Ara Pacis gennaio si accende di luce con *Impressionismo e oltre. Capolavori dal Detroit Institute of Arts*, un viaggio attraverso cinquant'anni di rivoluzioni pittoriche. Da Degas a Renoir, da Cézanne a Van Gogh,



fino a Picasso, Matisse e agli espressionisti tedeschi, cinquantadue opere raramente viste fuori dagli Stati Uniti raccontano la nascita della modernità, tra sguardi nuovi sulla città, colore che vibra e forme che si liberano dal reale. Un'occasione preziosa per immergersi nel cuore dell'arte europea tra Ottocento e Novecento, con percorsi accessibili e visite inclusive fino al 3 maggio. Per maggiori informazioni: tel. 060608 (tutti i giorni ore 9.00 - 19.00) [www.arapacis.it](http://www.arapacis.it); [www.museiincomune.it](http://www.museiincomune.it); [www.mondomostre.it](http://www.mondomostre.it)

**DOMENICA LEONARDIANA**

A Vinci (FI)

Ogni seconda domenica del mese, alle 15.30, il Museo Leonardiano di Vinci e la Casa Natale di Leonardo propongono la *Domenica Leonardiana*, un pomeriggio di laboratori, visite e attività pensate per i più piccoli. Nei luoghi che hanno visto crescere il Genio del Rinascimento, curiosi, bambini e famiglie possono scoprire invenzioni, macchine e curiosità legate alla vita di Leonardo, trasformando l'esperienza in una gita tra storia, natura e creatività. Tutte le attività si possono concludere con la visita al museo o alla casa natale, per un viaggio completo nel mondo leonardiano.

**MUSEO DEL GIOIELLO**

A Vicenza, laboratori e visite guidate

Il Museo del Gioiello di Vicenza invita grandi e piccoli a esplorare l'arte dell'oreficeria con laboratori e visite guidate nei weekend. Tra gemme, simboli e storie preziose, il percorso diventa un viaggio creativo nel mondo dei gioielli. L'appuntamento del mese è domenica 11 gennaio dalle 10.30 alle 13.30 quando si terrà il workshop creativo Crea e decora la superficie del tuo bracciale. Per le famiglie, invece, segnate in agenda domenica 25 gennaio alle 10.30 con Scigno segreto, un laboratorio in cui i piccoli partecipanti potranno creare il proprio scigno personalizzato.

# Bellagio®

EAU DE PARFUM



UNA STORIA SENZA TEMPO

Diamond International srl - Milano - MADE IN ITALY



diamondfrances.it

### A Roma, Palazzo Merulana "VISIONARIE 2026"

Il 30 e 31 gennaio torna a Palazzo Merulana, a Roma, Visionarie 2026, sesta edizione del progetto ideato da Giuliana Aliberti che intreccia le voci femminili di cinema, tv e letteratura. Con il tema "Ancora più eretiche", l'evento accoglie Mistiche, Ribelli, Combattenti e Disordinate in due giornate di incontri, visioni e conversazioni su desiderio, identità, corpi e libertà. Ospite d'eccezione Liliana Cavani, Premio Maestre Visionarie 2026, affiancata da figure come Dacia Maraini e Luciana Castellina. Tra gli appuntamenti centrali il panel "Da Anaïs Nin alle Ragazze del Porno". Ingresso libero fino a esaurimento posti.

### A Gromo (BG) MOSTRA "LUIGI ANGELINI. INGEGNERE E ARCHITETTO"

A Gromo, negli spazi rinnovati di Palazzo Milesi, prosegue fino al 31 gennaio la mostra Luigi Angelini. Ingegnere e architetto, dedicata al "poeta dell'architettura". L'esposizione raccoglie disegni originali donati al Comune, tra cui studi su Palazzo Milesi, il borgo di Gromo e i centri dell'Alta ValSeriana, restituendo il valore del lavoro di Angelini e il ruolo storico del territorio. La mostra, a ingresso gratuito, è visitabile il sabato dalle 9.30 alle 12.30 e dalle 15.30 alle 17.30, e la domenica dalle 9.30 alle 12.30.



## NOTTE CON GLI SQUALI

All'Acquario di Genova

All'Acquario di Genova torna *Notte con gli squali*, l'esperienza dedicata ai bambini dai 7 agli 11 anni per scoprire il fascino del mare dopo il tramonto. Il percorso prevede una visita speciale tra vasche e creature che cambiano ritmo al calare del sole, seguita da una notte trascorsa davanti alla vasca dei grandi predatori e da un risveglio con colazione inclusa. L'iniziativa si tiene almeno una volta al mese: a gennaio gli appuntamenti sono sabato 3, 10 e 14 gennaio. Prenotazioni tramite C-Way, tour operator dell'edutainment. Info su: <https://www.acquariodigenova.it/notte-con-gli-squali>

### GIOVANNI D'ANGELLA A MILANO

Il 12 gennaio al Teatro Manzoni

Gennaio porta a Milano il ritorno di Giovanni D'Angella, tra i volti più amati della nuova comicità italiana. Dopo il successo a *Zelig* e il fenomeno virale de *Il Papocchio* sui social con oltre 3 milioni di visualizzazioni al mese, l'artista debutta il 12 gennaio al Teatro Manzoni con *Ah! Comedy Night*, un varietà che unisce stand-up, sketch, improvvisazione e musica. Il format vede sul palco anche Loris Fabiani "Lunanzio", Andrea Di Marco, Alessandra Ierse, Alessandro Bianchi, Chiara Anicito "Cammela", e la musica dal vivo di una band d'eccezione: Max Zaccaro (basso), Alex Polifrone



(batteria), Simone Chiricosta (chitarra), Carlo Palmas (tastiere) e Pamela Massi (voce). Tra TV, social e palco, D'Angella conferma il suo talento unico con uno spettacolo tutto da ridere (e da cantare) capace di parlare a tutte le generazioni con leggerezza e intensità.



### "SUPERMAGIC" FESTIVAL DI MAGIA

All'Auditorium di Roma, dal 22 gennaio

*Supermagic*, il prestigioso festival internazionale di magia teatrale premiato dalla Fédération Internationale des Sociétés Magiques, torna a Roma per la sua 22ª edizione. Dal 22 gennaio all'8 febbraio, l'Auditorium della Conciliazione accoglie "Elementi", uno show che riunisce sullo stesso palco grandi illusionisti, prestigiatori e manipolatori provenienti da tutto il mondo. Oltre due ore di magia dal vivo per adulti e bambini, un viaggio spettacolare che trasforma il teatro in uno spazio sospeso tra sogno e realtà, invitando il pubblico a riscoprire il piacere dello stupore.

LABORATORI **DEBORAH** GROUP

**DERMOLAB**

Scelgo l'efficacia

Leviga. Distende. Rimpolpa.



**NOVITÀ**

BOTOX-LIKE EFFECT

**EFFETTO FILLER**

CREMA RICCA - SIERO CONCENTRATO - CONTORNO OCCHI  
LIP PLUMPER - TRATTAMENTO COLLO

DAI NOSTRI LABORATORI, L'INNOVATIVO TRATTAMENTO BOTOX-LIKE EFFECT CHE DONA A VISO, OCCHI, LABBRA E COLLO UN **EFFETTO FILLER E TENSORE ISTANTANEO**. PER UN ASPETTO PIÙ TONICO E RIMPOLPATO.



**ACIDO IALURONICO**  
AD ALTO E BASSO PESO MOLECOLARE



**DL LIFTING AGENT**  
EFFETTO LIFTING IMMEDIATO



**ARGIRELINE™ AMPLIFIED**  
PER CONTRASTARE LE RUGHE D'ESPRESSIONE

# ANGELIQA DEVI

## Bellezza è ascoltare le esigenze del corpo

Fuori dal set, l'attrice protagonista di *Sandokan* coltiva il suo benessere tra affetti familiari, rituali essenziali e piccoli gesti dedicati a se stessa

**È**

una presenza che cattura, un volto che resta impresso. In *Sandokan*, la serie-evento dal cast internazionale che nelle scorse settimane ha riportato in vita il fascino dell'eroe della giungla, Angeliqa Devi è stata una delle rivelazioni più sorprendenti, complice quell'aria misteriosa che l'ha resa immediatamente riconoscibile. Lontana dal set è una donna che rivendica radici, equilibrio e un rapporto profondo con il proprio corpo. E tra un ciak e l'altro ha imparato che la bellezza, prima di essere esteriore, è interiore, fatta di un ascolto profondo del proprio io.



Foto di Marco Melfi

### Quando non sei sul set, come ami trascorrere il tuo tempo?

Con le mie bambine di 9 e 11 anni. Passo molto tempo con loro perché, quando sei sul set, devi dare tutto, e in passato ho dovuto assentarmi in momenti importanti. Quindi, quando ci sono, ci sono davvero. Mi dedico a loro, a creare tempo di qualità.

### Ti concedi anche momenti di benessere?

Tengo moltissimo al benessere: se sei un attore il tuo corpo è il tuo strumento. Roma mi aiuta, perché offre verdura, pesce e cibo sano senza quasi rendersene conto, e posso andare a correre quando voglio visto il clima mite.

### Cosa significa per te sentirsi bella?

Inizia tutto da un ascolto profondo del corpo. Non mi peso, non conosco il mio peso, non passo il tempo davanti allo specchio. Non do attenzione a quel-

lo, ma nutro il mio fisico attraverso l'ascolto di ciò di cui ho bisogno giorno per giorno. Non mi nego nulla, mi concedo tutto, ma senza eccessi. Credo nella moderazione e nell'essere in accordo con il proprio corpo.

### C'È UN PRODOTTO DI BELLEZZA A CUI NON RINUNCI MAI?

«L'OLIO DI ARGAN PER IL VISO. SONO DI ORIGINI INDIANE E LÌ SI USANO MOLTISSIMO GLI OLI, ANCHE PER I CAPELLI. MIA MADRE LI USAVA SEMPRE E LI TROVO UNA BASE NUTRITIVA PREZIOSA».

### Ti trucchi da sola?

Quando non sono sul set, sì.



Foto di Paolo Palmieri



Angeliqa Devi (48) a sinistra è con Anthony Hopkins sul set del film "Those About to Die".

Foto di Marco Melfi



**Quali sono i tuoi punti di forza e quali imperfezioni cerchi di camuffare?**

I miei punti di forza sono gli occhi, le labbra e la pelle. I punti deboli ci sono, ma ho un rapporto molto sereno con i difetti, non mi pesano. Non vorrei tornare a quando avevo vent'anni: apprezzo la mia età e non toglierei i segni del tempo. Ne sono orgogliosa.

**Quanto tempo dedichi alla tua beauty routine?**

Poco: quindici minuti la mattina e quindici la sera.

**La tua pelle ha cambiato esigenze negli anni?**

Prima avevo la pelle secca, ora ho imparato a nutrirla bene, non solo idratandola dentro e fuori, ma anche ascoltando il corpo in base a ciò che mangio e bevo. C'è un collegamento diretto: se mangi male, il giorno dopo la pelle lo riflette.

**Per la detersione, preferisci prodotti schiumogeni od oleosi?**

Uso entrambi. Per gli occhi preferisco i prodotti oleosi, per il viso meglio un buon latte detergente. Quando ho iniziato a lavorare, a sedici anni, ho seguito un corso di benessere e salute: ho imparato tre step che non mancano mai nella mia beauty routine: detersione, tonico e crema. E prima della

crema metto l'olio di argan.

**Quali sono i tuoi must-have nel make up?**

Non mi trucco spesso perché sul set mi truccano molto e, quando posso, preferisco far riposare la pelle. Una cosa a cui non rinuncio mai, però, è la matita: la metto sempre per uscire e, per le occasioni speciali, metto la matita o il kajal anche all'interno dell'occhio per dare più profondità allo sguardo.

**Come ti prendi cura della tua chioma?**

Faccio impacchi di olio di ricino una volta alla settimana. Me lo ha insegnato la mia lookmaker: a prima vista può sembrare che l'olio appesantisca, in-

I prodotti must-have di

*Angeliqa*

- DETERGENTE VISO
- TONICO
- OLIO DI ARGAN
- CREMA IDRATANTE
- OLIO DI RICINO

vece pulisce, sgrassa e nutre. Lo lascio agire e poi lavo bene: i capelli brillano di più e sono più nutriti.

**UTILIZZI TRATTAMENTI SPECIFICI PER IL CORPO?**

«TRE VOLTE ALLA SETTIMANA FACCIO LO SCRUB: SPAZZOLARE VIA LE CELLULE MORTE È IMPORTANTE. INOLTRE, PRENDO ACIDO IALURONICO PER VIA ORALE PERCHÉ NUTRE LA PELLE. E BEVO TANTO!».

**Qual è la regola principale della tua routine di bellezza ai cambi di stagione?**

Cambio l'alimentazione. In inverno prendo integratori e assumo grassi buoni come l'olio di semi di lino, frutta secca e vitamina D.

**Le mani sono un biglietto da visita. Te ne prendi cura?**

Sì! Mi piacciono gli smalti: è bello vedere le unghie curate. A volte le lascio nude, adoro i french rosa chiaro. Allo stesso tempo, però, mi piacciono anche i colori potenti come il rosso intenso e il nero.

# L'OLIO di SEMI di LINO

Se sogni una chioma che catturi la luce e gli sguardi... è il momento di conoscerlo meglio!

**S**e pensi che i semi di lino siano solo per i tuoi smoothie, preparati a scoprirli in versione beauty. Dalla lucentezza da passerella alla cura del crespo, i prodotti a base di semi di lino sono **il segreto glamour per trasformare la tua chioma in un vero capolavoro**. Sieri, maschere, shampoo o leave-in: basta scegliere il formato che si adatta al tuo stile di vita e lasciarti coccolare. Ma ce n'è uno in particolare che ha conquistato hairstylist, beauty editor e hair-lover: l'olio di semi di lino.

## PERCHÉ TUTTE NE PARLANO?

Ricchissimo di Omega-3, vitamina E e attivi emollienti, l'olio di semi di lino è un elisir naturale capace di trasformare anche i capelli più ribelli. Nutre, lucida, protegge dalle aggressioni esterne e sigilla le cuticole, riducendo il crespo in un solo gesto. Il risultato? **Capelli più corposi, brillanti e setosi, come dopo un trattamento professionale**. La sua magia è nella semplicità. Applica due o tre gocce di olio sulle punte umide prima della piega: il capello si ammorbidisce, il crespo si attenua e la piega diventa più definita. Se ami il liscio, ti aiuterà a ottenere un finish specchiato; se invece hai ricci oppure onde, ti regala elasticità e definizione senza appesantire.



**Ricco di Omega-3**

## UN'ARMA SEGRETA

L'olio di semi di lino fa tutto: è uno styling leggero, un trattamento nutriente, un anti-frizz istantaneo e anche un ottimo protettivo contro smog e stress termico. Puoi usarlo prima del phon, per una piega più morbida; dopo l'asciugatura, solo sulle punte, per lu-

cidare; tra un lavaggio e l'altro, per ravvivare la chioma senza dover re-stylarla da zero. **È uno di quei prodotti che trasformano la routine in un gesto chic**, veloce e super efficace.

## SCEGLI FORMULE LEGGERE

Per evitare l'effetto "pesante", punta su oli di semi di lino puri ma leggeri, spesso arricchiti con vitamina E o oli vegetali nobili. Le formule più moderne sono setose, non unte e perfette anche per capelli sottili. Una sola goccia può bastare: **il segreto è sempre dosare, non abbondare**. E se i capelli sono secchi o indisciplinati, aggiungi due gocce di olio alla tua maschera preferita. In pochi minuti avrai un trattamento intensivo che rende la chioma più morbida, nutrita e luminosa: è il mini-trucco da backstage che usa chi lavora nel mondo della moda.

## CONSIGLI FLASH

*I semi di lino non vivono solo dentro l'olio: la cosmetica li ha trasformati in una costellazione di prodotti ultra-performanti per ogni esigenza di haircare. Ecco le formule più amate:*

### ● SIERI DI SEMI DI LINO

Se vuoi capelli super brillanti e setosi, ma cerchi una formula ancora più leggera dell'olio, il siero ai semi di lino è il tuo alleato numero uno. Basta qualche goccia sulle punte o sulle lunghezze dopo lo shampoo per ottenere subito una chioma morbida e disciplinata, senza effetto unto.

### ● SHAMPOO E BALSAMO

Non sottovalutare il potere dei prodotti lavanti a base di semi di lino. Gli shampoo nutrienti detergono delicatamente e rinforzano i capelli, mentre i balsami al lino idratano in profondità senza appesantire. Risultato: capelli soffici, disciplinati e facilissimi da pettinare.

### ● MASCHERE E LEAVE-IN

Per chi ama le coccole extra, le maschere ai semi di lino sono un trattamento intensivo che rende la chioma luminosa. E per uno styling che cura, i leave-in ai semi di lino sono perfetti: applicati sui capelli bagnati, proteggono dal calore, domano il crespo e lasciano morbidezza e brillantezza.



# Lin exance

Semi di Lino

dalla natura,  
un gesto d'amore  
per i tuoi capelli

PARISIENNE ITALIA  
TRADIZIONE COSMETICA DAL 1955



CON ESTRATTO DI SEMI DI LINO

[parisienneitalia.it](http://parisienneitalia.it)



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.



# Quel bianco soffice COME UNA NUVOLA

Cloud Dancer, il colore Pantone 2026, è una luce vellutata che apre lo sguardo e valorizza le mani

Il colore Pantone 2026 spiegato da chi lo sa davvero: Luigi Rizzello, make up artist e lookmaker delle star! Perché il 2026 ha una missione: farti brillare con la leggerezza di una nuvola. La nuance dell'anno, Cloud Dancer, è, infatti, **un bianco etereo, morbido, luminoso, capace di trasformare ogni look in un sussurro glam**. E per capire come portarlo sul viso e sulle unghie senza sembrare "troppo bianca", abbiamo chiesto i consigli di chi trasforma quotidianamente le celebrity in opere d'arte: Luigi Rizzello, appunto.



**UNGHIE MINIMAL, CHIC E... ADDICTIVE**

Anche sulle unghie il Pantone dell'anno brilla, ma con discrezione. «Il Cloud Dancer è perfetto per le manicure minimal-chic che stanno tornando fortissimo», spiega Rizzello. Dimentica i bianchi duri e ottici: qui si parla di **un bianco vellutato, lattiginoso, che rende le mani più fini e luminose**. Ma come sceglierlo? «Opta per finish gel milky, semitrasparenti o satinati. La manicure diventa un accessorio silenzioso ma prezioso, che sta bene con tutto, dal denim alle serate più glam». E sì, il Cloud Dancer funziona a meraviglia anche nelle versioni più creative: french invertita, micro-perline, dettagli perlescenti. «L'importante è non esagerare. Il bianco deve restare una carezza, non un grido» dice il lookmaker.

