

.italo

I sensi del viaggio

OPINIONI

Gianni Riotta
Fabiana Giacomotti
Alessandro Borghese

PASQUA

Tutte le tradizioni
di una grande festa
regione per regione

REGGIO EMILIA

Un tesoro da scoprire
tra storia, arte
e buona tavola

ENRICO NIGIOTTI

«In tour nei teatri
per cantare insieme:
sarà emozionante»

Voglia di primavera

Tra panorami straordinari e una natura generosa, Sorrento è la meta perfetta per tuffarsi nella bella stagione. In un golfo dove il mare luccica e tira forte il vento

“LA GRANDEZZA DELL’UNIVERSO” NELL’ARTE DI GIOVANNA GARZONI

PALAZZO PITTI, 7 APRILE - 28 GIUGNO 2020



**LE GALLERIE
DEGLI UFFIZI**
Il Rinascimento. Oggi.

Biglietti e informazioni
www.uffizi.it
+39 055 294883
📍 @UffiziGalleries

2 altre grandi mostre a Firenze:

AI PIEDI DEGLI DEI

LE CALZATURE ANTICHE E LA LORO
FORTUNA NELLA CULTURA DEL NOVECENTO

Palazzo Pitti, 17 dicembre 2019 - 20 settembre 2020

IL VASO DI FIORI DI JAN VAN HUYSUM

RUBATO NEL 1944, ORA RESTITUITO

Palazzo Pitti, dal 19 luglio 2019





GIANMARCO VENTURI

GMV

GIANMARCO
VENTURI

segreteria@ditmars.ch - gmv-gianmarcoventuri.it

**IN COPERTINA**

Dalla costiera sorrentina, famosa in tutto il mondo per la sua bellezza naturalistica e paesaggistica, si gode di una vista eccezionale sul Golfo di Napoli e sul Vesuvio.



16

9

OPINIONE DI GIANNI RIOTTA

Lezioni online: magnifica opportunità

11

OPINIONE DI FABIANA GIACOMOTTI

Fra color che son sospesi (ma connessi)

13

OPINIONE DI ALESSANDRO BORGHESE

Tuteliamo l'Italia e la nostra cucina

14

EDITORIALE DI PAOLO POSTERARO

Tanta voglia di normalità

16

COVER STORY

DI LIVIA CARDONI

Festa italiana

25

DAL MONDO

News

Appuntamenti

36

VIAGGIARE NEI 5 SENSI**VISTA**

38

REGGIO EMILIA

DI CRISTINA GRINER

Il talento di vivere

44

SORRENTO

DI CRISTINA GRINER

Una terrazza sul mare

48

SKYWAY

Il tempo nella natura

50

HOTEL

DI SILVIA DORIA

54

FILM E SERIE CULT

DI STEFANO COCCI

Streaming delle mie brame...

59

FILM E SERIE NOVITÀ

DI STEFANO COCCI

60

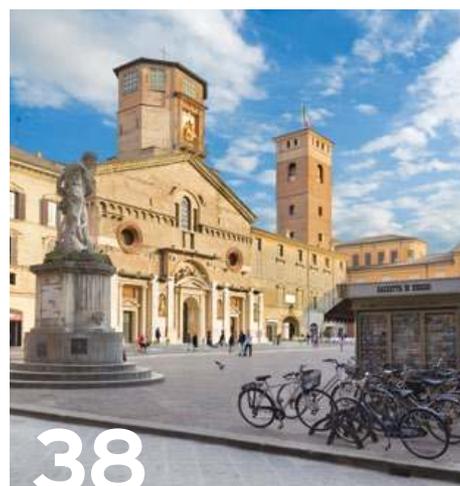
LIBRI

DI DARIO MORCIANO

61

OROLOGI

DI ALESSANDRO FIORENTINI



38



44

SOMMARIO



UDITO

62 ENRICO NIGIOTTI

DI DARIO MORCIANO
«Live nei teatri: che emozione!»

66 MUSICA

DI DARIO MORCIANO

67 HI-TECH

DI FRANCESCA COLELLO

68 MOTORI

DI ARTURO RIZZOLI

69 JOHN PETER SLOAN

Impara l'inglese
divertendoti

GUSTO

70 EREZ OHAYON

DI VIOLA PARENTELLI
«Il mio sogno? L'ho realizzato»

74 ECCELLENZE DEL TERRITORIO

DI JACOPO PASCONE
Delizie di stagione

76 LA RICETTA DEL MESE

78 LOCALI

DI FRANCESCA COLELLO



TATTO

84 MODA PRIMAVERA

DI VALERIA ONETO
Spunti di stile per la bella stagione

90 MODA DONNA

91 MODA UOMO

92 MODA BIMBI

OLFATTO

94 ROSSETTI

DI MARZIA CICCOLA
Sulla bocca di tutte

100 ECCELLENZE ITALIANE

DI MARZIA CICCOLA
Passioni di famiglia

102 BEAUTY LEI

DI MARZIA CICCOLA

104 BEAUTY LUI

DI MARZIA CICCOLA

.italo

Rivista mensile di bordo
Aprile 2020

EDITORE ITALO S.P.A.

Italo - Nuovo Trasporto Viaggiatori
Viale del Policlinico 149/b
00161 Roma
pubblicazione mensile reg. presso
il Tribunale Ordinario di Roma
n. 139/2017 del 7/09/2017

REALIZZAZIONE EDITORIALE

SPORT NETWORK SRL
Piazza Indipendenza 11/B, 00185 Roma

DIRETTORE EDITORIALE

Antonella Zivillica

DIRETTORE RESPONSABILE

Paolo Posteraro

COORDINAMENTO EDITORIALE

Andrea Brambilla

REDAZIONE ITALO

Ilenia Castri
ilenia.castri@ntvsipa.it

EDITING E IMPAGINAZIONE

Edipress Srl - Adversign Srl
www.edi-press.com
redazione@edi-press.com

Marta Centra, Stefano Cocci, Francesca Colello,
Silvia Doria, Alessandro Fiorentini,
Vincenzo Lo Presti, Dario Morciano,
Paola Papeschi, Viola Parentelli, Jacopo Pascone,
Giulia Rinaldi, Cosimo Santoro

OPINIONI DI

Alessandro Borghese,
Fabiana Giacomotti, Gianni Riotta

HANNO COLLABORATO

Livia Cardoni (Cover Story), Marzia Ciccola (Beauty),
Cristina Griner (Turismo), Valeria Oneto (Stylist),
Arturo Rizzoli (Motori), Roberta Vitale (Inglese)

PROGETTO GRAFICO

Likecube.it

FOTOGRAFIE

iStock, Fotolia, Getty Images

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA

PER LA PUBBLICITÀ

Sport Network Srl

Via Messina 38, 20154 Milano
Tel. 02/34962420

PREPRESS E STAMPA

Poligrafici il Borgo S.r.l.

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



4L COLLECTION

Roma

YOUR
Choice

4 | LEISURE
4 | BUSINESS
4 | MEETING
4 | EVENTS



WWW.4LCOLLECTION.COM

Follow our instagram account #4lcollection_roma

HOTEL DELLA CONCILIAZIONE - HOTEL DEGLI ARANCI - HOTEL VILLA GLORI - HOTEL AMERICAN PALACE - HOTEL SOLE ROMA - HOTEL CRISTOFORO COLOMBO
ORAZIO PALACE (NEXT OPENING)

UNA
VACANZA
PIEDS
DANS
L'EAU

Heritance Aarah. Uno dei migliori resort di lusso delle Maldive.



Svegliarsi cullati dalle onde del mare per poi immergersi tra le meraviglie sommerse di un atollo di rara bellezza, incontaminato e selvaggio. Benvenuti in uno dei migliori resort di lusso delle Maldive.

Sporting Vacanze. Passione in Viaggio.

MALDIVE • SRI LANKA • OMAN • EMIRATI ARABI



sportingvacanze.it

PARTNER OF
MILLEMIGLIA



SportingVacanze



LEZIONI ONLINE: MAGNIFICA OPPORTUNITÀ

Nel 2025 scuola e università online saranno un business enorme, 300 miliardi di euro l'anno. Per chi ricorda i primi giorni alle elementari, fiocco e panierino un tempo, tutine e giubbini adesso, è un bel salto pensare al computer come maestra e a un software come libro di testo. La recente chiusura delle aule, in tanti paesi del mondo, non ha però fermato i professori e gli studenti, che grazie all'e-learning hanno potuto continuare con le lezioni da casa. C'è chi non ama pensare al web come un liceo e si

“Una chance per i giovani che potranno accedere a università prestigiose, per i paesi poveri, per i lavoratori che hanno parte della giornata impegnata”

preoccupa che il calore umano degli insegnanti si perda. In realtà studiare online è magnifica opportunità, per i giovani che potranno accedere a università prestigiose prima riservate a pochi, per i paesi poveri, per i lavoratori che hanno parte della giornata impegnata. Si parla ormai di “life long learning”, imparare per tutta la vita in ogni professione, il direttore dell'Università Luiss, Gianni Lo Storto, preferisce dire “life large learning”, dovremo allargare la nostra coscienza sempre. Non perderemo i maestri dunque, ma permetteremo loro di portare cultura ovunque, e sarà un bene.



**Il mio piacere
quotidiano!
Caffè Aloia...
bontà e aroma**

Maria Mazza



Official sponsor - stagione 2019-20

Vi aspettiamo nei migliori supermercati www.caffealoia.it info@caffealoia.it  



FRA COLOR CHE SON SOSPESI (MA CONNESSI)

Cose che abbiamo fatto in queste settimane da adepti dei social network durante le quarantene sanitarie più o meno autoinflitte e/o dallo smart working forzato causa zona di residenza e a prescindere da quanto chiunque di noi abbia pensato delle misure adottate per contenere la diffusione del Covid-19. 1 - Vedere la nostra prima sfilata a porte chiuse via streaming (Giorgio Armani: un milione di accessi). 2 - Fare almeno tre riunioni quotidiane via Skype o diretta Facebook. 3 - Praticare yoga attraverso il link video inviato dalla nostra insegnante "per promuovere fiducia e benessere in questa fase di sospensione" (grazie Paola Ginevra). 4 - Scaricare tutti i meme e i post comici che ci sono stati inviati per tirarci su il morale, desolati com'eravamo dall'evidenza che la natura umana non cambia nel tempo e tende a reagire all'incertezza con il panico o, all'opposto, la paralisi. 5 - Fissare atterriti il moltiplicarsi del passato prossimo "annullato" nello spazio "oggetto" di quasi tutte le mail di invito e di convocazione a fiere, eventi, conferenze stampa, spettacoli, mostre che avevamo ricevuto nelle settimane precedenti. 6 - Compulsare il sito di Borsa Italiana (due volte al giorno). Cose che abbiamo imparato in queste stesse settimane da adepti dei social network eccetera. Una sola: Instagram, Facebook o Twitter hanno un senso solo se sorretti dalla realtà dello scambio vocale, fisico e del contatto. Controprova: gli influencer sono rimasti senza lavoro per settimane.



The company was founded in 1932 in Via Cola di Rienzo, the "mother" shop of the group. It is a true temple of Italian and international cuisines where you can find a whole host of Italian specialties, carefully selected by the Castroni family, which is today in its fourth generation.

L'azienda nasce nel 1932 in Via Cola di Rienzo, negozio "madre" del gruppo. È un vero tempio della gastronomia italiana e internazionale dove si possono trovare tantissime specialità regionali italiane, selezionate dalla famiglia Castroni che è giunta oggi alla 4ª generazione.