## CHIFFON SUGLI OCCHI

«Il segreto è non avere paura del bianco» chiosa subito Rizzello, che ben conosce la nuova palette eterea. Il Cloud Dancer, nella sua versione ombretto, **non è un semplice "bianco gesso": è una nuvola satinata**, luminosa, morbida come chiffon. «Se lo porti nel modo giusto, apre lo sguardo». Ok, ma come puoi sfoggiarlo tu, che non hai la mano del professionista? Semplice: «Punta sugli ombretti cremosi o satinati, che si fondono con la pelle lasciando una luminosità dolce, quasi angelica - suggerisce Rizzello - Applica il Cloud Dancer su tutta la palpebra per un look pulito e "zen", oppure concentrati solo nell'angolo interno per un effetto occhi-riposati-h24». Se vuoi più carattere, aggiungi un eyeliner sottilissimo e sfumato: «La chiave è la morbidezza. Niente linee dure, il Cloud Dancer deve vibrare, non gridare», spiega il lookmaker.

**"Una nuance che vibra senza gridare"**

## EFFETTO GLOSSY

Il Cloud Dancer dà il meglio quando si mescola con texture lucide. «Una puntina di illuminante sopra l'ombretto bianco crea un look glossy super editoriale» suggerisce Luigi Rizzello. Non serve altro: solo luce, freschezza e quel mood "sono appena uscita da un servizio fotografico".

Il consiglio pro? **Abbina al bianco un tocco di blush freddo**: rosa quarzo, malva, petalo ghiacciato. «Il contrasto sottile rende il risultato elegante e mai piatto». Parola di esperto!

## COSÌ NON SEMBRI "SPENTA"

*«Il Cloud Dancer è un colore che richiede equilibrio», sottolinea il make up artist*

Per non rischiare un effetto "troppo pallido", aggiungi al viso un tocco di calore leggerissimo: un bronzer freddo e delicato, quasi impercettibile. Sulle labbra, invece, vincono i gloss trasparenti, i nude lattiginosi e le texture che rispettano la morbidezza del look. La regola d'oro di Rizzello? «Il Cloud Dancer funziona quando pensi in sottrazione. Togli, alleggerisci, illumina. Solo così questo bianco diventa poesia».

deBBY



## CHROME VIBES

**LIQUID EYESHADOW**

OMBRETTO LONG LASTING - COLORE ULTRAPIGMENTATO

**SMALTO QUICK DRY**

ASCIUGATURA RAPIDA 60 SECONDI - EXTRA LUMINOSO

*Stay chromatic, stay cool!*



## Corto sì, ma con dolcezza. Innamorati anche tu del pixie soft

Raffinato, moderno e facile da gestire: con le sue scalature leggere e le punte morbide, diventa un accessorio di stile che puoi reinventare ogni giorno



“Valorizza i volti ovali, a cuore e quadrati, perché le ciocche morbide addolciscono i lineamenti”

**S**e hai sempre pensato che un taglio corto fosse troppo drastico, lascia che ti presentiamo il pixie soft: il taglio corto che sembra lungo, morbido, leggero e incredibilmente versatile. Bordini delicati, punte spettinate e ciuffi strategici che incorniciano il volto lo rendono l'arma segreta delle chiome zazzерette. È un taglio che dice “attitude” senza urlarlo, che **gioca con la femminilità e con il carattere allo stesso tempo**. A differenza

del pixie tradizionale, la versione soft presenta ciocche più morbide e scalature leggere, che conferiscono movimento ai capelli, evitando l'effetto “spigoloso” tipico dei tagli corti estremi. «Il pixie soft è un taglio che respira», ci dice Claudia Ferri, hairstylist delle star. «Non serve una nuca rasata o contorni troppo netti, il segreto sta nei dettagli: qualche ciuffo che cade sull'orecchio, punte leggermente scalate e una frangia morbida che incornicia il viso».

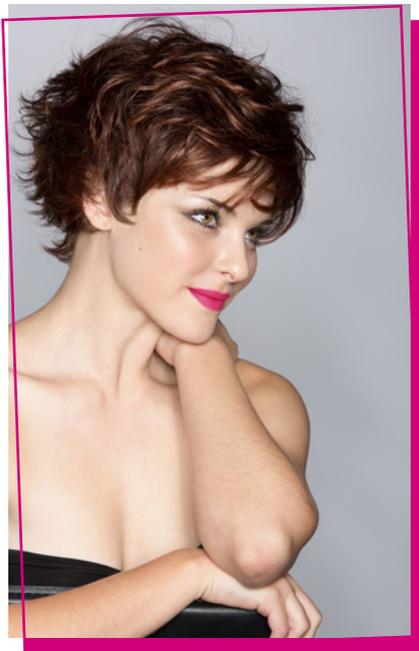
### LASCIA LIBERO IL COLLO E SLANCIA LA POSTURA

Il pixie soft mette in risalto collo, orecchie e occhi. La lunghezza ridotta lascia libero il collo, slanciando la postura e rendendo il viso più luminoso. Per un effetto “wow”, scegli pettinature leggermente laterali o ciuffi modulabili, e aggiungi accessori discreti come piccoli fermagli od orecchini che catturano lo sguardo senza appesantire il look.

**"Non è un semplice taglio: è un atto di libertà. Ti permette di giocare, di cambiare, di esprimere chi sei senza rinunciare alla femminilità"**

## PERCHÉ TI STARÀ COSÌ BENE

Il bello del pixie soft è che sta bene a quasi tutti i visi. Sicuramente valorizza i volti ovali, a cuore e quadrati, perché le ciocche morbide addolciscono i lineamenti. **Può anche essere adattato con frangia laterale o ciuffo lungo** per chi vuole un tocco di originalità senza rinunciare alla praticità. Ma questo taglio si sposa anche con tutte le texture di capelli: basta qualche piccolo accorgimento per farlo sembrare cucito su di te. Chi ha capelli fini, ad esempio, può sfruttare la scalatura per dare volume, mentre chi ha capelli più spessi troverà il taglio più leggero e gestibile. «È un taglio che allunga il collo, valorizza gli zigomi e illumina lo sguardo», spiega la nostra esperta. «Non ti limita, anzi: ti lascia libertà di giocare con il look ogni giorno».



## MANUTENZIONE E STYLING

Il pixie soft richiede una manutenzione regolare, con ritocchi ogni 4-6 settimane per mantenere la forma e le linee delicate. **Puoi lasciarlo asciugare all'aria per un effetto naturale e leggero**, usando solo un po' di crema o olio sulle punte per dare lucentezza e controllo. Oppure puoi osare con un gel leggero o una cera sulle ciocche superiori per creare un finish più strutturato o bagnato, perfetto per una serata speciale. Per un mood più disinvolto e bohémien, basta texturizzare con le mani e lasciare qualche ciuffo libero sul viso: il risultato sarà sorprendentemente sofisticato ma mai troppo costruito. «Con le dita puoi texturizzarlo, modellarlo, cambiare riga e mood in pochi secondi. Ogni giorno il pixie soft può essere diverso», spiega Claudia Ferri. Ed è per questo che ne siamo pazzе! Attenzione, però, perché il pixie soft è pratico, ma non banale: basta giocarci un po' affinché prenda vita in

## Dettagli che fanno la differenza

Se vuoi dare al tuo pixie soft un twist davvero personale, punta su micro-accessori strategici: minuscole mollette colorate, pinzette metalliche o cerchietti sottilissimi che aggiungono un dettaglio di stile senza rubare la scena al taglio. Funzionano benissimo anche le texture diverse nei prodotti di styling, alternando finish opachi e brillanti per cambiare atmosfera in un attimo. Il segreto è giocare: più ti diverti, più il pixie soft diventa davvero tuo.



modo ordinato, ma naturale. E poi c'è la magia del colore. Un pixie soft con leggere schiariture o balayage sulle punte può trasformare il taglio in un look personalissimo, luminoso e moderno: schiarire punte o ciuffi, infatti, aggiunge dimensione e lucentezza al taglio, senza bisogno di stravolgere il colore naturale. **L'haistylist consiglia sempre di non aver paura di sperimentare:** «Ogni gesto sulle ciocche, ogni cambiamento nella riga o nel movimento può raccontare un'emozione diversa. Il pixie soft è come una tela su cui dipingere ogni giorno».

## QUESTIONE DI CARATTERE

Questo non è un semplice taglio: è un atto di stile e di libertà. Ti permette di giocare, di cambiare, di esprimere chi sei senza rinunciare alla femminilità. Se vuoi sentirti audace ma elegante, pratica ma chic, il pixie soft ti accompagna in ogni mood, **dalla giornata frenetica in città alla serata glamour con le amiche.** «Il pixie soft è perfetto per chi ama osare con delicatezza e ti permette di sperimentare con accessori come fermagli o cerchietti», conclude Claudia Ferri. «È un taglio che ti rende protagonista senza sopraffarti, che ti lascia libertà di sperimentare e di reinventarti».

## ALLEATO IN OGNI MOMENTO

C'è poi un altro aspetto che rende il pixie soft irresistibile: la sua capacità di adattarsi ai cambi di stagione e

ai diversi momenti della giornata. In inverno si porta facilmente sotto cappelli e berretti senza perdere forma, mentre d'estate diventa un alleato fresco e leggero, perfetto per chi vuole liberarsi dal peso dei capelli lunghi. Funziona anche per chi vive sempre di corsa: **basta una passata di dita per riportarlo in ordine** dopo una giornata intensa. Insomma, è un taglio che segue il tuo ritmo e si plasma sulle tue esigenze, accompagnandoti con naturalezza dalla mattina alla sera. Allora, sei pronta a darci un taglio e giocare con il tuo nuovo look?



# Notte di bellezza

Trasforma il riposo in un rituale che coccola la pelle. Gli step? Detergere, tonificare, nutrire e... rilassarsi!

**E**bbene sì, la bellezza non dorme mai... ma tu sì! E allora **perché non trasformare il tuo riposo in un vero e proprio rituale di coccole per la pelle?** Prendi nota, perché per svegliarti ogni mattina bellissima, radiosa e pronta a conquistare il mondo non ti servirà altro che seguire questi consigli! Ecco come impostare la tua night routine ideale.



**Il primo passo** per una pelle sana e luminosa è la **deterzione**: scegli la formula più adatta al tuo tipo di pelle. I gel purificano, le mousse regalano una pulizia delicata, mentre le texture cremose sciolgono anche il trucco più resistente.

## VIA IL TRUCCO!

Prima regola d'oro: **mai andare a letto truccata**. Mai. È vero, lo abbiamo detto centinaia di volte... eppure, ti vediamo quando torni tardi la sera e il diavolelletto sulla tua spalla ti dice "Ma sì, che sarà mai?". E invece no! Il tuo struccante diventa il tuo migliore amico, e che sia latte detergente, acqua micellare od olio non importa: l'importante è rimuovere ogni residuo di trucco e impurità. Non avere fretta, concediti qualche minuto: massaggia delicatamente, lascia che il prodotto sciolga mascara e fondotinta, poi ri-



sciacqua con acqua tiepida. La tua pelle respirerà e il mattino ti regalerà un viso fresco e luminoso. Dopo lo "struccaggio", **il tonico è il passaggio segreto che non tutte conoscono** ma che fa una differenza enorme. Ristabilisce il pH della pelle,

chiude i pori e prepara il viso a ricevere tutti i trattamenti successivi. Spruzza, tampona con le dita o con un dischetto di cotone e goditi quella sensazione di freschezza che ti fa subito sentire meglio. Bonus glam: scegli un tonico leggermente profumato per trasformare il gesto in un piccolo rituale sensoriale.



**Il tonico** è il gesto che completa la deterzione e prepara la pelle ai trattamenti successivi. Può essere idratante, lenitivo o purificante, a seconda delle esigenze: le formule delicate riequilibrano la pelle, quelle a base di acidi leggeri aiutano a levigare e minimizzare i pori.

## CONSIGLI FLASH

- Quando applichi i prodotti, non strofinare la pelle, ma picchiettila delicatamente.
- Non saltare mai il collo e il décolleté: sono zone che raccontano la tua età più del viso.
- Bevi acqua prima di dormire: l'idratazione viene anche da dentro.
- Alterna maschere nutrienti e purificanti una o due volte a settimana per mantenere la pelle equilibrata e luminosa.

NATURAVERDE  
— NATURAL BEAUTY —

## BAVA DI LUMACA



## BENEFICI DELLA BAVA DI LUMACA

Elasticizzante · Idratante · Antiossidante  
Lenitiva · Protettiva · Rigenerante  
Illuminante



naturaverde\_beauty  
www.naturaverde.com

BIO  
ORGANIC



### IL POTERE DEL SIERO

Se vuoi fare sul serio con la skincare, **il siero è il tuo alleato numero uno**. Illuminante, antirughe, idratante... scegli quello giusto per il tuo tipo di pelle e applicane qualche goccia sul viso e sul collo con leggeri tap-tap. È come dare un booster di energia alla pelle: piccole gocce, grandi risultati. Se sei davvero "golosa", puoi alternare sieri diversi durante la settimana per nutrire, purificare o illuminare secondo l'esigenza. E poi? **Crema notte e contorno occhi: sono il duo da sogno!** Attenzione: la crema specifica per la notte non è un lusso: è un must. La pelle mentre dormi lavora per rigenerarsi, e tu devi darle il giusto carburante. Scegli una texture ricca ma non pesante, massaggiala sul viso con movimenti circolari e concediti un minuto di relax totale. E non dimenticare il contorno occhi! La zona più delicata del viso merita un trattamento speciale: basta una piccola quantità da picchiettare con il dito. Vedrai che la mattina avrai uno sguardo riposato, luminoso e pronto a incantare.

"MENTRE DORMI, LA TUA PELLE LAVORA PER RIGENERARSI"



### COME ALLA SPA

Ehi, dove corri? La perfetta beauty routine notturna non si ferma mica al viso. Mani morbide e piedi da diva? Sì, grazie! Ogni sera applica una crema mani ricca, massaggiando un po' ogni dito. Non dimenticare i piedi: dopo una doccia calda, coccolali con una crema nutriente, concentrandoti su talloni e piante. Di tanto in tanto, **concediti maschere mani e piedi o uno scrub delicato**: sarà come fare una mini-spa direttamente a casa tua. E vuoi regalarti una chicca extra glam da vera insider? Prima di dormire, crea l'atmosfera perfetta: luce soffusa, candele profumate, la tua musica preferita. Insomma, trasforma ogni gesto in un momento di piacere e relax. In fondo non è solo cura della pelle, è cura di te stessa.

### PERFETTA FIN SOPRA LA PUNTA DEI CAPELLI



ANTICRESPO

SONNO... DI SETA

Spazzolare o districare i capelli la sera aiuta a sciogliere eventuali nodi accumulati durante la giornata: così eviti che si aggroviglino e causino rotture mentre dormi. Se li districi delicatamente, puoi aiutare gli oli naturali del cuoio capelluto a distribuirsi dalle radici alle punte: un piccolo aiuto all'idratazione e alla lucentezza della chioma! E sai che c'è un trucco che quasi nessuno considera ma che può fare la differenza? Dormire su una federa di seta o satin: rispetto al cotone, queste superfici riducono l'attrito e aiutano i capelli a scivolare senza spezzarsi o formare nodi.

Ovvero: meno doppie punte e frizz al mattino!

"DOPO LA DOCCIA, PRENDITI CURA DEI TUOI PIEDI MASSAGGIANDOLI CON UNA CREMA NUTRIENTE"

ESPERTI IN PREVENZIONE

# mentadent

GESTI QUOTIDIANI DI  
**BENESSERE E BELLEZZA**



INQUADRA  
PER PARTECIPARE

**ACQUISTA 2 PRODOTTI MENTADENT,**

di cui almeno uno delle linee Gengive Forti / White Now 3in1 / White Now / Protect+,  
conserva lo scontrino e vai su [concorsomentadent.it](http://concorsomentadent.it)

## PUOI VINCERE UN MERAVIGLIOSO WEEKEND IN UN'ESCLUSIVA SPA A TUA SCELTA



Concorso a premi riservato ai maggiorenni valido dal 27 dicembre 2025 al 3 aprile 2026, dalle ore 8:00 alle ore 24:00.  
Montepremi € 17.500 + IVA ove prevista. Regolamento su [concorsomentadent.it](http://concorsomentadent.it)



# DISPOSOFOBIA

## *l'accumulo che soffoca la vita*

Quando gli oggetti diventano una protezione emotiva, gli spazi domestici si riducono e la quotidianità si complica sempre di più

**L**a casa è piena di oggetti: vestiti mai indossati, riviste accumulate negli anni, scatole che non si aprono da tempo. Gli spazi si riducono e diventa difficile muoversi, cucinare, invitare qualcuno. Eppure, **l'idea di liberarsi anche solo di una piccola parte di quelle cose provoca un'ansia insopportabile.** Quando l'accumulo diventa così pervasivo da compromettere la vita quotidiana, si parla di disposofobia, un disturbo che intrappola chi ne soffre in uno spazio sempre più ristretto e soffocante.

### CONFUSIONE O PATOLOGIA?

È importante distinguere tra chi ha semplicemente una casa disordinata e chi soffre di un vero disturbo da accumulo. «Siamo abituati a dare un nome di evocazione psichiatrica anche ad aspetti della vita comune, non patologici», spiega la dottoressa Fulvia Tramontano, psicologa e psicoterapeuta. «Alcune trasmissioni tv mostrano immagini di persone che non riescono più a oltrepassare ostacoli fisici creati da se

“COMPROMETTE  
IL BENESSERE  
EMOTIVO”



# LINEA HAIR STYLING

# GOMGEL®

## UN LOOK DA URLO



Qualità professionale al servizio dello styling. Scegli tra cera ad acqua effetto traslucido, paste opache e polveri volumizzanti. Tenuta elastica e finish naturale per modellare la tua acconciatura. Questa linea è stata pensata per chi ama creare look unici e dinamici.



stessi, in casa, accumulando oggetti. Se parliamo di fobie ci riferiamo a comportamenti di cui siamo ostaggio senza libertà di scegliere, causa di grande sofferenza psicologica». La differenza sta proprio qui: l'accumulatore seriale non riesce a liberare spazio intorno a sé. Ogni cosa gli sembra imperdibile e **rapidamente la situazione va fuori controllo**. «Al contrario, il disordine o l'affezione agli oggetti non rendono impraticabili gli spazi ma restano intatte le funzionalità e si può, pur nel disordine, cucinare, dormire, muoversi e anche avere ospiti», chiarisce la dottoressa Tramontano.

### UN MECCANISMO DIFENSIVO

Ma cosa spinge una persona ad accumulare oggetti fino al punto di compromettere la propria vita? Le cause sono profondamente emotive e psicologiche. «Non si riesce a liberarsi di oggetti che diventano fonti di sicurezza emotiva, si arriva a sentirsi più sicuri e tranquilli, eludendo il timore di perdere parti di sé o del proprio passato, eliminando oggetti», spiega l'esperta. **«Tutti questi oggetti funzionano come una protezione simbolica**



perché forniscono un'illusione di controllo sull'ambiente circostante». In altre parole, gli oggetti accumulati non sono semplicemente cose: diventano una barriera protettiva contro l'ansia, **una rete di sicurezza emotiva che la persona teme di perdere**. Buttare via qualcosa equivale a perdere un pezzo di sé, del proprio passato, della propria identità.