Vastissimo assortimento di tè da ogni parte del mondo, marmellate, spezie, sali, dolciumi, cioccolato, aceti balsamici, olii extra vergine, pasta e tanto altro.

Il fiore all'occhiello è ovviamente il caffè Castroni, da gustare nel bar interno insieme alla pasticceria di produzione propria.

Se vieni a Roma, la tappa alimentare è da Castroni!

...IN ROME
SINCE 1932
a Roma dal 1932



Castroni

WWW.CASTRONICOLADIRIENZOSHOP.IT

Via Cola di Rienzo 196 - Roma
Via Frattina 79 - Roma
Viale Marconi 100 - Roma



TUTELIAMO L'ITALIA E LA NOSTRA CUCINA

Oggi l'Italia vanta una tra le più ampie tradizioni enogastronomiche e la cucina più seguita, imitata e ricercata al mondo. L'eccellenza e la maestria dei nostri artigiani hanno fatto del Made in Italy un simbolo di qualità e stile. Un marchio che ha saputo rinnovarsi nel corso degli anni puntando su innovazione e design, integrandosi nel tessuto politico-economico dell'intero globo con un'eccezionale capacità di gareggiare e imporsi tra un'agguerrita concorrenza. Una competizione senza esclusione di colpi, un universo molto ampio che si cerca di limitare in una formula matematica, una classifica di valori dal verde al rosso, una sorta di semaforo che assegna un colore agli alimenti considerati più o meno dannosi per la salute in base al loro contenuto di grassi, zuccheri e sale. A prima vista un aiuto per il compratore finale. Ma analizzando meglio il Nutri-Score francese, troviamo tanti protagonisti della tradizione italiana al semaforo rosso, relegati agli ultimi posti. Un algoritmo che non tiene conto della quantità media di utilizzo degli alimenti e che per questo non permette la comparazione tra i diversi generi alimentari dove troviamo l'olio EVO italiano sotto le bibite gassate e cariche di aspartame. È importante dire no a questo pseudo sistema che genera, a livello di comunicazione, una discriminazione e confusione altissima nei confronti del cibo italiano. È fondamentale saper comunicare la nostra cucina. Tuteliamo il nostro Paese: il grande motore dell'economia mondiale.

L'editoriale di
PAOLO POSTERARO
DIRETTORE DI ITALO - I SENSI DEL VIAGGIO



TANTA VOGLIA DI NORMALITÀ

Nei giorni in cui si chiude questo numero di Italo. I sensi del viaggio, tutti noi stiamo vivendo la realtà, surreale e drammatica, della vita ai tempi del Coronavirus. Siamo chiusi in casa, usciamo il meno possibile, abbiamo azzerato le relazioni sociali. Qualcuno sta affrontando il dramma della malattia e persino della morte di un amico, di un familiare o anche solo di un conoscente. Tutti siamo grati a medici e infermieri per quello che stanno facendo. Tutti siamo impauriti, frastornati, increduli, smarriti. Le piccole e grandi cose, fino ad oggi date per scontate, improvvisamente sono venute meno, sono diventate un ricordo, un sogno, un'aspirazione. Gli abbracci, simbolo rassicurante di affetto e vicinanza, il paradigma del comportamento da evitare.

In questa ora tanto buia - per parafrasare il titolo di un bellissimo film di qualche anno fa - anche i viaggi in treno non sono più quel gesto semplice che erano prima della pandemia. Ma sperando che aprile segni il ritorno alla normalità e volendo tenere compagnia a quanti comunque si sposteranno con Italo, a quanti potranno regalarsi questo piccolo meraviglioso spazio di normalità, ecco puntuale il nostro magazine ad attendervi a bordo con tutti i soliti appuntamenti.

E allora anche questo mese vi saluto con un benaugurante Buona lettura e Buon viaggio!

Scendi a Roma Termini? Prenota il tuo scooter

Treno e Scooter è il servizio di noleggio scooter a Roma Termini in Piazza dei Cinquecento

APERTI 7 GIORNI SU 7

tel. +39 349 416 9730

tel. +39 342 769 3291

info@trenoescooter.com

Prenota sul sito

rent.trenoescooter.com



prezzi a partire da

18,00€

per due persone



-10%

sulle tariffe
presentando il
biglietto del treno



Abbonamenti per chi
viaggia per lavoro



Tutti gli scooter hanno
il porta-smartphone
con la presa USB



35 anni

di esperienza nel
noleggio scooter

COVER STORY

PASQUA

Festa italiana

La Pasqua segna un momento di rinascita, celebra la vita. La primavera fa capolino tra le strade, mentre gli italiani si armano di ricettario e di uova di cioccolato. Ognuno con le proprie tradizioni

DI LIVIA CARDONI



Uova dipinte
e di cioccolato, agnello
e colomba pasquale,
ma anche decine di piatti
tipici nella variegata
tradizione della
Pasqua italiana.



N

ella nostra Italia la Pasqua è tra le feste più sentite e celebrate. Da Nord a Sud, manifestazioni, antiche processioni e rappresentazioni segnano momenti di condivisione che si ripetono in famiglia e a tavola con squisitezze e sorprese per la gioia dei più piccoli.

“Passaggio”. È questo il significato di Pasqua, parola che deriva dal greco “pascha” e dall’aramaico “pasah”, che vuol dire: passare oltre. Se gli ebrei ricordano la traversata del mar Rosso e la liberazione dalla schiavitù d’Egitto, per i cristiani è la festa del passaggio dalla morte alla vita di Gesù. La Pasqua è, infatti, la più solenne festa religiosa e nell’immaginario comune è associata alla rinascita, al momento gioioso che segna il passaggio dall’inverno, o meglio dal riposo dei campi, alla primavera, il momento della semina. Ecco perché viene accolta con grande gioia e porta con sé cambiamenti positivi,

nei colori, nelle temperature, e non solo. La data della Pasqua è mobile ed è legata al plenilunio di primavera, si celebra infatti la domenica successiva all’equinozio, e sono tanti i simboli legati a questa festività. Primo fra tutti, l’agnello. La tradizione di consumare l’agnello per Pasqua è certamente la più antica e quella più legata alla religiosità. Risale a quando Dio, annunciando la liberazione al popolo di Israele, ordinò che si marcassero le porte con sangue d’agnello per distinguerle dalle altre. Con il cristianesimo, l’agnello immolato diventa simbolo di sacrificio e redenzione.

Un altro emblema di questa festività sono le uova, che portano con sé il messaggio e la speranza di una nuova vita. Decorato, disegnato, dipinto, in cioccolato o cartapesta, è il simbolo della vita che nasce e trasmette l’allegria delle giornate di festa. Lo scambio delle uova è un gesto



Le uova si possono decorare, pagina accanto, ma anche nascondere per una caccia al tesoro o giocarci, come si fa in Friuli o in Emilia-Romagna. La tradizione di quelle al cioccolato, a lato, risale invece al 1800, anche se non ha origini certe.



che risale all'antichità. I primi cristiani le dipingevano di rosso per ricordare la passione di Cristo, mentre dal Medioevo cominciò a diffondersi l'usanza di decorarle avvolgendole con foglie e fiori, mentre gli aristocratici cominciarono a commissionarne di argento, platino o oro. L'idea del dono celato all'interno è nata invece in Russia, con lo zar Alessandro III, che ne commissionò uno al celebre orafo Fabergé e dal primo uovo "matrioska" è nata un'intera collezione di 52 preziosissimi esemplari e una lunga tradizione di uova con sorpresa che i bambini, oggi, aspettano colmi di felicità. Quella ben più golosa, invece, delle uova di cioccolato è un'usanza che non ha origini certe: c'è chi

Ogni cucina offre piatti deliziosi, nati per rompere il digiuno quaresimale

dice sia stata un'idea di Luigi XIV, chi invece l'attribuisce all'arte cioccolatiera dei piemontesi; fatto sta che l'usanza si era già affermata nel XIX secolo.

Indiscusse protagoniste della Pasqua, le uova non possono mancare sulle tavole e nelle case. Decorarle è molto semplice ed è un'attività che coinvolge da sempre grandi e bambini. Durante l'ebollizione si aggiungono all'acqua coloranti alimentari o naturali (come curcuma, spinaci, paprika, caffè) oppure possono essere dipinte con pennarelli o tempere.

Con le uova in Italia si gioca anche, perché nel Belpaese non esiste solo la caccia alle uova, che pur fa divertire i bambini all'aria aperta o in casa. Famoso a Civi-

L'arte culinaria regionale supera se stessa a suon di casatiello per la Campania, sopra a sinistra, e Buchteln per Trieste, sopra.

COVER STORY PASQUA

SEMPLICISSIME DA PREPARARE

Uova ripiene



Per la maionese, versate 2 tuorli in una ciotola e insaporite con sale e pepe. Versate l'olio a goccia a goccia, alternando quello d'oliva e quello di semi, mescolando con la frusta. Appena la salsa inizia ad addensarsi, diluitela con qualche goccia di succo di limone e proseguite alternando olio e limone, fino ad aver incorporato il succo di 1 limone e 200 ml d'olio (metà extravergine d'oliva e metà di semi). Quando la salsa è ben montata, trasferitela in una sacca da pasticceria. In un tegame con acqua bollente, fate rassodare 8 uova per 8 minuti. Poi sgusciatele, dividetele a metà e privatele dei tuorli. Farcitele con la maionese, aiutandovi con la sacca da pasticceria e decoratele secondo il vostro gusto, potete scegliere caviale nero e rosso oppure un'acciuga sott'olio o, ancora, più semplicemente, erba cipollina a tocchetti.

UN CLASSICO

Torta Pasqualina

GLI INGREDIENTI
PER 6 PERSONE

- pasta brisée **2 dischi**;
- bietole **600 g**;
- ricotta di pecora **400 g**;
- formaggio grattugiato **50 g**;
- uova **7 intere**;
- olio extravergine d'oliva;
- sale;
- pepe.



LAVATE le bietole e lessatele per 5 minuti in poca acqua bollente salata. Scolatele, strizzatele e tritatele. Scaldare in padella 2 cucchiaini di olio e rosolate le bietole per 2 minuti. Trasferitele in una ciotola, unite la ricotta, il formaggio grattugiato e il pepe. Foderate una tortiera rotonda, da 26 cm, con un disco di pasta brisée, lasciando debordare l'eccesso di pasta. Versate il composto di ricotta e bietole sopra la pasta e livel-

late con cura. Aiutandovi con un cucchiaino, formate 6 fossette nel composto e rompeteci dentro 6 uova. Coprite con il secondo disco di pasta, appoggiandolo molto delicatamente, quindi arrotolate su se stessa la pasta che sporge, per creare il bordo della torta. Sbattete leggermente l'uovo rimasto e usatelo per spennellare la superficie. Mettete nel forno già caldo a 190°C per circa 45 minuti. Potete servire la torta calda oppure fredda.



dale del Friuli, in provincia di Udine, è il “Gioco del Truc”, grande protagonista di Pasqua e Pasquetta sin dal XVIII secolo: si fanno scendere le uova sode colorate in un catino di sabbia digradante, con l'intento di toccare le uova avversarie, in una vera sfida con tanto di premio finale. A Fiorenzuola d'Adda, in provincia di Piacenza, si gioca invece a “Pont e Cul”: armati di uovo sodo, gli sfidanti cercano di colpire la punta e la base dell'uovo avversario senza rompere il proprio.