### IL PESO SULLE RELAZIONI

Le conseguenze della disposofobia non si limitano allo spazio fisico, ma si estendono a ogni aspetto della vita. «Se gli spazi divengono oggettivamente sovraccarichi, **anche il semplice cucinare, pulire, invitare qualcuno diventa impossibile** e questo porta a una forma di ritiro sociale», osserva la psicologa. E il disagio non colpisce solo chi accumula, ma si ripercuote inevitabilmente su chi vive nello stesso ambiente. «Gli altri abitanti dello stesso spazio domestico si trovano coinvolti in un disturbo che non gli appartiene e ne soffrono le conseguenze, da cui tensioni e conflitti che tolgono alla casa il necessario senso di sicurezza e pace», continua l'esperta.

### USCIRNE È POSSIBILE

La buona notizia è che se ne può uscire, ma serve l'aiuto di un professionista. «Quando il problema è diventato dilagante dentro se stessi e nelle relazioni familiari, non è possibile venirne a capo da soli senza lasciarsi aiutare da un professionista qualificato che aiuterà a comprendere cosa ha condotto a quel problema, lasciando spazio a un ascolto autentico che forse la persona non ha ancora mai sperimentato», sottolinea la dottoressa. Il percorso terapeutico affronta le difficoltà a prendere decisioni e **aiuta a superare la paura di liberarsi dagli oggetti**, come uno svuotamento necessario che non si riesce a compiere, quasi portasse via non oggetti esteriori ma parti di sé.

## 5 PICCOLI PASSI PER LIBERARSI DEL SUPERFLUO

Vuoi cominciare a fare ordine senza sentirti sopraffatta? Ecco alcuni consigli pratici della nostra esperta.



1. Parti da una micro zona: scegli un cassetto, uno scaffale, una scatola. Imposta un timer a 5 minuti e inizia con fiducia, senza superare il tempo. Piccoli passi, grandi risultati.
2. Usa la zona di transito: per ogni cosa decidi con calma se conservarla o eliminarla perché è un doppione, rovinata o inutilizzata. Se sei incerta, riponila in una "zona di transito" vicino all'ingresso per una settimana. Al termine valuterai meglio.
3. Inizia con oggetti neutri: evita foto, ricordi o regali, all'inizio. Concentrati su prodotti scaduti, oggetti rovinati, scuciti, scollati, pezzetti di carta, cianfrusaglie.
4. Semplifica la decisione: questo processo stanca la mente. Usa una domanda semplice per ogni oggetto: "Mi semplifica la vita?". Diventerà più facile decidere.
5. Premia l'area sistemata: onora lo spazio liberato con qualcosa che te lo faccia apprezzare: un fiore, uno spruzzo di profumo, una coperta ripiegata con cura. La mente ha bisogno di vedere la bellezza che nasce dall'ordine.

NOVITÀ

deBBY



# NAIL CARE

COLLECTION

UNGHIE AL TOP, SEMPRE!

TRATTAMENTI FUNZIONALI PER UNGHIE CURATE E DALL' ASPETTO SANO

CON ATTIVI SPECIFICI PER LA CURA DELLE UNGHIE

# MIUCCIA PRADA

## Dall'attivismo al fashion system

È l'unica italiana nella lista Time 100 e non solo per l'impero che guida, ma perché ha trasformato la moda in un terreno culturale, politico e visionario



# M

iuccia Prada è stata riconosciuta come una delle donne più influenti del 2025, **l'unica italiana inclusa nella prestigiosa lista Time 100**, accanto a figure globali come Demi Moore e Scarlett Johansson. Il merito? Sicuramente quello

di dettare legge nel fashion system... e non solo! E no, Miuccia non è arrivata per caso nel mondo della moda: affondava le radici in una famiglia che aveva già nel nome la stoffa del successo. Nata come Maria Bianchi, adatterà poi il cognome Prada, eredità materna di una dinastia imprenditoriale che aveva fondato la maison agli inizi del Novecento, quando si chiamava ancora Fratelli Prada. L'infanzia è trascorsa tra una Milano colta e politicamente vivace, in una casa dove si discute, si legge, si osserva il mondo. È un ambiente che forma una bambina curiosa, dotata di un'intelligenza acuta e di un senso critico raro, qualità che più tardi saranno la chiave del suo stile. Prima di diventare Miuccia, la stilista che tutti conoscono, è stata una giovane donna che ha frequentato l'università, ha studiato Scienze Politiche, si è appassionata al femminismo, alla lotta sociale, al teatro d'avanguardia. Si è iscritta al Piccolo Teatro di Milano, ha partecipato a gruppi di riflessione politica, si è mossa tra intellettuali e attivisti. Insomma, ha studiato, si è formata e, prima di tutto, ha scelto: non la moda come destino scontato, ma la politica e la ricerca intellettuale. Il fashion world non era ancora il suo mondo: era semmai un orizzonte possibile. Eppure, proprio questa fase "altra" sarebbe tornata in modo potentissimo nelle sue collezioni, nel suo modo di concepire il bello e l'utile, nella capacità di mettere la moda al centro di un discorso culturale e non solo estetico.



### IDEE, NON PAILLETTES

Nel 1978, quasi controvo-  
glia, è entrata nell'azienda  
di famiglia. Non è stato un  
passaggio naturale, bensì un  
atto di responsabilità. Ma,  
una volta presa in mano la  
direzione creativa, Miuccia  
**ha deciso di non limitarsi  
a custodire il marchio; lo  
ha trasformato.** La sua cu-  
riosità intellettuale, infatti,  
non è mai stata un accessorio:  
è da sempre la sua materia  
prima. La sua formazione  
accademica e il bagaglio  
di idee e letture hanno de-  
terminato la cifra "cere-  
brale" del suo lavoro e sono  
rimasti evidenti nell'ap-  
proccio critico e spesso an-  
ticonformista che imprime  
ai suoi progetti. Come lei  
stessa ha ribadito in passa-  
to, Miuccia non sminuisce  
il ruolo della moda, ma lo



Il nylon nero è diventato la cifra distintiva delle borse Prada.



pensa in relazione a contesti culturali più ampi: «Io faccio vestiti. È ridicolo. Ma è il mio lavoro», ha detto con un atteggiamento che mescola autoironia e consapevolezza del proprio potere creativo. Il volto pubblico di Miuccia Prada, del resto, è quello di **una donna che sa essere contraddittoria**: femminista e calcolatrice del mercato, schiva ma capace di gesti pubblici clamorosi, raffinata eppure attratta dall'idea dell'«antibellezza». Ha spesso dichiarato che «Ugly is attractive, ugly is exciting», intendendo che l'estetica non deve essere solo ed esclusivamente la ricerca del bello canonico, ma può interrogare, provocare e sorprendere... e questa tensione sta al cuore di molte collezioni Prada, dove l'inaspettato convive con

l'artigianalità e la precisione sartoriale. Attenzione, però, perché Miuccia preferisce pensare le sue collezioni come oggetti che devono avere senso nella vita delle persone. «Anche se qualcosa è eccentrico o strano, deve sempre essere ragionevole», ha detto parlando del rapporto tra bizzarria e utilità, sottolineando la sua idea che la creatività debba poi tradursi in soluzioni vive, non solo in esercizi estetici. Il salto che ha trasformato la piccola azienda di famiglia in un impero globale è stato frutto di scelte audaci e di un lavoro di squadra pensato come laboratorio: la svolta con la riscoperta del nylon tecnico e l'introduzione di un'estetica minimale ma concettuale, ha definito un nuovo codice di lusso. Nel 1985, infatti, ha

lanciato la famosa borsa in nylon nero, materiale tecnico, industriale, lontano dalle estetiche tradizionali della sontuosità. È stato un gesto radicale, quasi provocatorio. Il pubblico ha capito e il mercato è esploso: Prada è diventato avanguardia e con l'avanzare degli anni Novanta il marchio si è evoluto in **un linguaggio riconoscibile, fatto di minimalismo cerebrale, proporzioni studiate, eleganza non accomodante**. Miuccia ha saputo fondere interessi per l'arte, l'architettura e la sociologia con il mestiere del design, collaborando con figure come Rem Koolhaas per ripensare lo spazio vendita e il rapporto tra oggetto e consumatore; «Le sue boutique - ha scritto qualcuno - sono spesso state concepite come installazioni, luoghi dove lo store diventa esperienza culturale oltre che commerciale».

## PENSIERO E CARATTERE: LA DONNA DIETRO IL MITO

Insomma, Miuccia Prada non è solo una stilista: è un'intellettuale atipica del sistema moda. Timida, autoironica, refrattaria ai cliché del glamour, non ama i riflettori gratuiti né le narrazioni mitizzanti. Nel racconto che fa di sé si scorge un'ambizione pragmatica e mai compiacente: «Quando la gente mi chiede: «Sei felice dei tuoi successi?», io sinceramente me ne infischio. Penso a quello che devo fare dopo», ha confessato in un'intervista recente, sintetizzando un'attitudine al lavoro che **non si accontenta dei trionfi ma cerca sempre il prossimo problema da risolvere**, la prossima idea da esporre, il prossimo modo per provocare una discussione estetica. Questo spirito è anche la ragione per cui Miuccia ha creato



“LA CURIOSITÀ È DA SEMPRE LA SUA MATERIA PRIMA”

Sposata dal 1978 con Patrizio Bertelli (79), Miuccia Prada (76) ha creato con il marito un legame anche professionale. Con lui infatti ha trasformato Prada in un'icona della moda.



Nata nel 1993, la Fondazione Prada è famosa in tutto il mondo per le sue mostre d'arte contemporanea.

Miu Miu: uno spazio più libero, "più malizioso", dove esplorare altre narrazioni della femminilità senza rinunciare a rigore e qualità. «Per me sono ugualmente importanti», ha detto parlando della convivenza di Prada e Miu Miu, spiegando che la "sorellina ribelle" non è una linea di secondaria

importanza, ma un altro campo di gioco creativo. **Miu Miu è la versione più libera di Miuccia**, quella che flirta con l'adolescenza, la spontaneità, l'imprevisto. Negli anni è diventata simbolo di un nuovo linguaggio della femminilità, più diretto, più spregiudicato.

**LA FONDAZIONE PRADA: CULTURA COME RESPONSABILITÀ**

Il successo di Prada non si misura solo in vendite ma in influenza culturale: i modelli, le borse, le scarpe e persino il modo di presentare una collezione hanno generato una grammatica visiva che altri hanno cercato di emulare. E la dimensione culturale è forse l'aspetto più personale del suo percorso. La Fondazione Prada, nata ufficialmente nel 1993 e poi ampliata negli anni fino al grande polo di Milano firmato da Koolhaas, è **l'espressione più potente della sua visione**: secondo lei arte contemporanea, cinema, filosofia, installazioni che non servono a decorare, ma a interrogare. La Fondazione Prada, famosa in tutto il mondo per le sue mostre d'arte contemporanea, è infatti un luogo che riflette la sua idea di cultura come impegno civile, come ricerca, come atto politico non militante ma pensante. I suoi progetti filantropici e culturali raccontano la volontà di restituire alla comunità una parte della sua ricerca estetica, trasformandola in confronto e crescita. Insomma, ciò che rende affascinante Miuccia Prada è la sua capacità di far convivere opposti: rigore e gioco, intellettualismo e concretezza, una profondità culturale che non si impone ma si percepisce nelle scelte di stile, nella costruzione di un'immagine aziendale e nella gestione di un impero. Dietro gli abiti c'è una donna che continua a interrogare il presente cercando nuove domande. Ed è forse per questo che, a distanza di decenni, la sua figura continua a generare dibattiti, ispirare giovani creativi e destabilizzare certezze: perché Miuccia Prada non disegna solo vestiti, ma scenari di senso.



Le sue boutique sono state spesso concepite come installazioni.

**CURIOSITÀ**

- È nata il 10 maggio 1949 a Milano.
- Ha un Dottorato in Scienze Politiche e ha studiato per cinque anni come mimo al Piccolo Teatro.
- Il nonno, Mario Prada, le impedì di lavorare in azienda: il fondatore del marchio non credeva che le donne dovessero avere un ruolo negli affari.
- Il nome del marchio "Miu Miu" deriva dal suo soprannome.
- Ha una vera e propria ossessione per i gambalotti, spesso abbinati a gonne al ginocchio in un look che è stato definito "ugly chic" o "intellettuale".
- Miuccia e suo marito Patrizio Bertelli sono collezionisti appassionati: hanno una collezione personale vasta e molto curata.



# NIVEA

# POTERE ANTI-RUGHE Q10



## INNOVAZIONE

### POTENZA L'EFFICACIA ANTI-RUGHE

RIDUCE ANCHE LE RUGHE PIÙ PROFONDE

**GLYCOSTOP™ & Q10 PURO.**  
Previene & riduce



**2X BOOSTER DI COLLAGENE\***  
RUGHE RIDOTTE DOPO 7 GIORNI



CREMA GIORNO EXTRA RASSODANTE SPF 15

CREMA NOTTE EXTRA RIGENERANTE

CONTORNO OCCHI LEVIGANTE

SIERO FILLER ANTI-RUGHE MIRATO

\*Il prodotto contiene gli ingredienti Q10 e Creatina, che stimolano la produzione di collagene, test in vitro

Acquista **20€** di prodotti NIVEA o Labello di cui una crema viso donna anti-età\*\*, conserva lo scontrino cartaceo e chiedi il rimborso

**TI RIMBORSIAMO 10€**

Iniziativa valida dal 15/12/2025 al 28/02/2026, con richiesta di rimborso entro e non oltre 5 giorni dall'acquisto.

\*\*Importo speso in un unico scontrino cartaceo presso i punti vendita fisici, elenco dei prodotti obbligatori, non in formato minitaglie, nel regolamento. L'importo complessivo speso e richiesto deve essere al netto di eventuali sconti e il pagamento deve avvenire senza l'utilizzo di alcuna tipologia di buono/buono sconto/buono spesa. È possibile richiedere un solo rimborso, che avverrà mediante bonifico bancario, collegandoti al sito [www.NIVEA.it](http://www.NIVEA.it) e seguendo le istruzioni.

REGOLAMENTO COMPLETO SU [WWW.NIVEA.IT](http://WWW.NIVEA.IT)

# FRANCESCO DE GREGORI

## Sguardi, silenzi e canzoni che restano

A cinquant'anni da *Rimmel*, il cantautore rimane fedele a ciò che lo definisce: libertà e immaginazione

**C**inquant'anni di canzoni che somigliano a pellicole in movimento, di versi sospesi tra sogno e realtà, di una voce che non ha mai smesso di cercare il punto esatto in cui l'intimità diventa racconto collettivo, di **un cantautore che ha fatto della discrezione il suo modo più autentico di stare al mondo.**

Francesco De Gregori è tornato al centro della scena celebrando mezzo secolo di *Rimmel*, un disco che continua a brillare senza perdere intensità, con un tour nelle scorse settimane che ha riempito arene e cuori. Ma dietro la leggenda del "Principe" si nasconde un uomo fatto di silenzi e passioni private, di timidezze ostinate e rituali quotidiani, di occhi che osservano e trasformano tutto in racconto.

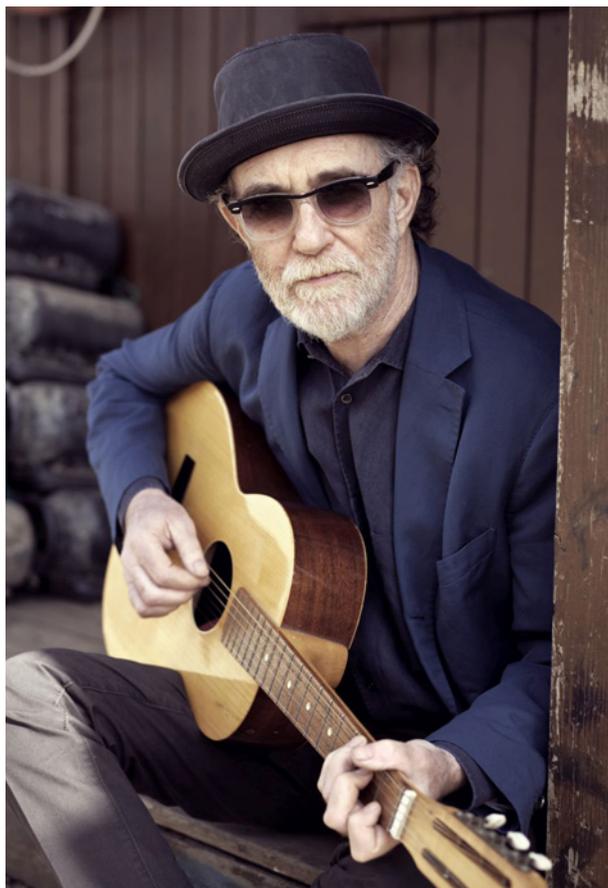


Foto di Daniele Barraco

### L'INFANZIA

Per comprendere davvero De Gregori bisogna tornare alla sua infanzia romana. Classe 1951, cresce in una famiglia colta: una madre insegnante e un padre bibliotecario che gli trasmettono l'amore per le parole e l'immaginazione, quelle stesse parole che nella sua poetica sono diventate poi rifugio e bussola. Roma, con le sue strade piene di storie

e contraddizioni, è la sua palestra emotiva, il suo primo laboratorio creativo: quartieri popolari, cinema d'essai, una città che diventa un teatro a cielo aperto in cui ogni sguardo è spunto per qualcosa. Da bambino osserva, ascolta, archivia: **una timidezza che diventerà cifra narrativa**, un modo per stare un passo di lato e cogliere l'essenziale. È così che impara a guardare senza farsi notare, a catturare det-

tagli, a costruire personaggi. È l'inizio di una sensibilità che tornerà in ogni sua canzone. È lì che prende forma quel mondo sospeso, un po' felliniano, in cui il reale dialoga con l'immaginario.