Ancora uova protagoniste a Forlì, con il Palio dell'uovo, e nelle Langhe, dove la tradizione vuole che, con il Cantè j'Euv, la “questua delle uova”, gruppi di musicisti e cantori intonino canzoni da-

I numerosi eventi religiosi restano il fulcro di questa festa nel nostro Paese

vanti alla porta delle case e ricevano in cambio un dono, che tradizionalmente prevedeva uova da conservare per la Pasquetta. Antichissimo – risale alla prima crociata – anche il tradizionale Scoppio

del Carro, che si tiene il giorno di Pasqua a Firenze. Il carro decorato, detto “Brindellone”, con una torre alta 2 o 3 piani, viene trainato da due buoi ornati con ghirlande in giro per le strade di Firenze e viene portato in Piazza Duomo, dove viene fatto scoppiare dando vita

a giochi di luce e fuochi d'artificio portatori di fortuna e prosperità.

Atmosfere devozionali, suggestive in egual misura, aleggiano in molte altre località italiane, dove si svolgono le tradi-

La Processione dei Misteri di Taranto. Tutti i riti della Settimana Santa, molto sentiti in Puglia e nel Sud Italia, si diffusero con la dominazione spagnola, nel XVI secolo.

SBUCCIATE le patate, tagliate a fettine e poi sbollentatele per 3 minuti in acqua salata. In una padella, scaldate il burro e fate insaporire la cipolla tritata, quindi aggiungete le patate ben scolate e fatele dorare a fuoco vivo. In una ciotola a parte, sbattete le uova con la panna, unite l'emmentaler a dadini, la cipolla e le patate, quindi insaporite con il timo e la maggiorana tritati, sale e pepe. Stendete la pasta brisée e, aiutandovi con un coppapasta, ricavate 4 cerchi della misura dei vostri stampi. Rivestite gli stampi con carta da forno, disponete la pasta brisée e poi bucherellatela con una forchetta. Versate un cucchiaio del composto di patate in ogni stampo, avendo cura di livellarlo. Infornate a 180°C per circa 20 minuti. Poi, togliete le quiche dal forno, fatele intiepidire e sfornatele. Servitele calde oppure tiepide.

MINI CREAZIONI

Piccole quiche con patate e formaggio

GLI INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- pasta brisée **1 rotolo**;
- emmentaler **100 g**;
- panna fresca **100 ml**;
- uova **2 intere**;
- patate novelle **300 g**;
- cipolla **1**;
- burro **1 cucchiaio**;
- timo;
- maggiorana;
- sale;
- pepe.

PREPARAZIONE: 15 MIN
COTTURA: 30 MIN



SUPER SAPORITA

Torta con patate e cipollotti al profumo di timo

GLI INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- pasta brisée **1 rotolo**;
- yogurt naturale **200 ml**;
- patate **4 medie**;
- cipollotti **6**;
- formaggio grattugiato **50 g**;
- olio extravergine d'oliva;
- timo;
- erba cipollina;
- sale;
- pepe.

PREPARAZIONE: 20 MIN
COTTURA: 75 MIN



LAVATE le patate e poi lessatele in acqua salata per 35 minuti circa. Passatele quindi allo schiacciapatate. Mondate i cipollotti e affettate finemente la parte bianca, poi trasferiteli in un tegame con poco olio e sale e cuocete per 3 minuti. In una ciotola capiente, versate il purè di patate, unite i tuorli d'uovo, lo yogurt, il formaggio grattugiato, l'erba cipollina e il timo tritati, i cipollotti ormai freddi e insaporite con noce moscata, sale e pepe. Poi, mescolate con cura per amalgamare gli ingredienti. A parte, montate gli albumi e incorporateli al composto. Foderate una teglia con carta da forno e adagiatevi la pasta brisée, coprite quindi con il composto di cipollotti, uova e patate. Poi, infornate a 200°C per 40 minuti circa, quando la torta salata è cotta, decoratela con qualche anello di cipollotto crudo e servitela subito.



A sinistra, lo Scoppio del Carro, che si tiene a Firenze in Piazza del Duomo, a Pasqua. Il "Brindellone" ha origini antichissime e ancora oggi costituisce il rito pasquale per eccellenza nel capoluogo toscano.



Un momento della processione di Nocera Terinese, in provincia di Catanzaro: il rito dei "Vattienti". Si tratta di un rituale penitenziale che ancora oggi viene messo in atto con grande devozione.

zionali processioni della Settimana Santa. Campania, Puglia, Sicilia e Calabria sono sicuramente le regioni dove le feste religiose sono più diffuse. Basta affidarsi alle parole di Leonardo Sciascia per comprenderne il senso profondo: sono un'esplosione esistenziale collettiva, il cui confine non può "essere segnato in alcun modo dal perimetro religioso". Da Taranto a Nocera Terinese (Catanzaro), da San Marco in Lamis (Foggia) a Gallipoli, e poi Trapani, Enna, continuando con la suggestiva processione di Procida e la via Crucis di Foro d'Ischia. Un patrimonio inestimabile che le popolazioni si impegnano a rispettare e tramandare. Nell'Italia meridionale, poi, è d'uso far bruciare la "Caremma", il fantoccio di un'anziana posizionato su balconi e terrazze per tutta la Quaresima, che si fa scoppiare il giorno di Pasqua in un rito propiziatorio. E poi c'è il ventaglio di piatti tipici pa-

squali, talmente vasto e variegato da rendere impossibile esaurire un elenco, e parlare solo di colomba pasquale è limitativo. In cima alla classifica non deve mancare il casatiello, né la pastiera napoletana. La colazione di Pasqua, che segna la fine del digiuno quaresimale, non può certo risparmiarsi in fantasia e calorie. A Milano il digiuno si rompe con il Pan de mej, il pane di miglio, e a Trieste con i Buchteln, focaccine dolci di pasta lievitata. E si prosegue con la Crescia valdostana, le Persi al furn piemontesi, la Torta pasqualina ligure, la Cuddura, tipico pane con uova sode incastonate, diffuso in tutta l'Italia meridionale. La tradizione, impalpabile e inestimabile ricchezza del nostro Paese, insegna ancora una volta che anche con ingredienti semplici – uova, farina, una canzone – è possibile far festa e credere in una nuova, prossima, attesissima rinascita.



PROGETTO MANIFATTURA



TRENTINOSVILUPPO
IMPRESA INNOVAZIONE MARKETING TERRITORIALE

A Rovereto, in Trentino, l'ambiente naturale dell'impresa

Saranno inaugurati a fine settembre i nuovi spazi "Be Factory" in Progetto Manifattura, uno dei più grandi incubatori d'Europa per startup dedicate alla green economy e business park per imprese mature. Situato in una posizione strategica che collega il Mediterraneo all'Europa continentale grazie alla ferrovia e all'autostrada del Brennero, l'hub sorge su una superficie di circa 9 ettari nell'ex Manifattura Tabacchi di Rovereto, chiusa nei primi anni duemila dopo oltre 150 anni di attività e poi acquisita da Trentino Sviluppo, controllata della Provincia autonoma di Trento per lo sviluppo del territorio. Il compendio è oggi un incubatore certificato, al cui interno convivono una cinquantina di realtà per un totale di 205 addetti. Tra queste piccole e medie imprese, gruppi strutturati e startup, ma anche fablab, centri di ricerca come il Centro interdipartimentale mente-cervello, il Centro di Ricerca Sport Montagna e Salute, Microsoft COSBI e Habitech, primo distretto italiano per l'energia e l'ambiente.

Progetto Manifattura è anche sede di un innovativo percorso universitario dedicato agli sport di montagna cogestito dagli atenei di Trento e Verona. A muovere l'hub è la necessità di creare un'economia resiliente, capace di affrontare le sfide derivanti dalla scarsità di materie prime, dal cambiamento climatico e dalle trasformazioni dei modelli di sviluppo industriale secondo i principi del riuso, del riciclo e del redesign. Tradizionalmente vocato ai settori delle clean technology e delle energie rinnovabili, negli

ultimi anni il polo ha ampliato i propri ambiti di attività, andando a comprendere lo smart building, la mobilità sostenibile, i servizi per il monitoraggio dell'ambiente, la qualità della vita, le biotecnologie e l'industria dello sport. I 25 mila mq di nuovi spazi disponibili – produttivi e ad uso ufficio – sono disegnati dall'archistar giapponese Kengo Kuma. Moderni e sostenibili, fanno ampio uso di materiali naturali come il legno, sono certificati Leed e si collegano al centro storico di Rovereto tramite il tetto verde più grande d'Italia.

www.befactory.progettomanifattura.it



Dal mondo



UPY Behaviour - Winner
'Octopus Training' - Pasquale Vassallo

Il bello e il brutto dei nostri mari

Gli scatti del fotografo e biologo napoletano Pasquale Vassallo premiati all'Underwater Photographer of the Year

Possono essere diversi i modi per sensibilizzare a un rapporto più sano e sostenibile con la natura. Uno di questi è far conoscere la situazione dei nostri mari, i rifiuti presenti e le sofferenze patite dai suoi abitanti. Anche attraverso splendidi scatti, come quelli del fotografo e biologo campano Pasquale Vassallo che ha trionfato in ben due categorie del concorso Underwater Photographer of the Year 2020. Nella categoria "conservazione marina" ha vinto con Last Dawn, Last Gasp, una fotografia che "cattura" un tonno imprigionato in una rete da pesca al largo di Napoli; mentre, nella categoria "comportamento", è stato premiato per la fotografia Octopus Training che ritrae un polpo al di sotto di un pallone di cuoio che galleggia nelle acque del mare, pochi istanti prima che scappasse via. Riconoscimenti ottenuti in uno dei concorsi di fotografia subacquea tra i più prestigiosi al mondo.

SMART CITY INDEX 2020

In Italia città più sostenibili

«Da diversi anni le città nel nostro Paese si stanno evolvendo in maniera sensibile verso la sostenibilità». Andrea D'Acunto, Mediterranean Government and Public Sector Leader di EY, commenta così i dati dello Smart City Index 2020 di EY. La quinta edizione ha analizzato 109 città capoluogo italiane, classificando il loro sviluppo in termini di reti e infrastrutture e misurando la loro capacità di innovare e offrire servizi di qualità ai cittadini con un focus particolare sulla sostenibilità urbana. La corona di città più sostenibile d'Italia va a Trento - al top per trasporti, energia e ambiente - seguita da Torino e Bologna. Il report evidenzia come le città siano sempre più sostenibili anche se aumenta il divario tra Nord e Sud. I numeri raccontano di tre città metropolitane nella top 5, 12 città medie nella top 20 con Milano (quinta) prima per mobilità condivisa.

www.ey.com



Trento, sopra, è la città più sostenibile d'Italia secondo lo Smart City Index 2020 di EY seguita da Torino, sotto a sinistra, e Bologna, sotto a destra.



LO STUDIO

La prima colazione una sana abitudine

La colazione, una "sana" abitudine. Come confermato anche dallo studio tedesco apparso sul "Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism" che afferma come una buona colazione contribuisca a bruciare calorie e a migliorare il metabolismo. Tanti sottostimano l'importanza di questo pasto, ribadita da una ricerca dell'Osservatorio Doxa/UnionFood "Io Comincio Bene". «È un momento importante per sincronizzare il nostro orologio biologico», parola del professor Luca Piretta, nutrizionista e gastroenterologo.