### GLI ESORDI E IL SUCCESSO

La musica arriva presto, quasi per caso, in modo naturale. In quella stessa Roma, De Gregori scopre

i Folkstudio, luogo di culto per i cantautori, dove si esibisce con timidezza, ma determinazione. In mezzo a quel pubblico esigente e sempre pronto alla critica, **De Gregori impara a misurare le parole, a scolpire i silenzi**, a portare in scena brani che sembrano racconti cinematografici. Lì affina la scrittura, misura le parole, sperimenta. Le prime incisioni con Venditti Roma, De Gregori scopre

# POLICE

## CONTEMPORARY



# EVERWAVE

THE FRAGRANCE OF BLUE HORIZONS

#policelifestyle

corso che prende davvero forma con *Rimmel* nel 1975. È il disco che lo consacra, ma anche quello che definisce il suo modo di intendere la musica: libertà narrativa, poesia, immagini che sembrano scorrere come fotogrammi. È il brano con cui **De Gregori riscrive le regole della canzone d'autore**, mescolando introspezione, immaginazione, improvvisi lampi di realtà. E ora quel "vecchietto", come lo chiama oggi con ironia, compie mezzo secolo senza una grinza, e nei concerti lo ripropone quasi identico all'originale, come un omaggio a un amico fidato. Da quel momento, i suoi successi attraversano epoche e generazioni: *Generale*, *La leva calcistica della classe '68*, *Pablo*, *Sempre e per sempre*. Canzoni che non invecchiano, che fotografano destini individuali dentro scenari universali e raccontano l'Italia senza giudicare, con una delicatezza che è diventata la sua firma. Canzoni che il pubblico può far sue. De Gregori, infatti, è sempre stato allergico alle interpretazioni univoche. Non ama spiegare, non vuole svelare. Preferisce che siano gli ascoltatori a perdersi, a lasciarsi trasportare. «Perché quattro cani sono quattro cani», ripete da anni, invitando ad ascoltare senza voler decifrare tutto. **La sua scrittura guarda a Fellini più che ai cantautori**, si nutre di immagini, zoom improvvisi, piani sequenza emotivi. Ogni verso è una scena, ogni brano un piccolo film. E infatti il suo stile è un unicum. La sua scrittura deve molto al cinema e alle atmosfere sognanti, mai del tutto ancorate alla realtà. Ma anche all'influenza di Bob Dylan, maestro amato e assimilato: traduzioni, citazioni, omaggi disseminati in una carriera che unisce profondità e leggerezza.

**Francesco De Gregori (74)**

sta celebrando i 50 anni dell'album "Rimmel" con un tour che attraversa varie location in Italia e che proseguirà nel 2026 con date estive nei teatri, palazzetti e club, eseguendo l'album per intero e altri successi.



Foto di Mauro Pomati

**CURIOSITÀ**

- Il soprannome "Principe" glielo diede Lucio Dalla per il suo stile elegante e raffinato.
- Dalla sua storica relazione con la moglie Alessandra "Chicca" Gobbi, scomparsa nel 2023, ha avuto due figli gemelli, Marco e Federico, nati poco dopo il loro matrimonio nel 1978.
- Si è divertito a collaborare con Checco Zalone, con il quale ha registrato l'album *Pastiche* nel 2024, dimostrando grande autoironia.
- Ha una stanza segreta dedicata a Bob Dylan piena di cimeli e ricordi legati al musicista americano.

**SU E GIÙ DAL PALCO**

I tour internazionali, le collaborazioni, i premi: tutto parla di un artista libero, che non ha mai inseguito le mode. E proprio questa libertà convive con una schiettezza quasi timida. De Gregori non ha mai amato la luce dei riflettori se non quando si tratta di cantare. Lontano dai palchi è riservato, diretto, talvolta ruvido, spesso ironico. Sul palco, invece, lascia spazio al gioco, all'imprevisto, a piccole deviazioni che non sono

capricci, ma un modo per mantenere viva la relazione con il pubblico e con le sue canzoni. Accanto alla musica, dunque, la sua vita privata resta un territorio protetto. Sposato dal 1978 con Alessandra Gobbi, De Gregori ha sempre difeso la sua intimità. Due figli, una quotidianità fatta di normalità e affetti, **il desiderio di tenere separati il clamore del palco e la quiete della casa**. È un equilibrio che gli appartiene profondamente e che alimenta la sua musi-

ca. Quando non scrive o non suona, il "Principe" coltiva passioni semplici e fedeli: tifa per la Roma, nutre un amore sviscerato per i libri – un'eredità di famiglia mai tradita – e ama la vita all'aria aperta. E così, guardando a questi cinquant'anni di musica, ciò che emerge non è solo la grandezza dell'artista, ma la profondità dell'uomo. Grazie alla sua sensibilità rara e alla voce che continua a unire generazioni diverse, De Gregori rimane un punto fermo della musica italiana proprio perché non ha mai smesso di ascoltare, osservare, filtrare il mondo con delicatezza. È lì, nell'incontro tra l'uomo e il personaggio, che vive il suo incanto più vero.

“OGNI VERSO È UNA SCENA, OGNI BRANO È UN PICCOLO FILM”



**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



# Un'anteprima del nuovo anno

Qual è la prova più ardua per un astrologo noto per i suoi oroscopi chilometrici? Un giro di campo nel nuovo anno in pochissime battute, una galoppata veloce per dare una suggestione a ciascun segno zodiacale!



DAL 21 MARZO AL 20 APRILE

## Ariete

Partiamo dall'Ariete, che nel 2026 affronta la prova della maturità. Dopo anni di colpi di testa, ora sa dosare la forza con il giudizio. Diventa stratega, guida, punto di riferimento. Non si limita a rompere gli schemi: costruisce alternative.



DAL 21 APRILE AL 20 MAGGIO

## Toro

Il Toro archivia la lunga stagione dell'instabilità e riscopre il valore della solidità, dentro e fuori. C'è chi cambia lavoro, chi sistema una questione familiare, chi ha la meglio in una rivalità: Cenerentola ritrova finalmente la sua scarpetta.



DAL 21 MAGGIO AL 21 GIUGNO

## Gemelli

I Gemelli trovano la propria strada. Dopo anni di infiniti vagabondaggi, di vicoli ciechi e continue ripartenze, finalmente una direzione chiara e convincente. Si scrollano di dosso la polvere e tornano a brillare con leggerezza.



DAL 22 GIUGNO AL 22 LUGLIO

## Cancro

Il Cancro fa pace col passato e riscopre il diritto di desiderare. Smette di giocare in difesa e inizia ad andare in attacco. Dopo tante responsabilità, torna ad ascoltare il cuore e a rimettersi in gioco, in amore e nella vita.



DAL 23 LUGLIO AL 22 AGOSTO

## Leone

Il Leone si lascia alle spalle il timore di non farcela. Dopo due anni faticosi, torna a splendere con rinnovato entusiasmo. Che si tratti di un nuovo amore o di un nuovo progetto, finalmente torna a ruggire.



DAL 23 AGOSTO AL 22 SETTEMBRE

## Vergine

La Vergine viene fuori da un lungo tunnel, fatto di confusione, sacrifici e rinunce. Ritrova fiducia, smette di "accontentarsi" e si apre a ciò che le somiglia davvero. La vita prende strade nuove, che restituiscono piacere e creatività.



## OROSCOPO 2026 – LE STRADE DEL FUTURO

di Simon & The Stars, scritto con Claudio Roe | Ed. Rizzoli

Il 2026 si apre come un Anno 1, il vero inizio di un nuovo ciclo. Dopo i fermenti del 2025, che hanno mostrato le prime crepe del vecchio, il nuovo anno porta con sé il coraggio di cambiare, di reinventarsi e di mettere in azione ciò che fino a ieri era rimasto solo un sogno. I grandi transiti parlano chiaro: Nettuno e Saturno entrano in Ariete, il segno che per eccellenza rappresenta i nuovi inizi, e ci spingono a trasformare gli ideali in azioni concrete e a lottare per ciò che conta davvero. Urano torna in Gemelli aprendo la strada a una serie di rivoluzioni: nel movimento, nella comunicazione e nelle connessioni; mentre Plutone prosegue la sua corsa in Acquario accendendo grandi ideali di libertà, innovazione e condivisione. È un cielo che chiede a ciascuno di noi di liberarci dalle paure, di affermare il nostro potere personale e di allargare lo sguardo verso il futuro. Come ogni anno, Simon & The Stars ci guida attraverso questo viaggio, segno per segno e mese per mese, intrecciando astrologia, cinema, musica e tanto altro.



DAL 23 SETTEMBRE AL 22 OTTOBRE

### Bilancia

La Bilancia rompe un copione ripetitivo e si sorprende a dire "no" dove un tempo avrebbe ceduto. È un atto di fede nella propria voce, nella propria visione, e segna l'inizio di un nuovo equilibrio.



DAL 23 OTTOBRE AL 21 NOVEMBRE

### Scorpione

Lo Scorpione smette di lottare contro i mulini a vento e trova nuove radici, dentro di sé. Non chiede più certezze agli altri: se le costruisce da solo. E nella rinascita riscopre anche il gusto di amare.



DAL 22 NOVEMBRE AL 21 DICEMBRE

### Sagittario

Il Sagittario recupera le chiavi di casa, riprende possesso dei propri spazi dopo anni di adattamento forzato e continue invasioni di campo. Torna a correre e a ispirare gli altri con il proprio entusiasmo.



DAL 22 DICEMBRE AL 20 GENNAIO

### Capricorno

Il Capricorno smette di seguire un copione imposto (spesso dal proprio rigore personale). Rivendica spazio, visibilità, e lascia emergere un lato più audace e creativo. Stacca il navigatore e imposta una rotta più confacente alle proprie aspirazioni.



DAL 21 GENNAIO AL 19 FEBBRAIO

### Acquario

L'Acquario cambia pelle. Lascia andare un'identità che ormai gli va stretta e si reinventa. Riprende in mano il timone delle proprie scelte, scrollandosi di dosso una volta per tutte le paure di deludere o di non piacere.



DAL 20 FEBBRAIO AL 20 MARZO

### Pesci

E chiudiamo con i Pesci, che sbarcano finalmente in una nuova vita. Dopo anni trascorsi in esilio, approdano finalmente al "luogo" (geografico, lavorativo, esistenziale) al quale appartengono o dove le loro aspirazioni trovano terreno fertile per prosperare.

# IL CAPPOTTO MUST HAVE? È MARRONE!

Caldo, avvolgente e sofisticato, è il grande protagonista di questa stagione. Si declina in mille versioni e regala stile a qualsiasi look



Cappotto midi  
in eco pelliccia.  
[www.hm.com](http://www.hm.com)



Color cioccolato  
in morbido tessuto  
beaver annodato  
in vita.  
[www.marella.com](http://www.marella.com)

Sfilata tory burch F/W 2025/26



In total brown  
con cappotto  
scintillante.



Cappotto corto con  
strass tono su tono  
molto glamour.  
[www.manilagrace.com](http://www.manilagrace.com)

Cappotto a due bottoni  
color cammello e collo  
in pelliccia.  
[www.guess.com](http://www.guess.com)



IL DETTAGLIO



Effetto scamosciato,  
mocha mousse con  
spilla preziosa sul  
bavero.  
[www.zara.com](http://www.zara.com)



Spilla raffinata da  
appuntare al cappotto.  
[www.bijou-brigitte.com](http://www.bijou-brigitte.com)



Sciarpa calda con ricami.  
[www.zara.com](http://www.zara.com)



Trench lungo  
invernale in simil  
pelle marrone scuro.  
[www.bershka.com](http://www.bershka.com)



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



PRODOTTO  
 IN ITALIA

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

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

Follow us on



## Spazzole Adesive

Un'Ampia Gamma per tutte le esigenze



CON PRATICISSIMI  
 FOGLI PRETAGLIATI



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

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



# Cappello

## MON AMOUR

Un accessorio caldo, sì, ma prima di tutto strategico: in inverno diventa simbolo di stile, carattere e identità

**M**ai come in inverno il cappello si rivela un accessorio indispensabile per proteggersi dal freddo. Adorna la testa e incornicia il viso, per questo **diventa il focus di ogni look** e l'attenzione nella sua scelta gioca un ruolo cruciale per apparire al meglio.

Dal semplice berretto alla coppola e al Fedora, passando per il basco e il bucket hat fino ad arrivare al colbacco, è il vero protagonista di questa stagione. È difficile non trovare la versione adatta a te! Vediamone alcune e scopriamo i modelli più in voga.

Dettaglio sfilata Fendi  
F-W 2025/26



2



6



1



3



4



7

TANTI  
MODELLI



5



8

- 1: Modello beanie (berretto in lana) arricchito da veletta molto fashion. [www.fendi.com](http://www.fendi.com)
- 2: Semplice e sempre attuale, il basco nero con logo argentato. [www.karllagerfeld.com](http://www.karllagerfeld.com)
- 3: In feltro, color ametista dalla forma molto elegante, una delle più iconiche del brand. [www.borsalino.com](http://www.borsalino.com)
- 4: Cappello da basket con visiera in versione morbida e calda. [www.newbalance.com](http://www.newbalance.com)
- 5: Modello in feltro a tesa larga con nastro e mollettone in oro. [www.alvieromartini.com](http://www.alvieromartini.com)
- 6: Bucket hat (detto anche cappello da pescatore) monogram peloso. [www.louisvuitton.com](http://www.louisvuitton.com)
- 7: Beanie con logo e strass preziosi, bordeaux. [www.gucci.com](http://www.gucci.com)
- 8: Basco in georgette con paillettes, molto chic. [www.armani.com](http://www.armani.com)

# POLICE

#POLICELIFESTYLE



## THE NEW MILKY FRAGRANCE

**IL COLBACCO, PROTAGONISTA DELLA STAGIONE**

Nato secoli fa per proteggere i popoli dell'Asia Centrale e i russi dal freddo estremo, è divenuto uno dei cappelli più utilizzati al mondo in inverno grazie al suo avvento in passerella già negli anni Sessanta!

A forma di cilindro, con o senza copri orecchie e visiera, è tipicamente rivestito in calda pelliccia. Rivisitato in chiave cool e moderna, **oggi può essere abbinato a ogni outfit, dai più casual ai più glamour**, unendo l'utile al dilettevole. Tanti i colori e i materiali, più o meno vistosi ma pur sempre particolari.



Collezione Stefanel F-W 2025/26



**PROTEGGE DAL FREDDO**



- 1: Colbacco in pelo e camoscio. [www.stefanel.com](http://www.stefanel.com)
- 2: In pelo e pelle nera senza para orecchie. [www.zara.com](http://www.zara.com)
- 3 Effetto maculato, peloso, molto chic. [www.hm.com](http://www.hm.com)
- 4: Colbacco in versione sportiva, avana e logo centrale. [www.moncler.com](http://www.moncler.com)
- 5: In versione pelosa azzurra, con para orecchie e pon pon finali. [www.guess.com](http://www.guess.com)
- 6: Soffice, color lavanda e lunghi para orecchie. [www.bijou-brigitte.com](http://www.bijou-brigitte.com)
- 7: Caldissimo, rivestito in pelliccia sintetica. [www.zara.com](http://www.zara.com)
- 8: In pelle intrecciata e pelliccia interna, trasformabile. [www.bottegaveneta.com](http://www.bottegaveneta.com)

# Coccolino ti regala Cocco Bears

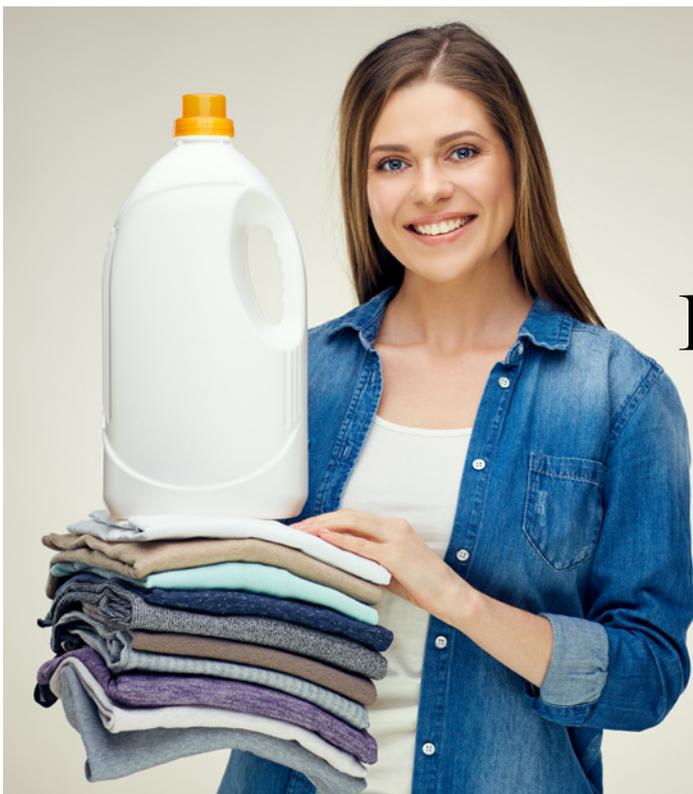


## PREMIO CERTO

ACQUISTA ALMENO 15€ DI PRODOTTI  
E RICEVI UN COCCOBEARS:



Operazione a premi "Coccolino Ti regala CoccoBears" valida dal 01/01/26 al 31/03/26 nei punti vendita che espongono l'apposito materiale pubblicitario. Conserva il documento d'acquisto (unico) e chiedi il premio entro 5 giorni di calendario dall'acquisto, completando la procedura. Ogni destinatario potrà richiedere un massimo di n. 3 premi. \*Per prodotti coinvolti, modalità di partecipazione e info leggi il Regolamento su [www.coccolinotiregalacocco bears.it](http://www.coccolinotiregalacocco bears.it) oppure chiama il numero verde 800.800.121. Immagini a scopo illustrativo



# Il bucato perfetto non ha più segreti

Liquido, polvere o capsule? La formula e il dosaggio fanno la differenza. Ti sveliamo come ottenere capi puliti, profumati e sempre impeccabili

**L**i detersivo è il tuo alleato numero uno quando infili i panni nel cestello. È lui che si tuffa tra le fibre, scioglie lo sporco, ravviva i colori e restituisce ai tuoi vestiti quella morbidezza che fa subito "ahhh". Ma usare il detersivo nel modo giusto richiede qualche astuzia, perché **tra dosi, formule, profumi e tessuti diversi, la confusione è sempre dietro l'angolo**. Niente paura: questa è la guida definitiva, piena di consigli furbi per trasformarti nella regina del bucato.

**A ognuno il suo**

Esistono detersivi per ogni esigenza: per tessuti bianchi, colorati o neri, per i capi tecnici e per quelli più delicati.

## LA SCELTA GIUSTA

Quando ti trovi davanti allo scaffale del tuo punto vendita di fiducia, non farti trarre in inganno dalla confezione più colorata e luccicante. Ogni detersivo ha una personalità tutta sua... ogni fibra ha i propri capricci e tu puoi accontentarle tutte con la scelta giusta. Quello **liquido** è perfetto se vuoi dare una carezza ai capi colorati e lavare bene anche a basse temperature, perché si scioglie in un attimo e penetra nelle fibre senza lasciare tracce. Inoltre, i detersivi liquidi tengono vive le tonalità e lavorano perfettamente anche con programmi brevi. Quello **in polvere**, invece, è il tuo migliore amico quando ti serve una forza in più per il bianco e lo sporco più ostinato, soprattutto se lavi sopra i 40 gradi. La polvere, inoltre, grazie agli agenti

sbiancanti mantiene la luminosità naturale senza ingiallimenti. **Le capsule** sono comode, precisissime e ti evitano ogni spreco, ma ricorda che hanno una dose fissa; quindi, per un carico piccolo potresti usarne più del necessario. E poi ci sono i **detersivi delicati**, quelli che trattano lana, seta e tessuti preziosi come fossero gioielli di famiglia, ideali quando hai paura di rovinare qualcosa di speciale. La lana e la seta, infatti, meritano un detersivo specifico, più cremoso e delicato, che rispetti la struttura del tessuto e impedisca che si infeltrisca o si deformi. Per lo sport, infine, puoi puntare su **formule pensate per rimuovere odori e sudore**, perfette per i tessuti tecnici che vuoi mantenere traspiranti. Ricordati sempre di controllare l'etichetta dei tuoi capi: ciò che indossi merita il detersivo più adatto.