DANILO DONZELLI PHOTOGRAPHY

A NAPOLI

Spazio "Shell": per un "sì" d'artista

A Napoli, sulla spiaggia di Bacoli, c'è un nuovo spazio firmato dall'artista Eugenio Tibaldi, denominato "Shell", dove è possibile pronunciare il fatidico "sì". In riva al mare, tra ambienti sofisticati e cucina stellata, una location di grande

suggerione che inaugura un nuovo concetto di luxury beach wedding. Acciaio, legno, vetro e tela in PVC sono i materiali utilizzati per la realizzazione dell'opera che si estende sulla spiaggia per oltre 300 mq, come una gigantesca conchiglia.

QS RANKING 2020

La classifica delle migliori università: in Italia crescono gli atenei nelle top 10

L'università italiana cresce e a certificarlo è la classifica World University Rankings 2020 redatta, come ogni anno, dall'agenzia britannica Qs che promuove otto dipartimenti nella top 10 di settore, due in più rispetto all'anno scorso. In totale sono 47 le università italiane a essere menzionate nel ranking con il Politecnico di Milano che ha fatto registrare un vero e proprio exploit: 7° posto tra le migliori 10 facoltà

al mondo di Architettura, 6° per Arte e Design, 7° per Ingegneria civile e strutturale e 9° per Ingegneria meccanica, aeronautica e industriale. Nella top 10 di Business e Management non poteva mancare la Bocconi di Milano (7° posto) e nelle discipline umanistiche la Normale di Pisa (8°). Qs ha poi incoronato il Mit di Boston come miglior ateneo al mondo, subito dopo arrivano Stanford e Harvard.



La Normale di Pisa (8°) è tra le migliori università in campo umanistico secondo il Qs Ranking 2020.



*«È la nostra luce, non
la nostra ombra, quella che
ci spaventa di più.»*

- Nelson Mandela -

CAMPING.INFO AWARD

Due campeggi italiani in top 10

È considerata da molti il punto di riferimento nel mondo del campeggio e, nel 2020, la classifica di Camping.info ha regalato due gioie all'Italia. Si tratta del 4 stelle Schlosshof di Lana (BZ), al 5° posto, e dal Camping Village Marina di Venezia sull'isola del Cavallino, al 7°. Due ottime strutture che si posizionano in una top ten dominata da Germania e Austria. I due camping sono stati inseriti nella camping.info Award 2020 (che segnala i migliori 100 d'Europa) dopo aver analizzato le oltre 190 mila valutazioni dei 150 mila utenti.

IN NORVEGIA

Un museo per le balene



Per gli appassionati di cetacei di tutto il mondo è iniziato il conto alla rovescia: si parla del 2022 per l'apertura in Norvegia del primo museo subacqueo in cui osservare le balene libere. The Whale, questo il nome del museo la cui struttura architettonica ricorda una grande coda di balena che esce dall'acqua, si trova nella città di Andenes, sull'isola di Andøya, in un piccolo arcipelago sulla costa settentrionale della Norvegia.

6 APRILE

Il CIO celebra lo sport



Il potere dello sport nello sviluppo di un mondo migliore e per evidenziare l'importanza del movimento come catalizzatore per il cambiamento sociale in tutti gli angoli del mondo. È in questo modo, e per questi motivi, che il CIO ha ideato la Giornata Internazionale dello Sport per lo Sviluppo e la Pace (IDSDP). La data, il 6 aprile, non è casuale perché ricorda l'inizio dei primi Giochi Olimpici del 1896. L'iniziativa, condivisa con l'ONU, sottolinea ancora una volta l'importanza dello sport nello sviluppo fisico, educativo e sociale.

I.P. INTELLIGENZA ARTIFICIALE IN CAMPO SANITARIO

IWS, azienda di Business and Technology Consulting, si distingue nella strategia

IWS Consulting, azienda giovane e dinamica che opera con successo nel mercato dell'ICT, è all'avanguardia negli investimenti in Machine Learning e Intelligenza Artificiale – ci dice l'AD Ettore Sangermano – non tralasciando di valorizzare al meglio persone e business. Di seguito, il General Manager Andrea Capitani ci spiega l'applicabilità sui progetti dedicati al pharma e sanità.

L'intelligenza artificiale è applicabile in campo medico?

«Sì, assolutamente, anzi credo che il campo sanitario sia tra i più interessanti non solo per la complessità ma anche per i risvolti etici che lo stesso può avere. Ad oggi sono già molte le applicazioni: dalle identificazioni di tumori, al loro trattamento, alle identificazioni di rischi primari e secondari ma anche la telemedicina».

Quale la nuova sfida per la sanità?

«Il sistema sanitario nazionale italiano è un vanto a livello internazionale, oggi è messo a dura prova dai conti pubblici, da una crisi che continua. Per riuscire a mantenere un sistema eccellente con risorse ridotte è necessario ottimizzare, tagliare gli sprechi, velocizzare i processi, rendere tutto più snello al fine di adattarsi alle necessità dei pazienti e contemporaneamente alle esigenze del personale ospedaliero. In due parole: machine learning».

Una sfida immediata? Che cosa bolle nella vostra pentola?

«Molto. Parliamo di Triage e gestione di posti letto. In parte sembra una vision quasi futuristica, ma è il presente: immaginate di arrivare al pronto soccorso ed essere presi in carico immediatamente o di avere uno screening completo nel giro di pochissimo tempo; il dottore vie-



ne aiutato dalle macchine per escludere possibili rischi eventualmente legati alla nostra particolare ed unica condizione fisica. Lo fa come se ci avesse sempre seguito e sempre conosciuto. Di più. Se fosse necessario il ricovero, la ricerca del posto letto sarà istantanea e non richiederà lunghe attese. Il computer identificherà immediatamente dove saremo dislocati ed avrà già pianificato la presenza di un'autoambulanza per il possibile trasferimento. Tutto questo solo ed unicamente con un uso saggio e concreto dei dati che gli ospedali hanno oggi a disposizione. L'intelligenza artificiale, nella declinazione del Machine Learning (ovvero macchine in grado di apprendere da sole sulla base di risultati pregressi), è lo strumento che meglio permette di prevedere le future necessità, il numero di persone al pronto soccorso, il tipo di casi unendoli con la storia personale di ognuno di noi così da dare risposte puntuali e su misura. Minimizzare gli errori, migliorare il servizio, annullare gli sprechi».

E le epidemie?

«Vorrei essere ottimista: debellate! Forse troppo, ma l'intelligenza artificiale ci può davvero aiutare molto. Parto da questa osservazione, oggi le categorie a rischio sono gli anziani e i bambini. Categorie molto generiche, molto ampie, tutelarle completamente è costoso ma anche difficile. Ma la domanda che ci dovremmo porre è: chi stiamo lasciando indietro? Quali categorie stiamo dimenticando? L'intelligenza artificiale ci può aiutare non solo ad escludere le fasce più robuste tra quelle a rischio, ma anche ad identificare quasi puntualmente le persone che potrebbero avere bisogno di aiuto farmacologico ancora prima dello scoppio di un'epidemia».



INCONTRI SPECIALI

Animali selvatici e dove trovarli

Osservare gli animali selvatici nel loro habitat naturale è un'esperienza che vale la pena regalarsi. Il motore di ricerca Kayak.it ha selezionato 5 luoghi dove gli animali sono la vera attrazione. Dagli orsi polari di Churchill (Canada) alle tartarughe ecuadoregne delle Isole Galapagos. Merita una visita il Parco Nazionale del Serengeti (Tanzania) con i suoi grandi gruppi di animali come antilopi, giraffe e zebre, la Costa di Ningaloo (Australia) per nuotare accanto agli squali balena e il Parco nazionale dei vulcani in Ruanda, qui si trovano molti gorilla di montagna. Anche in Italia non mancano "incontri" speciali come quello che si può fare a Comacchio, sul Delta del Po, dove nidificano 14 mila fenicotteri rosa oppure sulle Alpi Orobie, casa del Re delle Alpi, lo stambecco.



LA CLASSIFICA

Quando il cocktail diventa social: la top 10 dei più popolari su Instagram

Anche i cocktail ormai sono sempre più social, soprattutto in vacanza. Assaggiare un drink tipico (e immortalarlo) è spesso un must per molti viaggiatori e Holidu, motore di ricerca per case vacanza, ha stilato una classifica di quelli più popolari sui Instagram, abbinati al loro luogo d'origine così da sapere precisamente dove provare quelli "originali". Il più instagrammato, con oltre 5 milioni e mezzo di hashtag, è il Mojito. Originario de l'Havana, ha iniziato la sua scalata

a partire dagli anni '30 e i suoi ingredienti tradizionali sono rum bianco, zucchero di canna, lime, menta e acqua di Seltz. Il podio è completato dalla tipica Sangria spagnola e dal Gin Tonic. Nella classifica figurano anche gli "italiani" Aperol Spritz - sesto subito dopo la Piña Colada e il Bloody Mary - e Negroni, in chiusura di top 10. Prima del drink creato dal conte Camillo Negroni, gli hashtag incoronano Michelada (Messico) Caipirinha (Brasile) e Moscow Mule (Stati Uniti).

189.032 MATTONCINI DI PASSIONE

Lego realizza una Fiat 500

Intramontabile icona del Made in Italy, la Fiat 500 ora diventa anche Lego. Il modello dell'auto in scala 1:1, con volante originale, è stato presentato allo Spazio MRF Mirafiori a Torino ed è il frutto di 830 ore di lavoro, realizzato con 189.032 mattoncini Lego e dal peso di 400kg.

«È per noi motivo di grande orgoglio che Lego abbia scelto la Fiat 500 per la sua scultura», ha dichiarato Cristiano Fiorio di Fiat Chrysler Automobiles. La riproduzione nei prossimi mesi sarà in tour nei Lego Store.



IL SONDAGGIO

Il compagno di viaggio ideale?

In un periodo in cui pensare a una vacanza sembra quasi un sogno, si può però fantasticare sul compagno di viaggio ideale. Il tour operator SpeedDate.it, indagando su un campione di circa 2 mila persone, ha scoperto che, per il 25% degli italiani, la qualità che non deve mancare in un compagno di viaggio è la solarità, seguita dall'educazione (16%) e dall'apertura culturale e mentale (14%). «In vacanza si desidera staccare la spina, trascorrere del tempo con delle persone scontrose o maleducate non aiuterebbe a liberarsi dalle negatività», ha detto il fondatore Giuseppe Gambardella.



PER EARTH ALLIANCE

Fiat 500 elettrica, le one-off di Armani, Bulgari e Kartell all'asta



Armani, Bulgari e Kartell, tre icone dello stile Made in Italy, hanno firmato un modello one-off ciascuna della nuova Fiat 500 elettrica, altro pezzo di storia italiana. Esemplari unici che fanno parte di un progetto importante che sostiene Earth Alliance, l'organizzazione non profit fondata da Leonardo DiCaprio che da sempre combatte in prima linea il cambiamento climatico e gli effetti devastanti sulla biodiversità in tutto il mondo. Proprio per questo le tre Fiat 500 realizzate da Armani (nella foto), Bulgari e Kartell

verranno messe all'asta per raccogliere fondi. Il modello di Armani celebra stile, creatività e artigianalità e soprattutto la sua realizzazione sposa in pieno i principi di sostenibilità. Al resto ci ha pensato "Re Giorgio" partendo dal colore "greygreen effetto seta" e la carrozzeria che, grazie a innovative tecnologie, aiutano a purificare l'aria. Gli interni sono in pelle naturale di origine controllata, tessuto in lana e legno rigenerato. Tutto con uno sguardo all'ambiente e un tocco di inconfondibile stile Made in Italy.



A TAVOLA

Per le difese immunitarie

Secondo gli esperti esistono degli alimenti che più di altri possono correre in aiuto al sistema immunitario. Qualche esempio? Aglio, l'alicina lo rende un antibiotico, antimicrobico e antifungino naturale; e funghi, ricchi di selenio (antiossidante) e di betaglucani (immunostimolanti). Non manca qualcosa di più dolce come il cioccolato fondente che contiene zinco e aiuta il sistema immunitario, e il miele, ottimo disinfettante del cavo orale.

PREDATORS OF THE HEART

Negli Stati Uniti per giocare con i lupi

Il parco Predators of the Heart, che si trova in una riserva naturale di 10 acri ad Anacortes, tra le imponenti foreste dell'isola di Fidalgo, a metà strada tra Seattle e Vancouver, propone la "Wolf Encounter Experience": un'esperienza unica da vivere con lupi mansueti che si muovono liberamente nel parco e con cui è possibile giocare e scattarsi foto.



REGINA VIARUM

Da Roma a Brindisi lungo l'Appia Antica

«Il ritorno della grande diagonale del Mediterraneo, un milione di passi da Roma a Brindisi che dopo decenni di oblio ritornano percorribili restituendo finalmente alla res publica un bene dimenticato». Con queste parole il regista Alessandro Scillitani ha aperto la presentazione ufficiale del progetto (voluta e finanziata con circa 20 milioni dal Mibact) "Appia Regina Viarum". Si tratta del primo cammino laico al mondo ed è diviso in 29 tappe per 360 miglia totali, circa 600 km. L'iniziativa è

nata seguendo il cammino fatto nel 2015 dal giornalista Paolo Rumiz lungo l'antica e storica via consolare romana. «Il nostro viaggio ha cambiato la realtà - ha detto Rumiz - facendo nascere articoli, film, libri e sprigionando una potente energia civica che sarà un grande elemento di unità di questa operazione di democrazia diretta che permetterà di vivificare un percorso straordinario, fatto di storia, civiltà, cultura e archeologia». www.camminodellappia.it



IL COMPLEANNO

Samsonite, 110 anni tra innovazione, stile e grande funzionalità

Dal 1910, quando Jesse Shwayder la fondò, a oggi, Samsonite ha sempre lavorato per soddisfare le esigenze dei viaggiatori offrendo soluzioni all'avanguardia per stile e funzionalità. Lo scorso mese, l'azienda leader nel settore della valigeria ha celebrato 110 di storia e di innovazione. Durante il suo viaggio, Samsonite ha raggiunto degli importanti primati come l'intuizione del sistema di chiusura a tre punti con la Oyster del 1986 (nella foto). Una spinta che dopo 110 anni non si è assopita e oggi l'azienda continua nei suoi progetti all'avanguardia che guardano alla sostenibilità.



IL REPORT

Il mercato del lavoro nel 2019 secondo InfoJobs



Se il lavoro nobilita l'uomo, l'Osservatorio sul Mercato del Lavoro 2019 di InfoJobs ci aiuta a capire quanto e soprattutto dove. La piattaforma di recruiting ha pubblicato l'annuale ricerca che analizza i settori e le professioni più attive sul mercato del lavoro. Il risultato è una mappa completa dell'Italia delle professioni e del lavoro reale - come dichiara Filippo Saini, Head of Job di InfoJobs -. Con quasi mezzo milione di offerte pubblicate sulla nostra piattaforma possiamo dare un punto di vista privilegiato sul mercato del lavoro nel nostro Paese, che si è rivelato vivace soprattutto al Centro-Nord e nei settori del Terziario, della Produzione Industriale e dell'ICT». I numeri portano in cima alle regioni per offerte di lavoro la Lombardia (circa il 34,5% del totale) con Milano che si conferma la città più attiva. Seguono poi Emilia-Romagna (15,4%), Veneto (14,2%), Piemonte (8,1%) e Lazio (6,5%) con Abruzzo (+23,2%) e Friuli-Venezia Giulia (+11,4%) le regioni più in crescita. Il report aggiunge che i settori più attivi del 2019 sono stati Terziario e Servizi alle Imprese (30%) e Produzione Industriale con particolare riferimento all'industria 4.0, mentre il podio delle professioni più richieste è così composto: addetti alle pulizie, logistica e vendite.



TRA ANTICO E MODERNO

La collaborazione per Volterra 2021

In occasione della candidatura di Volterra a Capitale Italiana della Cultura 2021 sarà avviata una collaborazione con l'Istituto Europeo di Design. Volterra è conosciuta come "la città della pietra" anche per la sua grande tradizione nell'artigianato. Sono passati oltre duemila anni da quando gli Etruschi lavorarono per la prima volta l'alabastro, ma ancora oggi questa antica pietra gessosa caratterizza questo luogo e ne racconta la cultura e la storia. Ed è da qui che nasce questa partnership che prevede per il prossimo anno il lavoro congiunto di 21 designer internazionali e 21 artigiani locali. Dall'incontro nasceranno prodotti ad hoc frutto del dialogo tra tradizione e contemporaneità che saranno visibili in una grande esposizione (realizzata con il coordinamento artistico di Luisa Bocchietto - Istituto Europeo di Design di Firenze) che inaugurerà il rinnovato Museo dell'Alabastro. volterra2021.it



SUBITO.IT

Ecco le parole più cercate sul web

Cosa cercano gli italiani sul web? Secondo una ricerca del sito Subito.it, nel 2019, in cima ai desideri c'era la tecnologia e la mobilità. Da un'analisi delle oltre 3 miliardi di ricerche effettuate sul sito, è emerso che gli italiani hanno digitato più di ogni altra cosa la parola iPhone. Le preferenze si sono spostate poi sui motori con Vespa e Fiat Panda, che ha superato dopo anni la concorrenza della Golf (6a). Ai piedi del podio si "entra in casa" con la parola appartamento che ha preceduto cucina, ormai in grande ascesa. In coda si sono posizionate badante, camper, autista e PS4.



MASTER ONLINE

Distance learning, il Politecnico di Milano tra i migliori 10 corsi al mondo

Le università online non sono più una novità. La novità, invece, è che il Politecnico di Milano è stato inserito nell'FT Online MBA 2020 Ranking del Financial Times, ovvero tra i migliori programmi in distance learning. L'ateneo milanese - l'unico italiano presente - ha conquistato la top 10 con l'International Flex MBA della School of Management. «In un momento in cui tanto si parla della

necessità di accedere da remoto alla didattica, come approccio innovativo, flessibile e inclusivo, non come risposta a un'emergenza, la School of Management del Politecnico di Milano dimostra ancora una volta di avere perseguito questa strada da tempo e con risultati eccellenti», commentano Federico Frattini e Vittorio Chiesa, Dean e Presidente del MIP. www.som.polimi.it

TOUR CULTURALI

Dagli Uffizi al Louvre, i musei più belli del mondo "da visitare" da casa

La recente emergenza sanitaria ha costretto il Governo italiano, e non solo, a chiudere i luoghi della cultura come cinema, teatri e musei. Ma la cultura non si ferma e alcuni tra i più grandi e importanti musei del mondo hanno deciso di proporre delle visite guidate direttamente da casa. Veri e propri tour culturali ma virtuali e l'offerta è veramente vasta. A partire dall'Italia che "mette in mostra" alcuni dei suoi spazi culturali più

prestigiosi come la Pinacoteca di Brera a Milano, gli immancabili Musei Vaticani e la Galleria degli Uffizi a Firenze. Tre eccellenze italiane a cui si affiancano delle vere e proprie istituzioni mondiali come il Museo Archeologico di Atene e il Prado a Madrid. Tra i dieci musei "a portata di click" non potevano mancare anche il British Museum di Londra, l'Hermitage di San Pietroburgo e la National Gallery of art di Washington.



A Firenze, la Galleria degli Uffizi propone delle IperVisioni attraverso mostre virtuali realizzate con immagini ad alta definizione.

WORLD DIGITAL LIBRARY

L'Unesco apre la biblioteca digitale a tutti gli studenti



Il Coronavirus ha bloccato tantissimi studenti a casa senza scuola. Ed è così che l'Unesco - dallo scorso 18 marzo - ha deciso di mettere gratuitamente a disposizione dei ragazzi la sua preziosa biblioteca digitale. La World Digital Library è composta da libri, manoscritti, mappe, fotografie, filmati, registrazioni e si tratta di un patrimonio di oltre 19 mila documenti provenienti da ben 193 diversi Paesi. La WDL è nata nel 2009 e, come riportato sul sito, si prefigge l'obiettivo di promuovere la comprensione internazionale e interculturale, espandere il volume e la varietà dei contenuti culturali su Internet, fornire risorse per educatori, studiosi e un pubblico generale, sviluppare capacità per ridurre il divario digitale all'interno e tra i Paesi. www.wdl.org

SCUOLE DI MODA

Istituto Marangoni la migliore in Italia

Milano è la nostra città della moda e niente lo potrà cambiare. Ma Milano è anche la città dove nasce e cresce la moda. Lo conferma anche la classifica stilata da Ceoworld Magazine che inserisce in piena top 10 (8° posto) tra le migliori scuole di moda l'Istituto Marangoni di Milano (prima delle italiane). Una fashion school di tutto rispetto che vanta sedi anche a Firenze, Londra, Parigi, Shanghai e Miami. Tra i meriti della scuola milanese la capacità di proporre corsi di formazione d'eccellenza e innovativi. ceoworld.biz



FESTA DELLA MAMMA

L'AZALEA DELLA RICERCA DI FONDAZIONE AIRC IN 3.700 PIAZZE IL PROSSIMO 10 MAGGIO

La Fondazione per la Ricerca sul Cancro scende in campo con ben 20.000 volontari per rendere i tumori femminili sempre più curabili

Domenica 10 maggio, in occasione della Festa della Mamma, ventimila volontari di Fondazione AIRC saranno impegnati in tutta Italia a distribuire L'Azalea della Ricerca: fiore simbolo della salute al femminile che, dal 1984 a oggi, ha contribuito a migliorare la qualità di vita delle donne grazie ai risultati raggiunti dagli scienziati nella conoscenza e nel trattamento del cancro al seno e agli organi riproduttivi. L'Azalea della Ricerca, oltre a essere un regalo speciale per tutte le mamme e tutte le donne, è diventata nel corso del tempo una preziosa alleata per i ricercatori AIRC: più di 270 milioni di euro sono infatti stati raccolti in 36 anni con la sua distribuzione e hanno dato continuità al lavoro dei migliori scienziati impegnati nello studio dei tumori femminili per sviluppare diagnosi sempre più precoci e terapie personalizzate, più efficaci e meglio tollerate. Un impegno straordinario per contrastare queste neoplasie che solamente lo scorso anno in Italia hanno colpito quasi 70.000 donne. Il cancro al seno è il più diffuso con 53.000 nuovi casi all'anno. Riguarda tutti, direttamente o indirettamente, perché colpisce una donna su nove nell'arco della vita, e con lei le persone che le stanno vicine. È però anche il tumore per il quale, negli ultimi decenni, la ricerca ha ottenuto risultati importanti, portando la sopravvivenza a cinque anni dalla diagnosi a crescere fino a circa l'87%. Molte pazienti tuttavia aspettano ancora risposte specifiche



per le forme più aggressive che non rispondono alle terapie oggi disponibili, come accade per il tumore al seno triplo negativo o per il carcinoma mammario metastatico.