# INCREDIBILE!

Dr. Beckmann ORIGINAL®

PROVALI ADESSO



Smacchiatori



Cura e Ripara Colore



Trattamenti Lavatrice



## UN'ESPLOSIONE DI FRESCHEZZA

Quando scegli, però, fallo anche con il naso: il detersivo, infatti, può trasformare il bucato in una coccola sensoriale. Se ami un bucato che profuma di pulito e un'esplosione di freschezza appena apri l'armadio, **punta su detersivi aromatici e fragranze intense, magari con note floreali o marine**. Se hai la pelle sensibile o preferisci qualcosa di più soft, esistono formule ipoallergeniche e quasi neutre che lasciano solo una sensazione di pulito senza risultare invadenti: hanno profumi leggeri e sono pensate per pelli delicate. E se vuoi, puoi anche aggiungere qualche goccia di essenza specifica per bucato nella vaschetta dell'ammorbidente per personalizzare il profumo.

## QUANTO USARNE DAVVERO?

Forse pensi che abbondare sia la strategia migliore, come se un tappo in più potesse fare miracoli sullo sporco più ostinato. In realtà funziona esattamente al contrario. Troppo detersivo non solo non pulisce meglio, ma appesantisce le fibre, lascia residui fastidiosi, tende a far scolorire i capi e alla lunga rischia di rovinare anche la lavatrice. La verità è che **te ne serve molto meno di quanto immagini**. La quantità ideale dipende da quanto sono sporchi i tuoi vestiti, da quanta acqua usa la tua lavatrice e da quanto è dura l'acqua della tua zona. Per un carico normale e poco sporco basta la

dose base che trovi indicata sulla confezione, spesso anche un po' meno se usi un buon prodotto. Se il bucato è molto sporco puoi aumentare leggermente, ma senza esagerare. E se vivi in una zona dove l'acqua è dura, potresti aver bisogno di un tocco in più per compensare l'effetto del calcare. Un trucco che funziona sempre è guardare la quantità di schiuma a fine lavaggio: se quando apri l'oblò vedi ancora troppe bolle, significa che stai usando più detersivo del necessario.



### Il consiglio in più

Un bucato perfetto parte dalla lavatrice. Pulirla regolarmente aiuta a evitare cattivi odori e migliora il risultato di ogni lavaggio.

## CASSETTO O CESTELLO?

Il cassetto della tua lavatrice non è un mistero da decifrare, anche se a volte sembra una mappa del tesoro. La vaschetta più piccola, di solito contrassegnata con il numero I, serve solo se scegli un programma con prelavaggio. Quella più grande, segnata con il numero II, è il cuore di tutto ed è lì che devi versare il detersivo quando fai un lavaggio normale. Lo scomparto che solitamente è contrassegnato con il simbolo del fiorellino o della stellina è invece dedicato all'ammorbidente, se decidi di usarlo. Se preferisci evitare il cassetto o hai una lavatrice che tende a trattenere residui, puoi versare il detersivo liquido direttamente nel cestello usando un dosatore apposito. Le capsule, naturalmente, vanno messe dentro al cestello prima dei panni, così si sciolgono nel momento giusto e fanno il loro lavoro al meglio.

## PROTEGGI I TUOI CAPI E MANTIENILI BELLI

*Il detersivo fa tantissimo, ma tu puoi aiutarlo*

Non caricare troppo la lavatrice: se il cestello è pieno da scoppiare, il detersivo non raggiungerà bene tutte le fibre. Non mescolare colori troppo diversi nello stesso lavaggio ed evita che i capi delicati finiscano a contatto con zip o parti metalliche che potrebbero rovinarli. Se hai un capo particolarmente sporco, pretrattalo con una goccia di detersivo liquido direttamente sulla macchia e strofina delicatamente prima di metterlo in lavatrice. Ricordati poi di scegliere il programma giusto. A volte basta abbassare la temperatura per risparmiare energia e proteggere i colori, altre volte serve un ciclo più lungo per sciogliere lo sporco nascosto. Imparando a leggere le etichette diventerai un'esperta in pochissimo tempo e riuscirai a far durare i tuoi capi più a lungo e mantenerli sempre belli.



# DETERSIVI IdroCaps™



L'ESPERIENZA NEGLI ADDITIVI,  
LA PRATICITÀ DEL DETERSIVO IN CAPS

# SNOWBOARD

## *LIBERTÀ, ADRENALINA e un CORPO NUOVO*

Milano-Cortina 2026 accende i riflettori su uno sport completo e liberatorio: tonifica gambe e addominali, allena la mente e ti regala un benessere totale



**C**'è uno sport che più di tutti incarna lo spirito libero della montagna: lo snowboard. Nato negli anni Sessanta come evoluzione ribelle del surf e dello skate, ha conquistato le piste di tutto il mondo trasformandosi da sottocultura giovanile a disciplina olimpica. **Oggi è una delle specialità più spettacolari e seguite dei Giochi Olimpici invernali**, e con Milano-Cortina 2026 alle porte (6-22 febbraio), l'attenzione è già puntata sulle sue evoluzioni acrobatiche.

### UN ALLEATO INASPETTATO

Lo snowboard è un allenamento sorprendentemente completo, che coinvolge il corpo in modi che spesso sottovalutiamo. Richiede gambe forti per gestire le torsioni e gli spostamenti di peso, addominali tonici per mantenere la postura e un ottimo controllo del baricentro per restare in equilibrio sulla tavola. Ma la vera ragione per cui lo snowboard conquista va oltre il fisico: è la dimensione mentale ed emotiva. **Questo sport richiede concentrazione assoluta**, capacità di leggere il terreno, di adattarsi alle condizioni e una buona gestione della paura. Ma non della paura paralizzante: di quella sfida sana che ti fa sentire viva e capace.

Lo snowboard insegna anche a "stare nel presente" in modo naturale e quasi meditativo: per scendere bene, infatti, devi ascoltare la tavola, sentire come risponde la neve sotto i piedi, trovare il tuo ritmo senza forzare. Non a caso, molti praticanti considerano questo sport una sorta di terapia in movimento, un modo per staccare completamente dalla routine e ritrovare l'energia mentale.

# Labbra e mani a prova di freddo!



**Blistex**<sup>®</sup>

ADEGUA



**COME INIZIARE  
(ANCHE SE PENSI DI NON  
ESSERE PORTATA)**

Se pensi che lo snowboard non faccia per te, potresti ricrederti! Certo, richiede un po' di umiltà iniziale e la disponibilità a cadere qualche volta, ma è **accessibile a tutti, a qualsiasi età**. Un consiglio: scegli un insegnante con cui ti senti a tuo agio e che non ti metta fretta. Inizia poi a prepararti fisicamente almeno un mese prima: rinforza il core con plank e addominali, potenzia le gambe con squat e affondi, lavora sull'equilibrio. E non dimenticare lo stretching: la flessibilità ti aiuterà a muoverti meglio e a prevenire indolenzimenti.

"Datti l'opportunità di impararlo"



**EMPOWERMENT FEMMINILE**

Grazie a Milano-Cortina 2026, lo snowboard femminile è sotto i riflettori come mai prima d'ora. Le atlete di oggi stanno abbattendo barriere tecniche che fino a poco tempo fa erano appannaggio solo degli uomini. Nomi come Chloe Kim (USA), dominatrice assoluta dell'halfpipe, o Zoi Sadowski-Synnott (Nuova Zelanda), oro olimpico a soli 20 anni, sono diventati icone non solo sportive ma anche di empowerment femminile.



**L'ATTREZZATURA GIUSTA...  
SENZA SPENDERE UNA FORTUNA!**

Se è la tua prima volta, non serve comprare tutto subito. La maggior parte delle località offre noleggio completo di tavola, attacchi e scarponi. L'importante è avere l'abbigliamento giusto: casco, polsiere per i primi giorni e vestiti tecnici che ti tengano al caldo senza però farti sudare. Il trucco è vestirsi a strati: underwear termico aderente, pile, giacca impermeabile e traspirante. Attenzione, poi, a non sottovalutare i dettagli: **guanti impermeabili, calze tecniche da sci, scaldacollo o passamontagna** per proteggere viso e orecchie. Anche gli occhiali da sole o la maschera sono fondamentali, perché la neve riflette i raggi UV in modo intenso e, senza protezione, rischi mal di testa e bruciate.



**MILANO-CORTINA 2026:  
COSA SAPERE**

- Le gare di snowboard femminile si svolgeranno tra Livigno (halfpipe e slopestyle) e Cortina (snowboard cross), location spettacolari che valorizzeranno ancora di più le performance delle atlete.
- L'Italia schiera diverse promesse femminili nelle discipline freestyle, giovani atlete che stanno crescendo nei circuiti internazionali.
- Milano-Cortina sarà la prima Olimpiade invernale italiana dal 2006 (Torino) e punterà fortemente sulla sostenibilità ambientale e sul riutilizzo delle infrastrutture.
- Sono previsti oltre 3.500 atleti da 93 Paesi, con una parità di genere sempre più vicina nelle discipline olimpiche.

# Tesori d'Oriente



ESSENZE DI BENESSERE



NOVITÀ



## FRESCO BENESSERE FINO A 48 ORE

I Deodoranti Body Spray Tesori d'Oriente regalano freschezza e protezione per tutta la giornata grazie alle loro fragranze preziose e avvolgenti ispirate a terre lontane, trasformando un gesto quotidiano in un piacevole momento di benessere.

Scopri le nuove fragranze studiate specificatamente per l'uomo: Legno di Ebanò e Ginseng e Sandalo del Kashmir e Vetiver.

# ACCENDI il *BENESSERE* in CASA

Quando pensi all'illuminazione, non fermarti all'estetica: le luci giuste possono influenzare il tuo umore, la produttività e persino il sonno!



**T**i è mai capitato di entrare in una stanza e sentire immediatamente che qualcosa non andava, senza riuscire a capire esattamente cosa? Spesso il problema è proprio l'illuminazione. La luce giusta, in effetti, **può trasformare completamente un ambiente, rendendolo accogliente, funzionale e persino più bello.** Quella sbagliata, invece, può far sembrare anche l'arredamento più curato freddo e poco invitante. Scegliere la giusta illuminazione per la casa è un elemento fondamentale del tuo benessere quotidiano: la luce influenza il tuo umore, la tua produttività e addirittura la qualità del sonno. Ecco perché vale la pena dedicare un po' di tempo a capire come illuminare al meglio ogni angolo del tuo ambiente domestico.



## IL PRINCIPIO BASE: LA REGOLA DEI TRE LIVELLI

Prima di tutto, dimentica l'idea di una sola fonte di luce centrale. L'illuminazione professionale si basa su tre livelli che lavorano insieme: **la luce generale, quella d'accento e quella funzionale.** La prima è quella che illumina l'intera stanza, tipicamente un

lampadario o dei faretti a soffitto. Quella d'accento serve a valorizzare dettagli specifici, come un quadro o una pianta, mentre quella funzionale ti aiuta nelle attività concrete, come leggere o cucinare. L'ideale, quindi, è combinare questi tre livelli per creare un'atmosfera equilibrata e versatile.

“PUOI SCEGLIERE DI VALORIZZARE DETTAGLI SPECIFICI”

**vileda**<sup>®</sup>

Sentirsi a casa è straordinario



## NUOVA GAMMA H2PRO

*La rivoluzione della pulizia firmata Vileda*

I prodotti innovativi Vileda H2Pro rivoluzionano la pulizia domestica grazie al sistema a doppio serbatoio, che separa al 100% l'acqua pulita da quella sporca. La gamma include:

- **Flat Mop:** sistema lavapavimenti a piastra piatta dal design compatto
- **Spin Mop:** sistema lavapavimenti con centrifuga attivabile tramite pedale

Con il panno e il fiocco in microfibra lavabili e riutilizzabili, Vileda H2Pro assicura una pulizia dei pavimenti più igienica, efficace e allo stesso tempo sostenibile.



100% separazione  
tra acqua pulita e sporca

Facile e comodo

## SOGGIORNO, IL CUORE DELL'ABITAZIONE

Il soggiorno è lo spazio dove passi più tempo e dove svolgi attività diverse: guardi la tv, leggi, chiacchieri con gli amici, forse ci lavori anche. Per questo motivo ha bisogno di un'illuminazione flessibile. Il lampadario centrale può essere un elemento decorativo importante, ma non dovrebbe mai essere l'unica fonte di luce. **Aggiungi delle lampade da terra** accanto al divano per la lettura serale, magari con un dimmer per regolare l'intensità. Le lampade da tavolo su mobili e mensole creano punti luce caldi e intimi. Se hai delle opere d'arte o una parete che vuoi valorizzare, **considera anche dei faretti orientabili o delle applique**. Ti sveliamo un trucco che funziona sempre: posiziona le fonti di luce a diverse altezze. Questo crea profondità e rende l'ambiente più dinamico e accogliente. E ricorda che per il soggiorno la temperatura di colore ideale è il bianco caldo, che crea un'atmosfera rilassante senza stancare gli occhi.



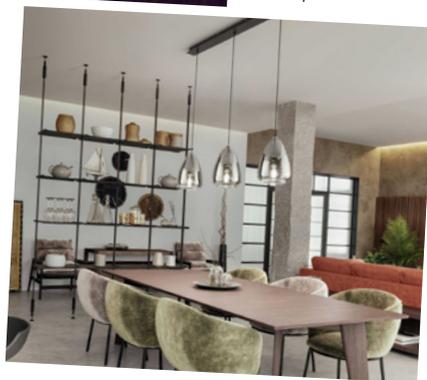
foto presa da Freepik



Lampada da terra. Sklum



Lampadario design. Urso Store



Lampade a sospensione. Officine della Luce



## CUCINA, FUNZIONALITÀ PRIMA DI TUTTO

In cucina la luce deve essere innanzitutto pratica. **Hai bisogno di vedere bene cosa stai facendo, soprattutto sul piano di lavoro**. L'errore più comune è affidarsi solo alla luce centrale, che inevitabilmente proietta la tua

ombra proprio dove stai lavorando. La soluzione? **Strisce LED o faretti sotto i pensili**, che illuminano direttamente il piano cottura e la zona di preparazione. Scegli una luce bianca naturale, che non altera i colori degli alimenti e ti permette di vedere chiaramente. Sul tavolo da pranzo, invece, puoi permetterti di creare atmosfera. **Un lampadario a sospensione**, posizionato a circa 70-80 centimetri dal piano del tavolo, diventa il punto focale della zona pranzo. Se hai un tavolo lungo, considera due lampade a sospensione invece di una sola: l'effetto scenografico è garantito. E non dimenticare un dimmer per passare dalla luce brillante del pranzo domenicale a quella soffusa di una cena romantica.



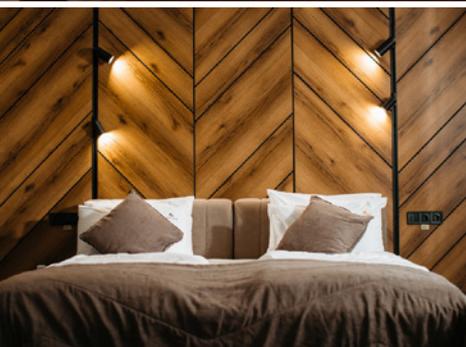
Barra LED per cucina. Novalux LED

# SWEET HOME® Collection



Made in Italy 

**S U A R E Z**  
Company S.r.l.



### CAMERA DA LETTO, IL REGNO DEL RELAX

La camera da letto richiede un approccio delicato. Qui **la luce deve favorire il rilassamento e accompagnarti dolcemente verso il sonno**. Evita plafoniere troppo luminose e fredde: meglio un lampadario con luce diffusa e calda, o addirittura solo lampade da comodino e qualche applique. Le abat-jour sui comodini sono essenziali per leggere prima di dormire senza disturbare il partner. Scegli un modello con un interruttore facilmente raggiungibile e considera lampadine LED dimmerabili per regolare l'intensità. Se hai un armadio, l'illuminazione interna con sensore di movimento è un investimento che ti farà risparmiare tempo e nervosismo ogni mattina.



### STUDIO O ANGOLO LAVORO, FOCUS SUGLI OCCHI

Se lavori da casa, sai quanto sia importante avere la luce giusta sulla scrivania. La regola d'oro è **evitare riflessi sullo schermo del computer e ombre sulla tastiera**. Una lampada da scrivania orientabile con luce bianca neutra è indispensabile: posizionala sul lato opposto alla mano con cui scrivi per evitare ombre fastidiose. In generale, l'illuminazione della stanza dovrebbe essere uniforme per evitare contrasti eccessivi tra lo schermo luminoso e il resto dell'ambiente, che affaticano gli occhi. E se passi molte ore al computer, considera lampade che riducono l'emissione di luce blu nelle ore serali, per non interferire con il ritmo circadiano.



Lampada da tavolo. Deghi

### BAGNO, SICUREZZA E BELLEZZA

Il bagno presenta sfide particolari, perché unisce esigenze funzionali molto precise (devi vederti bene allo specchio) con questioni di sicurezza legate all'umidità. Per lo specchio, l'ideale è avere **luci laterali o superiori che illuminano il viso in modo uniforme**, senza creare ombre fastidiose. Le applique ai lati dello specchio sono la soluzione migliore, meglio se con luce bianca naturale che non altera i colori quando ti trucchi. Verifica sempre che tutti i punti luce siano adeguati all'uso in ambienti umidi, controllando la sigla IP (IP44 è il minimo per il bagno).

## QUESTIONE DI STILE

Sul fronte estetico, un consiglio generale è quello di scegliere lampadari e lampade che dialoghino con lo stile del tuo arredamento, ma che abbiano anche una propria personalità. Un lampadario può diventare il protagonista assoluto di una stanza, soprattutto se hai uno stile minimal dove i dettagli contano doppio. Al contrario, in un ambiente già ricco di decorazioni, meglio optare per soluzioni più discrete. I materiali naturali come legno, rattan e lino sono perfetti per creare atmosfere calde e accoglienti, mentre metalli come ottone e rame aggiungono un tocco di raffinatezza. Anche il vetro soffiato resta un classico intramontabile che si adatta a molti stili differenti. La luce giusta è quella che ti fa stare bene, che valorizza la tua casa: prenditi il tempo di sperimentare, aggiungi nuove luci dove serve, regola le intensità. La tua casa ti ringrazierà, e anche i tuoi occhi.