I tumori ginecologici invece interessano ogni anno circa 16.000 pazienti. Per il cancro dell'endometrio e della cervice uterina la sopravvivenza a cinque anni ha registrato una crescita costante, arrivando rispettivamente al 77% e al 74%. Più complessa la situazione del tumore dell'ovaio che risulta difficile da diagnosticare precocemente e spesso presenta un alto tasso di recidiva e di resistenza ai farmaci. Per superare questi problemi, i ricercatori AIRC sono al lavoro su nuove combinazioni terapeutiche capaci di ridurre la resistenza ai far-

maci e insieme stanno focalizzando l'attenzione sull'immunoterapia, con l'obiettivo di individuare farmaci in grado di stimolare le risposte immunitarie delle pazienti.

Volto della campagna che promuove l'appuntamento di domenica 10 maggio è Valentina, che ha superato un tumore al seno diagnosticato alla venticinquesima settimana di gravidanza: «Nonostante il cancro sono diventata mamma, ma non è stato un miracolo, è stata la bravura e la capacità dei ricercatori e medici che mi hanno seguita». Accanto a lei, in rappresentanza dei 5.300 scienziati sostenuti da AIRC, Alessia Ciarrochi e Nicola Baldini, affiancati a loro volta dalla volontaria Chiara e da Leonardo, colpito all'età di 13 anni da una leucemia linfoblastica acuta che ha potuto superare grazie a protocolli sperimentali resi disponibili dai costanti progressi della ricerca.

Banco BPM, partner istituzionale di AIRC, sostiene "L'Azalea della Ricerca" per favorire la divulgazione scientifica e il coinvolgimento del pubblico al sostegno della ricerca sui tumori femminili. Questa partnership si inserisce in una più ampia visione di responsabilità sociale di impresa per coinvolgere i dipendenti, le loro famiglie, i clienti e le comunità locali.

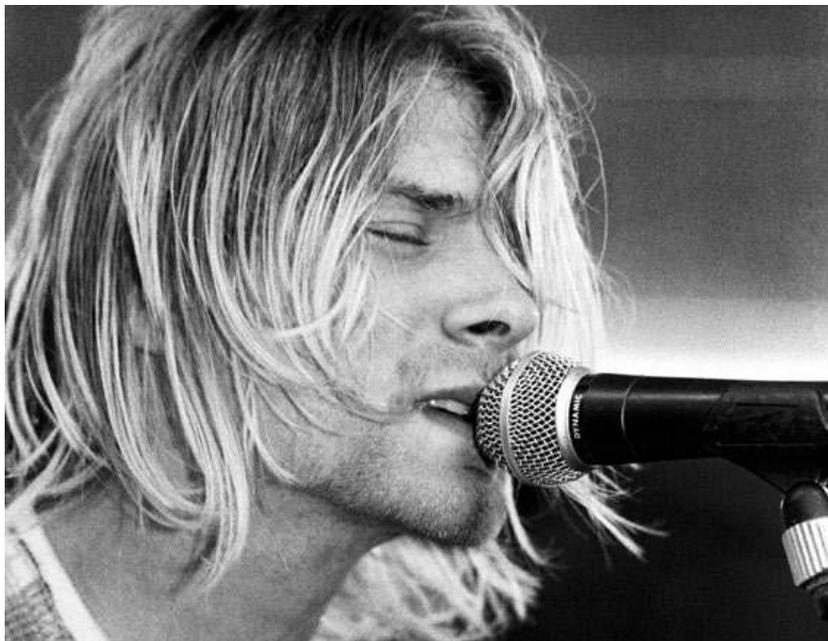
INFO UTILI

Per sapere dove trovare l'Azalea della Ricerca: airc.it oppure numero speciale 840 001 001 (*)

*Uno scatto da tutta Italia, attivo dal 20 aprile, 24 ore su 24

Firenze
FINO AL 14 GIUGNO

Kurt Cobain: la mostra 26 anni dopo



"Peterson - Lavine. Come as you are: Kurt Cobain and the Grunge Revolution", a Palazzo Medici Riccardi, è la mostra che con oltre 80 foto, alcune inedite, ripercorre la storia della scena musicale grunge e del suo eroe indiscusso, Kurt Cobain, simbolo della controcultura americana degli anni '90. Due le sezioni allestite: una con le immagini di Peterson, fotografo ufficiale della Sub Pop Records e l'altra con gli scatti del celebre fotografo pubblicitario Lavine. Un accostamento inedito che immerge il pubblico nella fascinazione di quei giorni, dove i fan

erano parte integrante di una rivoluzione musicale e non solo. Le foto di Michael Lavine immortalano i Nirvana in studio in quattro diversi momenti, dai mesi della loro prima formazione fino agli anni del successo mondiale, quando accanto a Cobain c'era la moglie Courtney Love. La mano di Peterson risulta invece fondamentale sia per la storia dei Nirvana che per la nascita del grunge: i suoi potenti flash hanno squarciato il buio dei club e immortalato un Cobain intimo, mostrando come il peso del successo lo avesse provato.

Napoli
DAL 15 AL 24 MAGGIO

Wine&Thecity

Ritorna l'atteso appuntamento con uno degli eventi che "celebra l'ebbrezza creativa". Una 10 giorni di degustazioni e appuntamenti in luoghi noti e in altri aperti per la prima volta al grande pubblico. La città e il vino sono i protagonisti della 13ª rassegna che si inaugura al Museo Filangieri e si chiude a Palazzo Petrucci, sulla spiaggia di Posillipo. Spazio al sociale con il sostegno al progetto Actionwomen, Sartoria Sociale a Castel Volturno per l'inclusione sociale e lavorativa di donne migranti.



In tutta Italia
FINO AL 21 MAGGIO

Raf e Tozzi live

Grande attesa per i due grandi artisti che per la prima volta saranno insieme in concerto per far rivivere al pubblico tutte le emozioni delle loro grandi hit, facendo cantare e ballare tutti sulle note dei successi che hanno conquistato intere generazioni, in Italia e all'estero. Previste nove date in aprile e otto a maggio.

In tutta Italia
DAL 4 APRILE ALL'8 NOVEMBRE

Un favola per tutti

Un 2020 speciale per Giorgio Panariello che compie 60 anni e ne festeggia 20 di carriera a suon di battute e personaggi ormai storici. Per l'occasione torna con "La favola mia", l'attesissimo one man show con i suoi sketch più amati. Ben 14 date ad aprile, 16 a maggio, per chiudere il 10 ottobre a Livorno e l'8 novembre a Lugano.



In tutta Italia
FINO AL 13 AGOSTO

Torna De Gregori

Cancellate le date dei mesi scorsi, il cantautore romano non abbandona i suoi numerosi fan e propone nuove date in tutta Italia con una prima tranche di cinque concerti dal 16 aprile (a Nonantola) al 9 maggio (all'Atlantico di Roma), e una seconda, con altre nove imperdibili date, dal 20 giugno al 13 agosto.



Viaggiare nei 5 sensi

Un essere che si abitua a tutto: ecco, penso sia la migliore definizione che si possa dare dell'uomo.

— FĚDOR DOSTOEVSKIJ —

Vista

Finestra sul mondo

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

Udito

Il piacere di ascoltare

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

Gusto

Il sapore del nuovo

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

Tatto

Piacere prenatale

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

Olfatto

L'odore del ricordo

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

VISTA

REGGIO EMILIA



Su piazza Prampolini si affacciano gli edifici religiosi e civili più importanti della città: la Cattedrale, il Palazzo vescovile con il Battistero, il Municipio, il Palazzo del Podestà e la Torre del Bordello.

Il talento di vivere

Dalla buona tavola all'arte in tutte le sue declinazioni, la città emiliana è uno scrigno di tesori da scoprire. Primo tra tutti un invidiabile stile di vita

DI CRISTINA GRINER





Tradizionale e moderna, colta e golosa, con quell'intimo piacere di essere insieme una città rilassata e fattiva, abitudinaria e curiosa. Come la regione di cui fieramente porta il nome, Reggio Emilia cambia e allarga la propria visuale pur restando saldamente ancorata alle sue radici. Non per niente in piazza Casotti, a due passi dalla Cattedrale di Santa Maria Assunta, c'è il Museo del Tricolore, che ripercorre la storia - da Napoleone al Risorgimento, all'Unità d'Italia - del vessillo che proprio qui fece per la prima volta la sua comparsa nel 1797. In città è un'istituzione, come il maestoso complesso del Teatro municipale Romolo Valli, che ospita ogni anno una prestigiosa stagione lirica, concertistica e di balletto. Ma il cuore dei reggiani batte tra piazza Prampolini e piazza San Prospero. Sulla

prima si affacciano gli edifici religiosi e civili più importanti: la Cattedrale, dalla singolare facciata rivestita in marmo solo fino a metà altezza, il Palazzo vescovile con il Battistero, il Municipio, il Palazzo del Podestà e la Torre del Brodello. Imboccando i portici del Broletto si sbucca in piazza San Prospero, per tutti "piasa céca", stretta tra l'abside della cattedrale e la basilica barocca dedicata al patrono. Tradizionale luogo d'incontro, ci si viene preferibilmente in bicicletta per curiosare tra le bancarelle del mercato, comprare l'erbazzone, la pasta fresca e i prodotti da forno da Melli, storico panificio, e le eccellenze del territorio all'antica salumeria Pancaldi, un trionfo di prosciutti appesi e forme di Parmigiano Reggiano. Perché dai punti fermi della tradizione culinaria qui non



si scappa. A cominciare dal carrello dei lessi che la fa da padrone nei migliori ristoranti della città e su cui trionfano gallina bollita, manzo, zampetto e testina di maiale, lingua di vitello, cotichino e zamponi.

E se in tavola, pur con interessanti rivisitazioni, domina la tradizione, sul fronte culturale Reggio Emilia sorprende per il suo dinamismo e la sua modernità, soprattutto nel campo dell'arte contemporanea e della fotografia. Tra i pionieri di questo nuovo corso c'è Achille Maramotti, patron e fondatore del marchio Max Mara e grande appassionato d'arte,

A San Prospero si arriva in bici per fare un giro tra le bancarelle e sosta da Melli

che una dozzina d'anni fa ha deciso di riconvertire la storica sede del gruppo in uno spazio aperto al pubblico, dove custodire la sua straordinaria raccolta privata. La Collezione Maramotti (www.collezionemaramotti.org), espone oggi una selezione permanente di circa 200 opere, soprattutto italiane ma anche internazionali, dal 1945 ai giorni nostri oltre a organizzare mostre temporanee.

Altro punto di forza nel panorama culturale cittadino è il festival annuale Fotografia Europea prodotto dalla Fondazione Palazzo Magnani (www.fotografiaeuropea.it), un

Tra gli angoli più belli di Reggio Emilia, la grande piazza antistante l'ottocentesco Teatro Valli, alla pagina accanto.

A data da destinarsi le mostre fotografiche di Joan Fontcuberta, a sinistra in alto *Miracle de la levitació*, e di Alex Majoli, a sinistra sotto *Horse*, progettate nell'ambito di Fotografia Europea.

La bicicletta è il mezzo prediletto dalla maggior parte dei reggiani per muoversi tra le tranquille vie del centro storico, sopra.



Icona della Reggio Emilia contemporanea è la stazione dell'alta velocità disegnata da Santiago Calatrava, sopra.

Sul sagrato di San Prospero sono collocati sei caratteristici leoni in marmo rosso di Verona. All'interno, la cupola della basilica è decorata da affreschi del tardo Ottocento, a destra.

Nella bella Galleria Santa Maria, alla pagina accanto, in piazza Prampolini, sosta golosa all'osteria popolare Tabarin.

VUOI SCOPRIRE
DI PIÙ SU REGGIO EMILIA?

VISITA [italoblog](https://www.italoblog.it)



appuntamento di grande respiro che vede la partecipazione di artisti di fama internazionale e invade i luoghi più suggestivi della città, tra cui i chiostri di San Pietro e di San Domenico, Palazzo da Mosto e Palazzo dei Musei. La quindicesima edizione, pronta ad aprire i battenti il 17 aprile e rinviata a data da destinarsi a causa dell'emergenza sanitaria, è interamente dedicata alla fantasia, nel centenario della nascita di Gianni Rodari. In programma, tra gli altri, le fotografie silenziose e pittoriche del fotografo ceco Jitka Hanzlová e i progetti inediti di Joan Fontcuberta, fotografo, ricercatore e scrittore spagnolo da sempre interessato al confine sottile tra realtà e illusione, e del ravennate Alex Majoli, con una riflessione sul rapporto tra il teatro e la città.





.italo

I COLLEGAMENTI

La stazione di Reggio Emilia AV Mediopadana rappresenta uno scalo di grande importanza per Italo!

32 collegamenti giornalieri e punto di snodo per il servizio rotaia, Italo collega Reggio Emilia alle città di Torino, Milano, Bologna, Firenze SMN, Roma, Napoli e Salerno.

Ultime novità di Italo da/per Reggio Emilia nei collegamenti con Napoli: importante aumento da 24 a 29 collegamenti giornalieri da/per il capoluogo campano!

4 nuove partenze da Napoli alle 5.20, 10.20, 13.20 e 15.20 con arrivi nella stazione di Reggio Mediopadana AV alle 9.28, 14.28, 17.28 e 19.28; viceversa nuova partenza da Reggio Emilia alle 15.28 con arrivo a Napoli Centrale alle 19.43. Confermati i 32 collegamenti da/per Roma e Milano con ampia copertura di orari dalla mattina alla sera!

Direzione Roma, la mattina, prime tre partenze alle 6.28, 7.28 e 8.28 con arrivi a Termini alle 9.19, 10.19 e 11.19; viceversa, per il rientro, ultimi tre orari la sera con partenze da Roma alle 18.40, 19.40 e 20.40 e con arrivi alla stazione di Reggio Mediopadana AV alle 21.28, 22.28 e 23.28.

Direzione Milano, la mattina, prime tre partenze alle 8.30, 9.30 e 10.30 con arrivi a Milano Centrale alle 9.20, 10.20 e 11.20; viceversa, per il rientro, ultimi tre orari la sera con partenze da Milano alle 18.40, 19.40 e 20.40 e con arrivi alla stazione di Reggio Mediopadana AV alle 19.26, 20.26 e 21.26.

REGGIO EMILIA - INDIRIZZI UTILI



ALBERGHI

Hotel Posta
 Per dormire nella storia, un quattro stelle di grande atmosfera, con camere eleganti e arredate "come una volta". A pochi passi da piazza Prampolini.
 Piazza del Monte, 2
 Tel. 0522 432944
 www.hotelposta.re.it

Le stanze di Ada
 Nella dependance dell'Albergo Morandi, in un edificio del '500 recentemente ristrutturato, solo quattro camere di charme diverse tra loro, realizzate con pregiati materiali naturali.
 Via Emilia san Pietro, 64
 tel. 0522 454397
 albergomorandi.com

RISTORANTI

Ristorante Canossa
 Nel culto della tradizione, paste fresche tirate a mano con la cannella, tortelli, cappelletti, lasagne e il miglior carrello dei bolliti della città.
 Via Roma, 37
 tel. 0522 454196
 ristorantecanossa.com

Caffè Arti e Mestieri
 Dallo chef del pluristellato Rigoletto di Reggio, un locale informale, accessibile a tutti. Due i menù, tra tradizione ed evoluzione. Specialità, l'erbazzone contemporaneo.
 Via Emilia San Pietro, 16
 tel. 0522 432202
 giannidamato.it

NEGOZI

Panificio Melli
 Storico indirizzo per i classici prodotti da forno, salati e dolci, oggi anche ristorante. Da non perdere, anche qui, il mitico erbazzone (la torta di erbe e parmigiano).
 Piazza San Prospero, 5/H
 tel. 0522 431842
 panificiomelli.com

Antica Salumeria Pancaldi
 Il meglio della produzione locale: prosciutti, culatelli, fiocchi, coppe, pancette, salami, cotechini e un Parmigiano Reggiano 30 mesi "fatto in casa".
 Via Broletto, 1/P
 tel. 0522 432795
 salumeriapancaldi.it



Una terrazza sul mare

Panorami di incommensurabile bellezza, arte, tradizione e una natura generosa che avvolge tutto. Insieme al profumo dei limoni, famosi in tutto il mondo, che trionfano nelle pasticcerie e sulle tavole dei ristoranti

DI CRISTINA GRINER



Nella luce vivida del mattino la vista spazia dalla Marina Piccola di Sorrento a tutto il golfo di Napoli, alla pagina accanto.

Tra le più belle posizioni panoramiche c'è quella dell'elegante Villa La Terrazza, a sinistra, con suite e piscina a picco sul mare.

Il sito abbandonato e ricoperto da felci del Vallone dei Mulini, sotto, non è visitabile ma è tra i luoghi più fotografati di Sorrento.



Q

ui dove il mare luccica e tira forte il vento, su una vecchia terrazza davanti al golfo di Surriento. La magia di Sorrento è tutta racchiusa nei versi della struggente canzone di Lucio Dalla, “Caruso”, ispirata dalla terrazza della stanza d'albergo che aveva ospitato il famoso tenore. Così come su quella dell'hotel Imperial Tramontano, molti anni prima, nel 1902, De Curtis aveva composto la celeberrima “Torna a Surriento”.

Con i suoi agrumeti, gli eleganti palazzi e le magnifiche terrazze sul mare, la località campana ha stregato generazioni di poeti e scrittori, artisti e semplici turisti. Che continua ad attrarre, oltre che per i suoi panorami mozzafiato, per visitare la cattedrale e il chiostro di San

Francesco, il Museo Correale, che conserva arredi, dipinti e porcellane della scuola di Capodimonte, e il Sedil Dominova, antico seggio nobile costruito tra il XIII e il XIV secolo, con tegole gialle e verdi realizzate dal maestro napoletano Chiajese e affreschi settecenteschi. E per scattare una foto dall'alto (il sito non è visitabile) all'affascinante Vallone dei Mulini, in un solco creatosi più di 35mila anni fa quando una vasta eruzione sconvolse l'intera regione.

La passeggiata tra le viuzze zeppe di souvenir del centro storico, la cui piazza principale è dedicata a Torquato Tasso, il suo cittadino più illustre, porta inevitabilmente ai tavolini dell'Antica gelateria sorrentina, presa d'assalto nei pome-



La piazza principale, sopra, è dedicata al poeta, scrittore, drammaturgo e filosofo Torquato Tasso, nato a Sorrento nel 1544.

L'antico seggio nobiliare Sedil Dominova, sulla destra, costruito tra il XIII e il XIV secolo, vanta affreschi del Settecento.

È dedicato al benessere il boutique hotel Laqua, alla pagina accanto, di Antonino e Cinzia Cannavacciuolo.

VUOI SCOPRIRE
DI PIÙ SU SORRENTO?
VISITA [italoblog](https://www.italoblog.it)



riggi d'estate, per assaggiare il gelato al limone di Sorrento e al limoncello. Per la migliore delizia al limone, ma anche specialità tipicamente napoletane come la sfogliatella riccia e la frolla, si va al bar pasticceria Veneruso, a conduzione familiare dal 1930.

Ed è sempre il limone, re indiscusso delle tavole dei sorrentini, a ispirare la creatività dei ristoranti locali, fra cui Il Buco, una stella Michelin, ricavato nella cantina di un convento del 1400, che mette in tavola la cucina creativa dello chef Michele Deleo e rivisita la tradizione partenopea in chiave contemporanea.

Chi ama passeggiare nel verde può fare un'escursione tra coltivazioni di aranci e limoni fino a Punta Campanella, area protetta insieme agli isolotti Li Galli, da cui si vedono Capri, Ischia e Procida. Narra la leggenda che dei pirati turchi, depredata la chiesa di Sant'Antonino, protettore di Sorrento, non riuscissero





a prendere il largo perché la barca era troppo pesante a causa degli oggetti trafugati. Così furono costretti a buttarla in mare la campana di bronzo che, si dice, suona ancora sott'acqua ogni anno durante la festa patronale, il 14 febbraio. Nella bella stagione si va ai Bagni della Regina Giovanna, in una magnifica caletta dall'acqua turchese a cui si accede tramite una scalinata in legno, su cui si affaccia una scogliera a picco.

L'aperitivo più cool è al Dry Martini Bar, sul rooftop del Majestic Palace, dove assaporare cocktail DOC lasciando spaziare lo sguardo sulle luci del golfo. Per la cena, solo su prenotazione, c'è il ristorante dell'albergo Don Geppi, tra i più piccoli d'Italia, regno dello chef Mario Affinita, una stella Michelin.

.italobus

I COLLEGAMENTI

Italobus collega Sorrento all'Alta Velocità con 4 servizi quotidiani. Il bus targato Italo collega la città della Campania al network dell'alta velocità attraverso la stazione di Napoli Afragola. Per esempio i viaggiatori che vorranno raggiungere Sorrento potranno partire da Roma Termini alle 12.30 per arrivare a Napoli Afragola dove troveranno la coincidenza con Italobus delle 13.45 per raggiungere la città di Sorrento alle 15.25. Per maggiori informazioni visita il sito: www.italotreno.it

SORRENTO - INDIRIZZI UTILI



ALBERGHI

Laqua Charme & Boutique

Nella casa di Antonino e Cinzia Cannavacciulo sei camere affacciate sul mare e area benessere con piscina di acqua salina riscaldata in grotta, cromoterapia, sauna, trattamenti e massaggi.

Via Angelo Cosenza 108, Meta di Sorrento, tel. 081 8087730
laquaspasorrento.it

Grand Hotel Excelsior Vittoria

Con vista spettacolare sul Golfo e il Vesuvio, ospita il ristorante stellato Terrazza Bosquet. Camere e suite sono in tre edifici circondati da un parco di due ettari.

Piazza Tasso 34, Sorrento, tel. 081 8777822
exvitt.it

RISTORANTI

Il buco

Nelle cantine di un ex monastero, mille etichette di vini e una cucina in perfetto equilibrio tra tradizione e modernità. Una stella Michelin.

2ª rampa Marina Piccola 5 - piazza S. Antonino, Sorrento, tel. 081 8782354
ilbucooristorante.it

L'Antica Trattoria

Classici a base di pesce ben preparati e serviti in cinque piccole sale con arredi d'epoca e cucina a vista. Da gustare sulla grande terrazza fiorita durante la bella stagione.