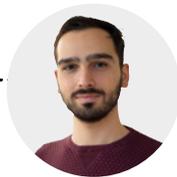
pulito dal  
**1870**



**TUTTO L'AMORE  
PER L'IGIENE!**



**ROSA ENZO e figli s.r.l.** Via Fabio Filzi, 46  
46019 CICOGNARA (MN) • Italy • Tel. + 39 0375 88136  
+ 39 349 6263501 • [minerva@rosaenzo.net](mailto:minerva@rosaenzo.net) • [www.rosaenzo.net](http://www.rosaenzo.net)



# La cucina delle spezie:

## GUSTO E SALUTE

Un viaggio tra spezie e benessere: dalla curcuma allo zenzero, dalla paprika al cardamomo, passando per cannella e cumino, scopriamo come questi aromi non solo regalino profumi e colori ai piatti, ma apportino anche preziosi benefici per la salute. Ricette leggere per servire in tavola sapore, leggerezza e vitalità.



### Hummus cremoso alla paprika

porzioni\_4  
difficoltà\_BASSA  
costo\_BASSO  
tempo\_15 MIN.

#### NOTE

Ideale da gustare con pane pita caldo. I ceci sono tra i legumi più antichi coltivati dall'uomo. Ricchi di proteine, fibre e minerali, oggi restano protagonisti di una delle creme più amate al mondo: l'hummus, simbolo della cucina del Medio Oriente.

#### INGREDIENTI

300 gr di ceci precotti  
2 cucchiaini di tahina  
2 cucchiaini di succo di limone  
2 cucchiaini di olio evo  
1 spicchio d'aglio  
1 cucchiaino di paprika dolce  
1 pizzico di cumino  
sale q.b.

#### Per guarnire:

olio evo q.b.  
prezzemolo riccio q.b.  
ceci precotti interi q.b.  
paprika dolce q.b.

#### PROCEDIMENTO

- In un mixer metti i ceci scolati bene, la tahina, il succo di limone, l'olio, l'aglio e un pizzico di sale.
- Frulla, versando qualche cucchiaino di acqua fredda per ottenere una crema liscia.
- Aggiungi la paprika e il cumino, frulla ancora per amalgamare.
- Trasferisci l'hummus in una ciotola e crea la tipica spirale in superficie con il dorso del cucchiaio.
- Completa il piatto con un filo d'olio, paprika, prezzemolo tritato e ceci lessi interi.



### Vellutata verde con pistacchi

porzioni\_4  
difficoltà\_BASSA  
costo\_MEDIO  
tempo\_35/40 MIN.

#### NOTE

Un primo leggero e cremoso arricchito da una nota croccante e profumata.

#### INGREDIENTI

600 ml di brodo vegetale leggero  
350 gr di broccolo  
200 gr di piselli  
25 gr di pistacchi sgusciati  
4 cucchiaini di yogurt greco  
2 cucchiaini di olio evo  
1 patata media  
1 cipollotto  
1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato  
1 limone biologico  
1/2 cucchiaino di cumino  
sale e pepe q.b.

#### PROCEDIMENTO

- Pulisci i broccoli ricavando le cimette, sbuccia la patata e tagliala a cubetti.
- In una casseruola scalda l'olio e fai appassire dolcemente il cipollotto.
- Unisci broccoli, piselli e patata, mescola e copri il tutto con il brodo vegetale.
- Aggiungi lo zenzero e il cumino, poi lascia sobbollire per circa 15 minuti finché le verdure sono morbide.
- Frulla il tutto con un mixer a immersione fino a ottenere una vellutata densa e liscia, adatta la consistenza con un poco di brodo caldo se necessario.
- Regola di sale e pepe.
- Servi la vellutata calda con un cucchiaino di yogurt greco, pistacchi tritati grossolanamente e qualche zesta di limone per dare freschezza.

# Eva CUCINA



la tua  
amica  
in cucina

ricette consigli salute bellezza

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 1,90 €



## Curry leggero di pollo e zucca

porzioni\_4  
 difficoltà\_MEDIA  
 costo\_MEDIO  
 tempo\_45 MIN.

### NOTE

*Nonostante sia spesso associato all'India, il "curry" come miscela di spezie non esiste nella tradizione indiana con questo nome: è stato infatti creato e diffuso dagli inglesi durante il periodo coloniale come versione semplificata dei masala, che invece in India variano di regione in regione e addirittura da famiglia a famiglia.*

### INGREDIENTI

400 gr di bocconcini di petto di pollo  
 300 gr di zucca a cubetti  
 200 ml di latte di cocco leggero  
 150 gr di riso basmati  
 1 cucchiaio di olio evo  
 1 cipolla piccola  
 1 spicchio d'aglio  
 1 cucchiaino di curcuma  
 1 cucchiaino di paprika dolce  
 1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato  
 1 pizzico di cumino  
 1 cucchiaio di succo di lime  
 sale e pepe q.b.  
 foglie di menta q.b.  
 coriandolo fresco q.b.

### PROCEDIMENTO

- Cuoci il riso in una pentola con abbondante acqua leggermente salata, poi scola e sgrana il riso con una forchetta.
- Nel frattempo, in una padella capiente, scalda l'olio e lascia appassire la cipolla con l'aglio tritati, finché diventano morbidi.
- Aggiungi i bocconcini di pollo e rosola bene su tutti i lati.
- Unisci la zucca a cubetti e mescola.
- Aggiungi la curcuma, la paprika, lo zenzero e un pizzico di cumino, mescola per far tostare leggermente le spezie così da sprigionare tutto il loro aroma.
- Versa il latte di cocco, regola di sale e pepe e lascia cuocere a fiamma dolce per circa 15 minuti, finché la zucca è tenera e il pollo perfettamente cotto.
- Completa con il succo di lime.
- Servi il curry caldo con il riso basmati a cupoletta, aggiungi un pizzico di peperoncino, qualche foglia fresca di menta e coriandolo tritato.



## Curry vegetariano

porzioni\_4  
 difficoltà\_BASSA  
 costo\_MEDIO  
 tempo\_40 MIN.

### NOTE

*Un viaggio sensoriale nei sapori speziati della cucina asiatica.*

### INGREDIENTI

300 gr di ceci precotti  
 250 gr di cavolfiore  
 200 ml di latte di cocco  
 1 peperone giallo dolce piccolo  
 1 cipolla piccola  
 1 spicchio d'aglio  
 1 cucchiaio di olio evo  
 1 cucchiaino di curcuma  
 1 cucchiaino di paprika dolce  
 1 cucchiaino di zenzero grattugiato  
 sale e pepe q.b.  
 arachidi tostate q.b.  
 prezzemolo q.b.

### PROCEDIMENTO

- Dividi il cavolfiore in piccole cimette e taglia il peperone a dadini.
- In una casseruola scalda l'olio e lascia appassire la cipolla tritata insieme all'aglio.
- Aggiungi le verdure e unisci curcuma, paprika e zenzero, mescola bene.
- Aggiungi i ceci e versa il latte di cocco.
- Lascia cuocere a fiamma dolce per circa 20 minuti, finché le verdure sono morbide e la salsa leggermente addensata.
- Regola di sale e pepe.
- Servi il curry caldo, completando il piatto con arachidi tostate a piacere e prezzemolo.



DIAMO  
*forma*  
ALLA TUA  
*creatività*  
IN CUCINA

**RAPID**

**RAPID S.p.A.**

Via Trebocche, 7/Q - Frazione Bettetto

25081 Bedizzole (BS)

Tel. +39 030 9985044

rapid@rapid.it



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



## Sfoglie di mele e cannella

porzioni\_6  
difficoltà\_BASSA  
costo\_BASSO  
tempo\_35 MIN.

### INGREDIENTI

1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare  
2 mele Golden  
2 cucchiaini di zucchero di canna  
1 cucchiaino di cannella in polvere  
1 cucchiaino di succo di limone  
latte q.b.

### NOTE

*Triangoli di sfoglia alle mele e cannella: un classico profumato e croccante, perfetto per accompagnare la merenda o una pausa dolce.*

### PROCEDIMENTO

- Sbuccia e taglia le mele a cubetti piccoli e mettile in una ciotola con lo zucchero, la cannella e il succo di limone, mescola bene.
- Stendi la sfoglia e tagliala in 6 rettangoli uguali.
- Disponi al centro di ciascuno un cucchiaino abbondante di mele aromatizzate.
- Richiudi a triangolo premendo bene i bordi con i rebbi di una forchetta.
- Incidi leggermente le superfici per creare le tipiche linee decorative e spennella con un po' di latte. Cuoci in forno preriscaldato a 190°C per circa 18-20 minuti finché risulteranno dorate e croccanti.

### LA CURIOSITÀ

*La cannella è una delle spezie più antiche al mondo: veniva già utilizzata dagli Egizi oltre 4.000 anni fa e, nel Medioevo, valeva più dell'oro. Ma il dettaglio più sorprendente è che quella "vera" – la cannella di Ceylon – si ricava arrotolando a mano sottilissimi strati interni della corteccia dell'albero, quasi come fossero pagine di un libro. Questo lavoro artigianale conferisce alle stecche la tipica forma arrotolata e il profumo unico che ancora oggi la rende una spezia preziosa e inconfondibile.*



## Torta morbida al cardamomo

porzioni\_6-8  
difficoltà\_BASSA  
costo\_BASSO  
tempo\_50 MIN.

### INGREDIENTI

200 gr di farina 00  
120 gr di zucchero semolato  
100 ml di latte intero  
80 ml di olio di girasole  
2 uova  
1 bustina di lievito per dolci  
1 cucchiaino di semi di cardamomo  
zucchero a velo q.b.

### NOTE

*Un dolce semplice e profumato, dalla consistenza morbida e dal gusto delicatamente speziato.*

### PROCEDIMENTO

- Monta in una ciotola le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e gonfio.
- Aggiungi l'olio a filo e poi il latte, continua a mescolare.
- Incorpora la farina setacciata con il lievito e unisci il cardamomo finemente pestato in un mortaio. Amalgama con delicatezza fino a ottenere un impasto liscio.
- Versa in uno stampo da 20 cm. di diametro, imburato e infarinato.
- Cuoci in forno caldo a 170°C per circa 30-35 minuti, facendo la prova stecchino, prima di sfornarla. Sforna, lascia raffreddare e servi con una spolverata di zucchero a velo.

### LO SAPEVI CHE... ?

*Il cardamomo è una delle spezie più antiche e preziose al mondo: nell'antico Egitto veniva utilizzato non solo in cucina, ma anche nei rituali di bellezza e persino come profumo. Oltre al suo aroma intenso e inconfondibile, il cardamomo contiene oli essenziali che lo rendono un alleato naturale della digestione.*

# Tutto®

SCEGLI  
LE PERFORMANCE

DI UNA GAMMA  
SUPER TECNOLOGICA!



## Scopri subito la carta più tecnologica di sempre!

**Tutto Pannocarta**, il top di gamma indiscusso tra i rotoli grazie ai suoi fogli lavabili e riutilizzabili come Panno, Spugna e Carta, grazie alla **tecnologia Airlaid**; **Tutto Cucina Style**, maxi fogli dal design unico perfetti anche come tovagliolo o tovaglietta, realizzati con **tecnologia Hi-PER**, per ottenere il massimo delle prestazioni dalla carta casa.

## Tutto®



Scopri di più su  
[tuttoxtutto.it](https://tuttoxtutto.it)

*Ex sciatore alpino italiano, vincitore di undici gare di Coppa del Mondo, una Coppa del Mondo di specialità e di tre medaglie iridate, e maestro di sci, fondatore di GR Mountain*



# Piccoli sciatori crescono: le prime discese sono un'avventura

A quale età iniziare e come farlo nel modo giusto? Ce lo spiega un campione!

**F**ar avvicinare i bambini alla neve è un regalo prezioso perché lo sci, più di tanti altri sport, unisce gioco, avventura e scoperta. **Ma come capire qual è il momento giusto per iniziare, quali sono i segnali da osservare e soprattutto quali errori evitare?** Il campione Giorgio Rocca, che da anni lavora con i più piccoli, ci guida attraverso i dubbi più comuni dei genitori. Con i suoi consigli, vedrai che la prossima settimana bianca sarà davvero più speciale!



## FIDATI DI LORO

La domanda più ricorrente riguarda l'età ideale per cominciare, e Rocca è chiaro: «Propongo sempre di valutare l'attitudine del bambino, ma in generale i 3-4 anni sono perfetti. I piccoli non hanno ancora la percezione della paura, non ragionano sul rischio e accolgono tutto con maggiore naturalezza». E se, invece, tuo figlio appare spaventato? A questo riguardo il maestro spiega che le paure della neve o della velocità sono davvero rarissime. «Su cento bambini, forse uno ha paura ed è quasi sempre una paura trasmessa dai genitori – asserisce – Per questo **è importante che mamma e papà abbiano un approccio positivo**: l'atmosfera familiare può trasformare tutto in un'esperienza gioiosa». Per capire se un bimbo è davvero pronto, comunque, basta osservarlo: «Tutti i bambini possono sciare. Se stanno in piedi, possono affrontare uno sport di scivolamento: è un movimento naturale che li diverte e li incuriosisce. Il baricentro basso li aiuta a trovare l'equilibrio molto più velocemente degli adulti».





# Veniamo dall'acqua



I bambini lo sanno, veniamo dall'acqua. E anche Fresh & Clean lo sa.

Le salviette Baby Comfort sono formulate con il **98% di acqua purissima** per offrire massima pulizia e delicatezza anche alla pelle più sensibile.

Ultra soffici e resistenti grazie al **tessuto maxi spessore**, fresche e pratiche in ogni momento con la **speciale chiusura salva freschezza**.

Salviettine Fresh & Clean Baby Comfort. Pure come l'acqua.

## IL POTERE DELLE PRIME LEZIONI

Il segreto per fare appassionare i bambini agli sport invernali è trasformare ogni istante in un gioco. Le prime lezioni, quindi, devono essere un momento di svago e divertimento. «Il gioco è fondamentale – conferma Giorgio Rocca - L'abbigliamento e l'attrezzatura sono nuovi e un po' ingombranti, quindi serve rendere tutto leggero: palle, cerchi, blocchi di gommapiuma, percorsi inventati ad hoc». Occhio, però, perché il più grande errore dei genitori è quello di pensare che insegnare da soli possa essere sufficiente, ma Rocca frena: **il fai da te non può sostituire un maestro qualificato**. «Non funziona mai. I genitori non hanno la formazione per insegnare, mentre il maestro sa cosa proporre in base alla crescita e alle abilità del bambino. Inoltre, è una figura esterna, e questo favorisce rispetto e concentrazione». Le prime lezioni si svolgono sulle piste verdi. Ma quando è davvero il momento di passare alle prime piste blu? Semplice: «Quando il bambino affronta bene le piste verdi. Solo allora si può salire su impianti più complessi, passando dal tappeto alla seggiovia per la risalita».



## TANTI BENEFICI

Quanto contano l'aspetto fisico e quello psicologico nella scelta dello sci alpino? Rocca sorride: «Lo sci va bene per tutti, ed è molto meno traumatico di quanto si pensi. Anche i bambini più esuberanti o i più timidi trovano la propria strada, basta rispettare i loro tempi». I benefici, a livello emotivo e relazionale, sono evidenti: «All'aria aperta i bambini respirano meglio e vivono un contesto completamente diverso dalla città. Mentalmente accumulano esperienze nuove, scoperte che li fortificano senza quasi accorgersene. L'autostima cresce insieme alla loro autonomia». Ma a chi desidera un approccio alternativo per avvicinare i propri figli alla neve, le possibilità non mancano: «Sci di fondo e pattinaggio sono ottime opzioni per i bambini, molto naturali e adatte allo sviluppo motorio». E, mamme, mettete al bando le preoccupazioni legate al meteo: «A volte non portano il bambino a lezione perché nevicava, ma è una delle condizioni più divertenti per loro!» assicura Rocca.

## ATTREZZATURA: COSA SERVE DAVVERO?

Anche l'attrezzatura merita attenzione, ma senza eccessi: «All'inizio consiglio di noleggiare sci, scarponi e bastoncini – suggerisce il maestro di sci - Bastano abbigliamento caldo, guanti adeguati, materiali di qualità. **Il casco è indispensabile**: va scelto bene e non deve essere un acquisto su cui risparmiare. Per chi comincia a frequentare piste blu o rosse è utile anche il paraschiena, una sorta di gilet che protegge da cadute e piccoli incidenti di contrasto con i compagni». A questo riguardo, meglio optare per le lezioni di gruppo o per quelle individuali? Rocca non ha dubbi: «Le prime sei ore devono essere dedicate solo al bambino. Il maestro si concentra su di lui e l'apprendimento è più rapido. Un'ora o un'ora e mezza alla volta sono sufficienti, in base all'età».

“ AFFIDALI A  
UN MAESTRO  
ESPERTO ”





NOVITÀ

# PIÙ PROTEZIONE INTORNO A TE



## SUPERFICI SPRAY DISINFETTANTE

**DISINFETTANTE E SGRASSATORE IN UN UNICO PRODOTTO**

- Elimina anche lo sporco e il grasso più resistente.



### AREE D'AZIONE

- Per tutta la cucina.
- Per tutte le superfici o oggetti particolarmente unti.



## ANTICALCARE IGIENIZZANTE BAGNO

**IGIENIZZANTE E ANTICALCARE IN UN UNICO PRODOTTO**

- Rimuove germi e batteri.
- Non lascia aloni, né residui chimici aggressivi.



### AREE D'AZIONE

- Per tutto il bagno.
- Adatto al box doccia.



## SENZA RISCIAQUO IGIENIZZANTE

**FORMULA PER TUTTA LA FAMIGLIA**

- Alleato ideale per l'igiene e la pulizia.
- Senza bisogno di risciacquo.



### AREE D'AZIONE

- Per tutta la casa.
- Per superfici a contatto con alimenti.
- Per superfici e oggetti di neonati e bambini.



## HOME&PETS IGIENIZZANTE

**IGIENIZZANTE SUPERFICI PER ANIMALI DOMESTICI**

- Rimuove germi e batteri.
- Formula priva di residui chimici aggressivi.
- Con ingredienti di origine naturale.
- Profumazione delicata, neutralizza i cattivi odori.
- Non necessita di risciacquo.



### AREE D'AZIONE

- Per tutta la casa con animali domestici.
- Per tutti gli oggetti del Pet.

È un Presidio Medico Chirurgico Reg. n° 19194. Ripetere l'applicazione quando serve. Leggere attentamente le istruzioni d'uso.  
Autorizzazione del 04/11/2024.

Igienizzanti. Agiscono in modo meccanico con l'asportazione dello sporco.  
Materiale promozionale non soggetto ad autorizzazione ai sensi della vigente normativa in materia di pubblicità sanitaria.

# CUCCIOLO PULITO, CASA FELICE

Le salviette dedicate agli animali sono un vero salva-vita tascabile, delicate sulla pelle e perfette per rinfrescare, igienizzare e coccolare il tuo pet in un attimo

**S**e vivi con un cucciolo, sai già che la parola "pulizia" assume un significato tutto nuovo: tra zampette infangate, musetti curiosi infilati ovunque e piccoli "incidenti di percorso", **avere una soluzione rapida sempre a portata di mano diventa fondamentale.** E qui entrano in scena le salviette per animali, vere supereroine del quotidiano, capaci di salvarti all'ultimo minuto e di tenere il tuo piccolo a quattro zampe fresco, morbido e irresistibile.

## UTILI IN MILLE MOMENTI

Le salviette per cuccioli non sono un capriccio, ma uno strumento pratico, immediato ed estremamente utile in mille situazioni. Le puoi usare quando non hai il tempo di fare un bagnetto completo al tuo pet, quando sei fuori casa, oppure quando il tuo quattro zampe decide di infilarsi in qualche guaio odoroso. Sì, proprio come ora che ha appena deciso di rotolarsi nel prato più maleodorante del quartiere! Sono perfette per pulire le zampette senza portarti in casa germi e fango, per rinfrescare il pelo durante la giornata, per rimuovere la polvere tra una toelettatura e l'altra e per eliminare piccoli odori senza stressare il tuo amico. Insomma, un vero multitasking tascabile.

**E puoi usarle molto più spesso di quanto credi:** sono ideali per una veloce rinfrescata dopo un gioco scatenato, per pulire le orecchie esternamente, per igienizzare il pancino dopo la pappa o per sistemare al volo il pelo prima di incontrare amici o parenti. E poi diciamolo: avere un cucciolo pulito e profumato è un piacere anche per te, oltre che per lui.



SONO PRATICHE E  
INDISPENSABILI

NOVITÀ

**SPEEDY PAWS**  
by SpeedyCare

**READY  
FOR THE SPA**

Dall'esperienza di SpeedyCare nasce  
**SpeedyPaws,**

la nuova linea pensata con amore  
per i nostri compagni a quattro zampe.



ieri



oggi



Nuovo nome,  
nuova immagine:  
la qualità di sempre,  
in un look tutto nuovo!



UNA CURA VELOCE CHE NON  
RINUNCIA ALLA DOLCEZZA

### PICCOLI GESTI, GRANDI RISULTATI

Ma come utilizzarle al meglio? Usare le salviette è semplicissimo, ma ci sono alcuni trucchi per ottenere il massimo. Se devi pulire le zampette, passa delicatamente tra i cuscinetti, dove si nasconde più sporco del previsto.

Per il musetto scegli salviette ultra-delicate e passale seguendo la direzione del pelo, così eviti irritazioni. Quando pulisci il corpo, invece, evita di strofinare troppo: **una passata lenta basta per rimuovere polvere e odori**, lasciando il pelo lucido e ordinato. Se il tuo cucciolo ha paura del rumore dello strappo, apri la confezione lontano da lui: ti basterà un attimo per trasformare il momento della pulizia in qualcosa di piacevole.

Tieni sempre la confezione ben chiusa per non far seccare le salviette, e portane un pacchetto mini nella borsa o nello zaino: ti salverà nei momenti più imprevedibili.

### NON TUTTE SONO UGUALI

Quando parliamo di salviette, ovviamente, non ci riferiamo a quelle che usi tu: esistono, infatti, formulazioni delicate **pensate apposta per la pelle sensibile dei cuccioli**, senza alcol, con pH adeguato e ingredienti idratanti che rispettano la loro cute.

Quando le acquisti, dai un'occhiata alla lista dei componenti: preferisci aloe, camomilla, estratti naturali lenitivi e formulazioni ipoallergeniche. Le salviette più morbide sono ideali per le zone delicate, mentre quelle più resistenti sono perfette per lo sporco più ostinato. Attenzione anche al formato: quelle grandi ti permettono di pulire meglio il corpo, quelle piccole sono comodissime da portare ovunque. E se il tuo cucciolo



ha la pelle sensibile, esistono linee specifiche che fanno proprio al caso suo. Insomma, se fino a ieri pensavi che le salviette fossero solo un accessorio, da oggi le vedrai come un vero alleato nella tua vita da "pet-mamma". Comode, pratiche, leggere: con un semplice gesto ti risolvono mille problemi e rendono il tuo cucciolo ancora più coccoloso. Scommetti che, una volta provate, non potrai più farne a meno?

# 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

# Il bucaneve anticipa l'arrivo della primavera

Resistente e luminoso, è un fiore elegante che sbucca tra neve e gelo, annunciando il ritorno della vita

Il bucaneve, con i suoi delicati fiorellini bianchi che sbucano tra neve e ghiaccio, è da sempre il simbolo della rinascita e della speranza in pieno inverno. Ogni piccola corolla sembra annunciare che la primavera non è lontana e porta quel pizzico di luce e allegria anche nei giardini più freddi e nei balconi spogli dell'inverno. Oltre che per la sua bellezza, il bucaneve ci piace anche perché è estremamente resistente: **è capace di sopportare il gelo ed è facile da coltivare**. Insomma, se vuoi regalare al tuo outdoor un tocco di vita anche durante i mesi più grigi dell'anno, questo è il fiore che fa per te!

## DOVE PIANTARLO

Per crescere sano e rigoglioso, il bucaneve preferisce una bella esposizione: meglio metterlo in posizioni luminose, ma evita il sole diretto nelle ore più calde, che può danneggiare le foglie. Questo fiore, comunque, **si adatta perfettamente anche a zone semi-ombreggiate**, come sotto gli alberi spogli o tra gli arbusti: in questo modo crea un effetto naturale e armonioso in giardino. Il terreno ideale? È ben drenante e fertile: un eccesso di umidità, infatti, può provocare marciumi o malattie.



riccio con un po' di sabbia per garantire un drenaggio ottimale. In giardino, i bulbi **vanno piantati a gruppi di 5-10** a circa 8 cm di profondità, lasciando uno spazio sufficiente tra uno e l'altro per permettere uno sviluppo sano e compatto. Così facendo, il risultato sarà un tappeto bianco elegante e ordinato che sboccherà ogni anno senza grandi sforzi. Se lo pianta a piccoli gruppi, inoltre, non solo ti facilita la manutenzione, ma regala anche un aspetto spontaneo, come se la natura avesse scelto da sé il posto migliore per farlo spuntare.

## MANUTENZIONE E CURA

Il bucaneve è perfetto anche per chi non ha il pollice verde. Le cure necessarie, infatti, sono minime: ha bisogno di annaffiature moderate e un po' di attenzione a evitare ristagni d'acqua. Dopo la fioritura, **è importante la-**

Se vuoi creare un angolo davvero magico, abbinare i bucaneve a piante come elleboro o ciclamini invernali: il contrasto di colori e forme regalerà fioriture sorprendenti anche nei giorni più freddi. Puoi anche realizzare piccoli tappeti di bucaneve lungo vialetti o aiuole: oltre a un effetto scenografico, in primavera lasceranno spazio a nuove piante senza creare vuoti antiestetici.

## VASI O GIARDINO?

Il bucaneve si adatta bene sia al giardino che ai vasi. Se decidi di piantarlo in vaso, assicurati di mescolare il ter-

**Antonio Torcasio**

titolare di Agriverde,  
Via Pietro Caligiuri,  
18, 88046 Carrà  
Cosentino –  
Lamezia Terme (CZ)



I CONSIGLI DELL'ESPERTO

## 5 dritte pratiche per proteggere le piante dal freddo

- **Pacciamatura isolante:** *copri il terreno intorno alle piante con uno strato di foglie secche, paglia o corteccia. Questo aiuta a mantenere la temperatura del suolo più costante e protegge le radici dal gelo.*
- **Teli o coperture leggere:** *avvolgi le piante più delicate con tessuto non tessuto o teli traspiranti durante le gelate notturne. Evita plastica diretta a contatto con foglie e fiori, perché può causare bruciate da gelo.*
- **Vasi protetti:** *sposta le piante in vaso in zone riparate, come vicino a muri esposti a sud o sotto portici, oppure avvolgi i vasi con materiali isolanti come juta o pluriball.*
- **Annaffiature mirate:** *mantieni il terreno leggermente umido: un terreno troppo secco aumenta il rischio di danni da gelo, mentre quello troppo bagnato può gelare. Meglio annaffiare nelle ore più calde della giornata.*
- **Barriere contro il vento:** *i venti freddi aumentano il rischio di disidratazione e congelamento. Crea barriere naturali con siepi, frangivento o pannelli temporanei per proteggere le piante più esposte.*

**sciare che le foglie ingialliscono naturalmente**, perché svolgono un ruolo fondamentale nel nutrire i bulbi per l'anno successivo. Rimuovere fiori appassiti e foglie secche mantiene l'angolo verde ordinato e più elegante. Anche se il bucaneve sopporta il gelo, un leggero strato di pacciamatura può salvaguardare i bulbi durante le giornate più fredde.



*Sempre vicina a te.*



## ADATTO A TUTTO E A TUTTI

Con i suoi **3 veli** e **250 strappi**, Foxy Tornado ha una soluzione per ognuna delle tue esigenze. Inoltre, è **prodotto al 100% con energia elettrica rinnovabile** e la sua **confezione è realizzata con il 50% di plastica riciclata**.



## Quindici minuti di bellezza: il rituale di skincare che si adatta alla tua giornata

Basta applicarle e lasciare che gli attivi facciano il resto: le maschere in tessuto sono il beauty-rituale smart per una pelle curata, anche quando il tempo è poco

**P**rendersi cura della pelle dovrebbe essere un gesto semplice, quotidiano, quasi spontaneo. Eppure, tra impegni e giornate frenetiche, ritagliarsi qualche minuto per sé a volte sembra un'impresa. È in questi momenti che i trattamenti rapidi e pratici diventano alleati preziosi.

Le **maschere viso in tessuto** rientrano perfettamente in questa categoria: sono facili da usare e **in soli 15 minuti offrono un trattamento intensivo** paragonabile a quello di una spa. Un piccolo rituale di benessere che ci si può concedere anche nelle giornate più piene, trasformando una pausa in un momento di relax.

Oggi esistono formulazioni pensate per rispondere alle esigenze più diverse:

Maschere **idratanti**, arricchite con attivi come acido ialuronico ed estratto di melograno, ideali per restituire comfort alle pelli secche.

Maschere **nutrienti**, a base di latte di cocco e acido ialuronico, perfette per dare nuova luminosità alle pelli spente o stessate.

Maschere **purificanti e riequilibranti**, con estratti di tè verde dall'azione opacizzante, pensate per le pelli miste o grasse.

Maschere **lenitive**, formulate con ingredienti calmanti come la camomilla, adatte alle pelli sensibili e soggette a rossori.

Patch occhi **rivitalizzanti**, ideali per ridurre borse e occhiaie e donare allo sguardo un aspetto più fresco e riposato.

### Booster intensivo

Le maschere in tessuto aderiscono perfettamente alla pelle rilasciando un concentrato di ingredienti che agiscono come un booster intensivo.



L'applicazione è semplice: si posa la maschera sul viso, si lascia agire per 15 minuti e, una volta rimossa, si massaggia il siero residuo su viso e collo e voilà, il gioco è fatto.

Qualunque sia la necessità della propria pelle, le maschere in tessuto sono una coccola veloce che si trasforma in un trattamento di bellezza dedicato esclusivamente a te.

### PRODOTTO CONSIGLIATO



Maschere in Tessuto Garnier



Kay  
Blog



# Laurella ha a cuore la tua sensibilità.

È un argomento intimo: lo affrontiamo senza essere irritanti.



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

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

 **Sic**<sup>®</sup> S.p.A. [www.laurella.com](http://www.laurella.com)



 **Laurella**  **BIO COTTON**<sup>®</sup>

# Casa pulita per giorni, senza fatica. Il super potere dei probiotici anche per le pulizie

Con la nuova generazione di spray, basta una sola passata per ottenere superfici fresche e profumate a lungo... e per cominciare l'anno con leggerezza



## Formula smart

I probiotici sono "batteri buoni" che restano attivi sulle superfici anche dopo la pulizia. Continuano a nutrirsi dello sporco residuo, mantenendo l'ambiente pulito a lungo.

In questi giorni, ho scoperto una **nuova generazione di spray multiuso che sfrutta i probiotici naturali** per mantenere le superfici pulite più a lungo. Non il solito "spruzza e passa", ma una formula intelligente che continua a lavorare per giorni dopo l'applicazione.

Il funzionamento, in realtà, è semplice: si spruzza il prodotto sulle superfici, dai ripiani della cucina ai sanitari, dai tavoli agli oggetti che tocchiamo continuamente, come telecomandi e computer, si lascia agire qualche secondo e poi si passa il panno. Quello che non si vede è che **i probiotici restano attivi, continuando a neutralizzare lo sporco residuo anche dopo la pulizia.**

E poi c'è il profumo, che merita un capitolo a parte. Fragranze delicate e fiorite, aromi rilassanti oppure note fresche e agrumate che trasformano la casa in un ambiente più accogliente e personale. Basta scegliere il mood della settimana. Insomma, se tra i vostri buoni propositi c'è quello di vivere in ambienti più ordinati e sereni, iniziare da una routine di pulizia che non pesi può essere un buon inizio. Una sola passata, diversi giorni di freschezza e un lunedì che sorprendentemente potrebbe diventare il giorno preferito della settimana.

**G**ennaio, si sa, profuma di inizi. È il mese dei buoni propositi, delle nuove abitudini, delle piccole rivoluzioni domestiche. E così, ho deciso che il lunedì è diventato il mio giorno dedicato alle pulizie di casa. Lo ammetto: non è certo la mia attività preferita, ma una volta alla settimana tocca affrontarla. Per renderla un po' più gradevole, negli anni ho sempre cercato qualche stratagemma che potesse alleggerire questo rito obbligato.

## PRODOTTO CONSIGLIATO

CIF Infinite Clean Spray



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

*Una notte serena...  
io ci conto.*



**COMODO**

**ADERENTE**

**TRASPIRANTE**

Pants Serenity. Tutta la protezione di cui hai bisogno, e così comodi che è quasi come non averli.

Serenity: esperto di incontinenza da oltre 35 anni

**SERENITY**

*io ci conto.*

[www.serenity-care.com](http://www.serenity-care.com)

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

Gennaio porta con sé la voglia di ripartire con leggerezza, anche nella skincare. E le maschere in tessuto Garnier sono l'alleato ideale per dare alla pelle un boost immediato, pratico e mirato. Un gesto express che infonde idratazione, comfort e luminosità in quindici minuti.

Cinque formule, cinque esigenze, un'unica promessa: pelle più fresca, distesa e pronta a ricominciare.

**Hydra Bomb Melograno** – energia e idratazione intensa grazie all'estratto di melograno, perfetta per pelli secche.

**Nutri Bomb Latte di Cocco** – nutrimento profondo e siero-latte vellutato per illuminare le pelli più spente.

**Hydra Bomb Tè Verde** – idratazione leggera ed effetto opacizzante per pelli miste e grasse.

**Hydra Bomb Camomilla** – formula lenitiva che calma arrossamenti e sensibilità.

**Hydra Bomb Occhi** – succo d'arancia e acido ialuronico per uno sguardo riposato, meno borse e occhiaie.

L'applicazione è semplice e immediata: la maschera si posa sulla pelle deterata, si lascia agire, quindi si rimuove e il siero restante viene massaggiato su viso e collo.

Un rituale facile da inserire nella routine, perfetto ogni volta che la pelle ha bisogno di ritrovare equilibrio e idratazione.

Il trend skincare del momento? Una carezza impalpabile che si trasforma in un nuovo inizio per la pelle.



### EFFETTO SETA

*pelle più morbida, distesa e luminosa in pochi minuti*

## L'ANNO INIZIA IN BELLEZZA

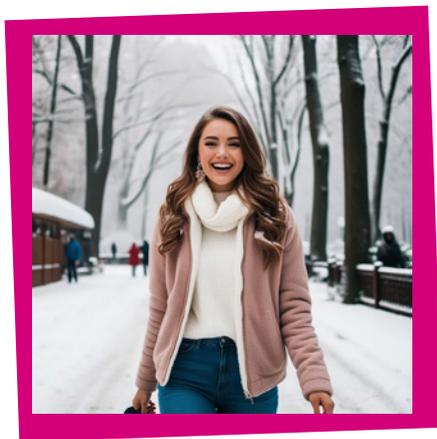
Gennaio porta con sé il desiderio di rinascita: la voglia di alleggerire corpo e mente, di ritrovare equilibrio dopo le feste, di ricominciare con gesti semplici ma significativi. Non servono rivoluzioni drastiche, bastano piccoli rituali quotidiani per sentirsi più luminose e più leggere.

Dopo le feste, il corpo richiede maggiore attenzione. Venti minuti di camminata al giorno riattivano la circolazione e schiariscono i pensieri. Bevande calde – tisane detox, tè verde, infusi – scaldano e purificano dall'interno. La pelle merita un occhio di riguardo. Uno scrub viso delicato, due volte a settimana, libera dalle impurità accumulate durante le feste, seguito da una crema idratante ricca che protegge dal freddo di gennaio. Ogni gesto diventa pausa rigenerante, momento per sé.

Il journaling mattutino: cinque minuti per scrivere tre pensieri positivi, tre intenzioni per la giornata. Non è solo scrittura, è un modo per dare forma ai desideri, per trasformare i buoni propositi in piccole azioni concrete. La mente si fa più chiara, il cuore più leggero. Yoga la sera per sciogliere le tensioni. Alimentazione che nutre senza appesantire. E una skincare che non si limita a detergere, ma diventa vero e proprio atto di cura. Sieri luminosi, creme vellutate, trattamenti che profumano di nuovo inizio: ogni prodotto scelto diventa complice del benessere.

La lista dei buoni propositi può essere semplice: camminare di più, respirare profondamente, scrivere pensieri positivi. E regalarsi una beauty routine che sia una coccola quotidiana.

La bellezza si costruisce ogni giorno. Bastano piccoli rituali costanti: pulizia mattina e sera, trattamenti mirati, momenti dedicati solo a sé. Ogni fase della skincare è fondamentale per mantenere la pelle luminosa, elastica, pronta ad affrontare il nuovo anno. Una carezza leggera che ogni pelle sogna. Perché gennaio non è solo un mese: è l'occasione per ricominciare, passo dopo passo, con dolcezza.



### RITUALE DI BENESSERE

*maschere, trattamenti detox e creme rigeneranti per il nuovo inizio*

# ACQUA & SAPONE<sup>®</sup>

*Oltre la  
Convenienza*

## Migliori nel 2026, ma soprattutto vicini ogni giorno.



Acqua & Sapone continua ad essere **Migliore Insegna** nella categoria **Drugstore**. Tra i parametri in cui l'insegna si è distinta: **Qualità dei Prodotti, Promozioni Speciali e Negozi Belli e Confortevoli.**

Il premio conferma la nostra Missione e Passione. Grazie alla nostra grande squadra per l'impegno quotidiano, la loro passione e professionalità, ai partner che ci affiancano e ai nostri clienti che ci scelgono ogni giorno.



# Nelle sale a *gennaio*

**LA REDAZIONE CONSIGLIA**


*Nel suo nuovo film, Sorrentino è ancora ironico, inventivo e sempre efficace nel raccontare le storie e i personaggi.*

## LA GRAZIA

**Regia:** Paolo Sorrentino

**Con:** Toni Servillo, Anna Ferzetti, Orlando Cinque, Massimo Venturiello

**Genere:** Drammatico | Italia

Mariano De Santis, il Presidente della Repubblica, è a fine mandato; è infatti entrato nel semestre bianco. Vedovo da otto anni della moglie Aurora, ha due figli. Si trova davanti a due dilemmi morali. Il primo riguarda la richiesta di grazia per Isa Rocca che ha fatto fuori il marito nel sonno dopo essere stata a lungo maltrattata e per Cristiano Arpa, che ha ucciso la moglie malata di Alzheimer. Il secondo: non sa se firmare o no la legge sul diritto all'eutanasia. La grazia non è un film sulla nostalgia ma sulla memoria che riaffiora nelle parole, nei pensieri, nelle cose che non si sono fatte, nel rapporto con i figli, in particolare Dorotea. Nel film si incrociano le pause del cinema di Sorrentino ma in realtà non c'è un attimo di tregua. La forma, che segna sempre l'identità della sua opera, accompagna il piacere autentico del racconto. È un dramma privato, una commedia dell'assurdo, un film sentimentale. Un'ode sulla condizione umana. Allegra e triste. Comica e malinconica. Un film toccato dalla grazia.



## MARTY SUPREME

*Biografico, Drammatico, Sportivo* | USA

Ebreo newyorkese classe 1930, Marty Reisman scopri il ping pong a soli 12 anni, giocando nel lower East Side. Divenuto professionista, vinse numerosi titoli, tra i quali uno all'età di 67 anni, che gli valse il record di vincitore più anziano in una competizione nazionale. Soprannominato "Ago" per il fisico sottile, amava vestirsi in modo eccentrico con abiti dai colori vivaci, cappelli panama e accessori sgargianti.



## 2 CUORI E 2 CAPANNE

*Commedia* | Italia

Alessandra e Valerio sono accomunati dall'incapacità di avere relazioni stabili, e soprattutto di poter concepire figli. I due si piacciono, fanno sesso allegro e irruento, e poi scoprono che Valerio è il nuovo preside del liceo dove insegna Alessandra. Di più: lei rimane incinta. Riusciranno due opposti come loro a trovare un punto di incontro, oltre l'attrazione? Il film è una commedia romantica leggera ma non stupida, e molto attenta ai mutamenti in corso nella contemporaneità. In modo scanzonato il film affronta temi importanti, dal patriarcato alla violenza sulle donne, dai fermenti scolastici alle tecniche di insegnamento. Massimiliano Bruno torna alla visione più ampia sulla contemporaneità e i ruoli di genere e lascia spazio a una modulazione dei sentimenti e delle relazioni più complessa e meno scontata.



## PRENDIAMOCI UNA PAUSA

*Commedia* | Italia

Tre coppie di età diverse decidono di prendersi una "pausa di riflessione". Per il quarantenne Fabrizio è un disastro emotivo che nasconde altro; per la sua compagna Valeria un'opportunità; per Valter, prossimo ai sessanta, è un inaccettabile torto impostogli dalla moglie Fiorella, con cui è sposato da trent'anni, mentre per lei è un'esigenza; per la diciannovenne Erica è un incidente di percorso; per il suo ragazzo Gabriel, conosciuto online, è uno scudo per nascondere la ricerca di se stesso.



## LE COSE NON DETTE

*Drammatico* | Italia

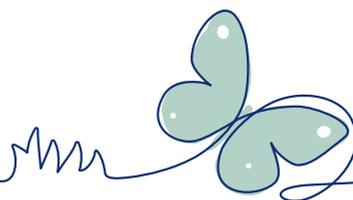
Tra Tangeri e Roma, il nuovo film di Gabriele Muccino racconta le fragilità, i desideri, le insidie e i momenti di luce nei rapporti tra donne e uomini, madri e figlie, amanti e disincanti. Il film racconta della sottilissima linea tra bene e male e di ciò che scorre in mezzo alle nostre vite, travolgendole spesso come un fiume in piena.





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](http://www.nicky.eu)



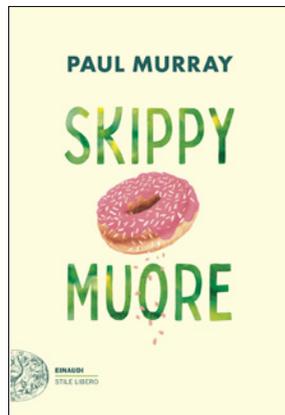


# Letture per *gennaio*



**ALTRO L'ANIMA CERCA**  
di Sandro Ferri | Ed. e/o

I tempi s'intrecciano, sogno e realtà si confondono. Generazioni successive della stessa famiglia esplorano i territori rischiosi della libertà, con risposte e percorsi esistenziali diversi, ma con la comune consapevolezza che alto è il prezzo da pagare, ma che è solo questo ciò che l'anima cerca. Attraverso l'insolito strumento dei sogni lucidi, il narratore raggiunge il padre sui campi di battaglia della Romagna, dove infuria una guerra feroce per liberare l'Italia dai nazi-fascisti. Lo segue poi nel dopoguerra, nell'emigrazione in America, nel romantico incontro con quella che poi diventerà sua madre, nei casinò di Atlantic City, con un'assillante domanda: papà, per te la libertà è stata liberare l'Italia o giocarti tutto in una partita a poker?



**SKIPPY MUORE**  
di Paul Murray | Ed. Einaudi

Paul Murray trasforma l'adolescenza in un'epopea ironica e struggente, dove la leggerezza degli anni di scuola si intreccia con le sue ombre più profonde. Tutto ha inizio quando Skippy, studente fragile e spesso preso di mira, crolla durante una sfida a chi mangia più ciambelle. Il suo corpo a terra non attira l'attenzione di nessuno: né dei bulli che lo perseguitavano da tempo, né di Ruprecht, il compagno di stanza sovrappeso, brillante nella matematica ma impacciato in tutto il resto. Nemmeno degli adulti, insegnanti e genitori, troppo impegnati in rivalità e vite private sgretolate. Eppure, il mistero che circonda Skippy finisce per scuotere l'intero Seabrook College, portando alla luce segreti, omissioni e indifferenze che per troppo tempo erano rimaste sepolte.



**BOOK WINTER LOVER** – IL TACCUINO PER SCALDARSI CON LE PAROLE  
di Isa Grassano | Ed. Giraldi

«Quando viaggio mi piace avere qualcosa di interessante da leggere, per questo porto sempre con me il mio diario». Lo scriveva Oscar Wilde ed è un po' lo spirito che ha mosso la giornalista e scrittrice Isa Grassano nell'ideare questo libro: un diario che invita a vivere i mesi più freddi come un tempo da abitare. Il volume arriva dopo il buon riscontro di *Book Sun Lover*. Il *taccuino per chi ama leggere e viaggiare*. Ora il percorso continua tra fiocchi di neve, tisane fumanti e pagine da riempire (oltre che da leggere), promettendo calore e stupori. È un rifugio cartaceo che tiene insieme storie, pensieri e suggerimenti per trasformare l'inverno in una stagione sorprendente.



**IO SONO PERFETTO**  
di Paolo Ruffini | Ed. La nave di Teseo

Paolo Conforti è un politico ambizioso e disonesto, abile a parlare alla pancia del Paese e a costruire verità convenienti. È a un passo dal diventare Presidente del Consiglio, il traguardo per cui ha sacrificato tutto. Ma Paolo ha anche un fratello: da quando sono rimasti orfani, si prende cura di Simone, il suo gemello con sindrome di Down. Simone vive una vita semplice e felice: il lavoro da bidello, le merendine, i programmi di Maria De Filippi e l'amore incrollabile per Paolo. La sua forza è vedere la bellezza, ovunque, e andare sempre al sodo delle cose. Quando la carriera di Paolo crolla per un caso di corruzione e un ricatto pericoloso, il politico trova una soluzione disperata e geniale: candidare Simone al posto suo.

## LA REDAZIONE CONSIGLIA



*L'attesissimo prequel della celebre Saga dei Florio racconta le origini della potente famiglia siciliana, svelando tutte le loro lotte, i sogni e i sacrifici.*

## L'ALBA DEI LEONI LA SAGA DEI FLORIO

di Stefania Auci | Ed. Nord

1772. Bagnara Calabria è un pugno di terra rubato alla montagna, stretto tra rocce e mare. Scuro, compatto, chiuso. Ma è così, ed è la casa della famiglia Florio. Niente è facile, per loro, ogni cosa deve essere difesa con fatica e determinazione: dalla forgia di Vincenzo, prima la fuga di un figlio e la sua scoperta che la libertà è esaltante, ma si paga a caro prezzo; poi la natura, più matrigna che madre, che in pochi istanti sgretola case, uomini e speranze; e infine un sogno nuovo, lontano da Bagnara, in un'isola dove ci sono soldi e potere... Perché, nel 1799, quando Paolo e Ignazio Florio arrivano a Palermo, non sanno quale sarà il loro destino, ma sanno cosa sono stati. Hanno lottato contro un padre che li voleva schiavi, contro la disperazione di chi ha perso tutto. Una consapevolezza che segna l'intera storia dei Florio, dall'inizio alla fine. E questo è l'inizio.

# GENERA

## Il tuo benessere quotidiano.

Con Genera, ogni momento della giornata profuma di benessere. Una linea completa di prodotti studiata per accompagnare te e la tua famiglia, dalla mattina alla sera.



Genera è un marchio FAIRNESS Srl Laboratori Cosmetici  
Due Carrare (PD) - [www.generacosmetici.it](http://www.generacosmetici.it)



Facebook: Terry Alaimo Astri  
Instagram: Terry Alaimo Official



## Ariete dal 21/3 al 20/4

**AMORE:** In coppia. Il nuovo anno inizia con tanta energia e dolcezza: sei più spontanea e hai molti desideri da realizzare con il tuo partner.

**Single.** Colpo di fulmine possibile con una persona diretta e passionale.

**BELLEZZA:** Il tuo make-up è deciso, tra eyeliner grafico e rossetto intenso. Anche il tuo outfit si fa più sporty-chic, con tocchi di rosso: potrebbe essere perfetto abbinare una décolleté tacco 12.

**BENESSERE:** Hai energia da vendere: perfetta l'attività fisica come la corsa, ma non esagerare.



## Leone dal 23/7 al 22/8

**AMORE:** In coppia. C'è tanta voglia di fare progetti: cosa aspetti? Parlane con il partner, non vede l'ora.

**Single.** È un mese di grande magnetismo: conquiste facili e ritorno alla passione.

**BELLEZZA:** Osa con delle extension per ciglia, un highlighter glow e un make up che viri sui colori bronzo e oro. Perfetto per questo mese un outfit ricercato e vistoso, come un tailleur rigoroso, ma glitterato.

**BENESSERE:** Potresti dover combattere con un po' di insonnia: dai priorità alla routine serale e concediti tisane calde ultra rilassanti.



## Sagittario dal 23/11 al 22/12

**AMORE:** In coppia. In questo mese vi sentirete più uniti: dopo un po' di maretta, ti farà piacere condividere nuove esperienze con il partner.

**Single.** Sei attratta da persone con un animo avventuroso, proprio come piace a te.

**BELLEZZA:** Dedicati al contorno del viso come priorità, con trattamenti ad hoc. Make up naturale dai colori neutri e tanto mascara. L'outfit perfetto? Gonna lunga, camicia, gilet, stivaletti e giaccone in pelle.

**BENESSERE:** Avverti un po' di stanchezza: devi cambiare la tua solita routine ed evitare di cedere alla pigrizia.



## Toro dal 21/4 al 20/5

**AMORE:** In coppia. Atmosfera dolce e sensuale: torna la complicità con il partner e magari nasce un progetto per condividere un'attività insieme.

**Single.** Potresti rivalutare una persona conosciuta di recente e scoprirne un lato profondo.

**BELLEZZA:** È il momento di fare trattamenti rivitalizzanti o rituali per il viso. Il make up per questo mese lo preferisci naturale, con colori nude. Opta per un look elegante, ma morbido e sensuale.

**BENESSERE:** Hai bisogno di pratiche rilassanti e meditative: massaggi, sessioni quotidiane di stretching e lunghe passeggiate nella natura.



## Vergine dal 23/8 al 22/9

**AMORE:** In coppia. Ritrovi l'equilibrio: parla con sincerità al partner per mettere a posto la vostra situazione.

**Single.** Sei attratta finalmente da una persona affidabile, almeno così pare. Stavolta, però, meglio andarci piano.

**BELLEZZA:** Punta su una skincare impeccabile e un trucco pulito ma ben definito. L'outfit per te è elegante: pantaloni a palazzo, giacca lunga e moccassini.

**BENESSERE:** Se ti senti bene è anche perché mantieni una routine organizzata: alimentazione leggera e camminata veloce ogni giorno. Continua così!



## Gemelli dal 21/5 al 21/6

**AMORE:** In coppia. Chiarimenti importanti: si risolvono le tensioni e finalmente vi togliete dalla testa tutti quei dubbi infondati.

**Single.** Brilli in conversazione, sei affascinante e ricevi un sacco di inviti, quindi buttati!

**BELLEZZA:** Dedicati delle cure estetiche e ai trattamenti corpo. Scegli un make up dai colori pastello e, sulle labbra, passa un filo di lip gloss. L'outfit giusto è versatile ma dinamico: tuta in magliona e accessori.

**BENESSERE:** Sei in forma; forse è il momento di un controllo oculistico, soprattutto se lavori tanto al computer. Ogni molto serve una pausa.



## Bilancia dal 23/9 al 22/10

**AMORE:** In coppia. Le vibrazioni di Venere ti trasmettono molto romanticismo. Al partner piace questo tuo lato dolce e raffinato.

**Single.** Possibile incontro interessante nell'ambito di un evento artistico o sociale.

**BELLEZZA:** Ti sta bene un make up equilibrato, con ombretto rosa e un rossetto satinato. Scegli un taglio di capelli più corto e scalato. Si a un outfit elegante: top in seta, blazer sartoriale, gonna plissé e gioielli sottili.

**BENESSERE:** Dedicati a un'attività che includa movimenti rilassanti come lo yoga o il pilates: è il momento di ascoltare davvero il tuo corpo.



## Cancro dal 22/6 al 22/7

**AMORE:** In coppia. Hai bisogno di rassicurazioni, anzi di coccole e di gesti concreti.

**Single.** Finalmente arriva qualcuno che ti piace e che sa ascoltarti.

**BELLEZZA:** Il make up giusto per questo mese punta su ombretti perlati e blush rosati. Ti dona più che mai un outfit femminile e forse un po' sexy: indossava una gonna corta in pelle con degli stivali e conquisterai chiunque.

**BENESSERE:** Hai proprio bisogno di una breve dieta detox dopo le feste, ma anche di benessere emotivo: un'alimentazione sana e qualche coccola in una spa ti aiuteranno molto.



## Scorpione dal 23/10 al 22/11

**AMORE:** In coppia. La passione si risveglia: c'è uno slancio emotivo e torna la complicità tra voi.

L'empatia ritrovata ti fa sentire compresa e accettata.

**Single.** Sei affascinante e molto intuitiva: capirai al volo se la persona che ti piace è quella giusta.

**BELLEZZA:** Applica creme rimpolpanti per il viso, punta su capelli lisci e un po' più chiari del solito. Il make up perfetto per te è nelle tonalità che richiamano il mare. Per l'outfit, scegli di sentirti comoda e a tuo agio.

**BENESSERE:** L'acqua è il tuo elemento: dedicati a nuoto e acquagym per restare in forma e rilassarti.



## Capricorno dal 22/12 al 20/1

**AMORE:** In coppia. È un ottimo mese per pianificare: è tornata la stabilità dopo un periodo burrascoso e incerto. Hai riflettuto molto.

**Single.** Sei molto selettiva, anche perché sei stanca dei flirt passeggeri: ora ti senti pronta per una storia seria.

**BELLEZZA:** Scegli un make up sobrio: eyeliner sottile, matite nude e lip-gloss trasparente. Per l'outfit, punta su capi ben strutturati ma casual, nei toni del beige e del bianco.

**BENESSERE:** Attenzione alle tensioni muscolari: sono indicati lo stretching, i massaggi e gli integratori ad hoc.



## Acquario dal 21/1 al 19/2

**AMORE:** In coppia. Dovresti essere più spontanea e più paziente per mantenere l'equilibrio di coppia: inutile prendere fuoco subito.

**Single.** Conoscenze fuori dal comune, intriganti come piacciono a te. Attenta però agli incontri al buio.

**BELLEZZA:** È il momento di osare con i capelli colorati: si a un pizzico di azzurro e fucsia, l'effetto sarà bellissimo se abbinato a un taglio corto e scalato. L'outfit è pop: leggings jeans, corpetto e stivali alti.

**BENESSERE:** Hai voglia di fare qualcosa di nuovo e divertente: iscriviti a un corso di ballo.



## Pesci dal 20/2 al 20/3

**AMORE:** In coppia. Sarai molto diretta e il partner apprezzerà la sincerità. Ogni tanto una serata tête-à-tête vi farà bene.

**Single.** Incontro in un contesto sportivo: farai colpo e lui sarà dinamico come te.

**BELLEZZA:** Dedicati a scrub, pulizia viso e cure anti-age. Il make up che ti valorizza è realizzato con rossetto rosso fuoco, fondotinta e illuminante. Look: crop top o body aderente, pantaloni cargo e sneakers.

**BENESSERE:** Segui una dieta consigliata dal nutrizionista e torna a dedicarti a un vecchio hobby per rilassare la mente e per distrarti.

# got2b



**FOR WHOEVER  
YOU WANT 2B**

**Il brand per Gen Z & Gen Alpha**

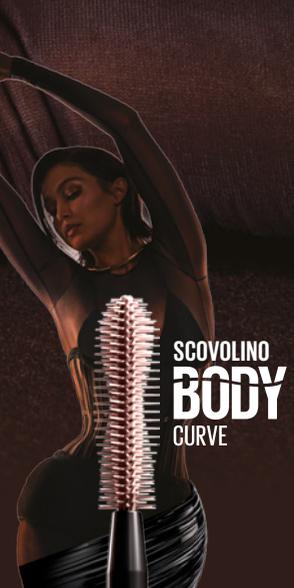
MAYBELLINE®  
NEW YORK



NUOVO MASCARA

LASH  
SENSA  
TIONAL **BODY**

CIGLIA CHE VANNO SU E STANNO SU.



SCOVOLINO  
**BODY**  
CURVE