Via Padre Giuliani 33, Sorrento, tel. 081 8071082
lanticatrattoria.com

Caruso

Cucina di mare d'ispirazione partenopea in un incredibile ristorante-museo dedicato al celebre tenore. Un locale d'atmosfera, dove si mangia circondati dalle vecchie foto.

Via S. Antonino 12, Sorrento, tel. 081 8073156
ristorantemuseocaruso.com

NEGOZI

I Giardini di Cataldo

Il migliore limocello e altri liquori tipici di Sorrento, confetture di agrumi e gelato artigianale. Si può anche prenotare una visita guidata a giardino e laboratorio con degustazione finale.

Via Correale 27, Sorrento, tel. 081 8781888
igiardinidicataldo.it

Il tempio nella natura

Skyway Monte Bianco non è solo una funivia ma un'idea: avvicinare l'uomo alla montagna, allargare gli orizzonti, superare i confini, arrivare al punto più basso del cielo, a 3466 metri sul livello del mare

C

i sono vette che riescono a trasmettere un'emozione infinita nel cuore e nella mente di chi le guarda, il Monte Bianco è tra queste. Il Re delle Alpi, con la sua morfologia prevalentemente granitica, è ricco di guglie e profonde valli che lo rendono uno dei luoghi di maggior attrazione per gli alpinisti. Avvicinare l'uomo alla montagna e al cielo, allargare gli orizzonti e superare i confini sono aspirazioni che da sempre riecheggiano tra le creste del Monte Bianco, fin dalla prima ascensione nel 1786. Da quella lontana impresa non si è mai persa quella voglia di arrivare a toccare il cielo e nel 1941, mentre il conflitto mondiale avanza senza tregua, l'ingegner Dino Lora Totino ha il coraggio di guardare più in alto di tutti. La sua intenzione è quella di collegare tramite funivia l'Italia con la Francia, partendo da Courmayeur per arrivare a Chamonix, attraversando il massiccio del

Monte Bianco. Quello stesso mezzo, inaugurato nel 1947, ha dato il via a un'ascesa diventata un'esperienza possibile e accessibile a tutti, e oggi come allora certe storie non hanno la voglia di invecchiare. Il nuovo Skyway Monte Bianco nasce nel 2015, proprio in questo contesto: rinnovare quella via privilegiata alla cima, quel viaggio che schiude il segreto delle altezze, un'esplorazione che conduce sempre più lontano da ciò che conosciamo e dai luoghi di ogni giorno. Questa nuova cattedrale del cielo prende spunto da quelle intuizioni del passato e riesce a elevarsi in qualcosa di più, qualcosa che può essere definita la degna prosecuzione dell'eredità lasciata da Dino Lora Totino e della montagna che la ospita. Dieci anni tra progetti e carte, quattro di cantiere e l'utilizzo di materiali eccellenti hanno potuto dar vita a quello che oggi si può definire un vero e proprio orgoglio ita-



liano. L'enorme tecnologia ingegneristica sfruttata ha dato la possibilità di dar vita a una vera e propria ascesa verticale: si parte dalla stazione di Courmayeur/The Valley a 1.300 metri, dove ci sono gli spazi amministrativi, l'accoglienza, il parcheggio per il pubblico e un Café. Tutto rigorosamente progettato per rispettare gli standard a Zero Energy Building. Superato l'impatto iniziale si passa, poi, per Pavillon/The Mountain a 2.173 metri. Qui, la stazione intermedia si apre con un disegno architettonico assolutamente innovativo: delle tre stazioni è la più ampia e spaziosa e rappresenta il "campo base" per il prosieguo dell'esplorazione della grande montagna. Nella base, cuore di Skyway Monte Bianco, si trovano un'ampia terrazza con vista a 180°, diverse location per la pausa ristoro, un giardino botanico con più di 900 specie di piante, un cinema, un auditorium da 150

posti e un campo ciaspole. Percorrendo gli ultimi attimi, l'arrivo al cielo è rappresentato da Punta Helbronner/The Sky (quota 3.466 metri), un vero fiore cresciuto nel ghiaccio. All'interno dell'ultima stazione tutto è costruito per trasmettere quel senso di assoluta vicinanza con le nevi perenni del Monte Bianco, soprattutto la terrazza panoramica a 360°, poi la Sala cristalli, lo Sky Vertigo (caratteristica passerella trasparente sospesa nel vuoto) e l'inizio degli itinerari alpinistici e fuori pista, come i 24 Km della Vallée Blanche che conducono fino a Chamonix. Lo Skyway Monte Bianco è una fune tesa costruita per unire la terra al cielo. Un progetto nato dalla necessità di rinnovamento, in grado di proseguire quel bisogno di ambizione e di esplorazione - accessibile a tutti - che Dino Lora Totino pensò di regalare agli amanti della montagna circa 70 anni fa.

All'interno dell'ultima stazione ci sono una terrazza panoramica a 360°, la Sala cristalli e una passerella trasparente sospesa nel vuoto: lo Sky Vertigo.

INFO E TARIFFE

COSTO BIGLIETTO

- Biglietto A/R Courmayeur - Pavillon du Mont Fréty € 28,00
- Biglietto A/R Courmayeur - Punta Helbronner € 52,00
- Sono previste agevolazioni tariffarie per bambini e ragazzi

ORARI DI APERTURA

Skyway Monte Bianco è aperta tutto l'anno, ad eccezione del mese di novembre.

Si consiglia di consultare gli orari stagionali aggiornati sul sito:

montebianco.com/it/orari.html

VISTA HOTEL

ALEXANDER MUSEUM PALACE HOTEL **
PESARO (PU)**

Per una vacanza d'arte



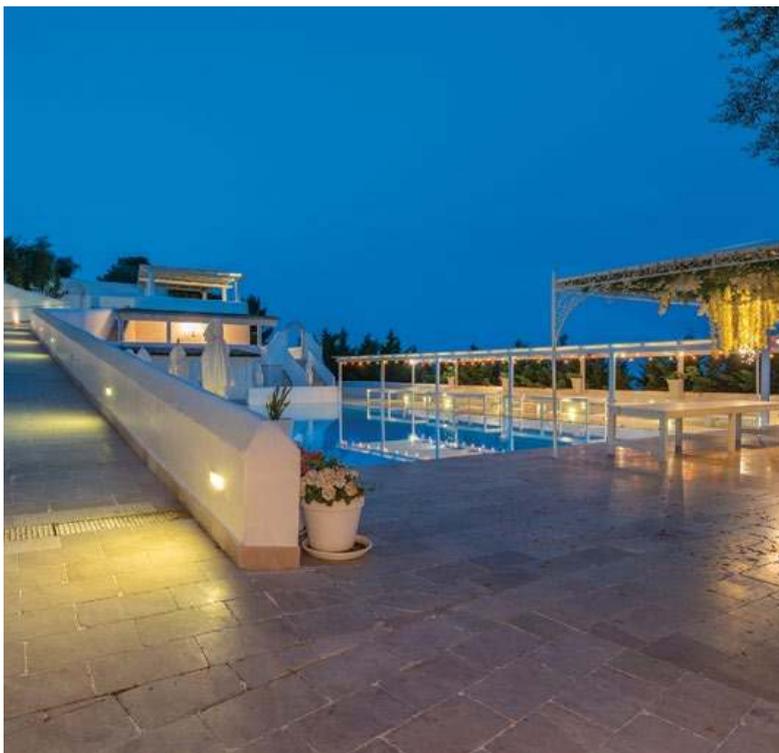
Un hotel che promette una vacanza immersi nella cultura. Con opere d'arte contemporanea disseminate per i suoi nove piani, offre un'esperienza elegante in uno scenario suggestivo e caratterizzato dalla presenza del mare a pochi passi. Un albergo di charme dove ogni camera è personalizzata con opere di artisti noti ed emergenti, un Art Hotel dove rilassare anima e corpo. Viale Trieste 20, Pesaro (PU)
Tel. 0721 34441 - www.alexandermuseum.it

MICALÒ ARTROOMS - NAPOLI

Piccolo e raffinato



All'interno di un caratteristico palazzo del 1600, a ridosso del lungomare di Napoli in una delle zone più eleganti e panoramiche della città, una piccola ma accogliente struttura. La sua vicinanza ai giardini storici della Villa Comunale, alle vie dello shopping e alle principali sedi congressuali della città lo rende perfetto per ogni scopo di viaggio, che sia per piacere o per lavoro. Riviera di Chiaia 88, Napoli
Tel. 081 7617131 - www.micalo.it



LA LOCANDA DEL CARRUBO - MATTINATA (FG)

UNA PERLA SUL GARGANO

Tra mare, sole e paesaggi incantevoli, un resort di lusso per vacanze da ricordare ed escursioni in barca tra grotte, calette e le Isole Tremiti

Per distrarsi dalle difficoltà del quotidiano a volte basta anche solo immaginare luoghi esotici e lontani o programmare un viaggio in quelli a noi più vicini, ma che nulla hanno da invidiare alle destinazioni di tutto il mondo. E se bisogna ottimizzare gli spostamenti? La Locanda è la meta perfetta: un'ambientazione di lusso ideale per un'indimenticabile pausa sul Gargano, dove i colori e i profumi sono rimasti integri per secoli. Un hotel 5 stelle sul mare con spiaggia privata. Le camere, elegantemente rifinite, offrono il massimo del relax e del comfort. Una struttura finemente arredata

con mobili di pregio d'arte italiana e una meravigliosa vista sul mare. Oltre alla spiaggia, è possibile scegliere di rilassarsi a bordo piscina: ve ne sono due esterne, di cui una semi olimpionica, con acqua dolce e una con acqua a mezza salatura; una piccola privata interna alla suite e altre mini piscine idromassaggio interne alle camere. L'hotel dispone inoltre di imbarcazioni di otto metri di lunghezza per effettuare escursioni nelle meravigliose grotte marine, con possibilità di cene private su spiagge e calette di rara bellezza.. SP53 Km.4 Località Montelci, Mattinata (FG) - Tel. 0884 550276 www.lalocandadelcarrubo.it



THE STUDENT HOTEL FLORENCE LAVAGNINI - FIRENZE

NEW CONCEPT

Concepire gli hotel come luoghi fluidi, ibridi e dove i confini siano sfumati e inclusivi? Si può fare grazie a un'idea dell'imprenditore scozzese Charlie MacGregor. La nuova idea di hotel comprende camere e monolocali completamente arredati, cucine (indipendenti o comuni), aree di co-working, lounge e sale per il relax, biblioteche, tavoli da ping-pong, palestre, ristoranti aperti tutto il giorno, bici, lavanderie e piscine. Non solo per dormire, ma spazi d'incontro per studenti, viaggiatori, professionisti digitali, nomadi creativi in perenne contatto e scambio.

Viale Spartaco Lavagnini 70, Firenze

Tel. 055 0621855 - www.thestudenthotel.com/florence/it



CASTEL FRAGSBURG - MERANO (BZ)

Per rigenerarsi

Antico maniero di caccia del XVII secolo, è il cinque stelle più piccolo del Sud Tirolo. Avvolto dai tralci di viti selvatiche e circondato da un giardino che si estende su circa 10.000 metri quadrati, il Castel Fragsburg è unico nel suo genere, per rigenerarsi dalle vicissitudini degli ultimi tempi. Dispone di 20 suite, ognuna diversa dall'altra, ma tutte con vista panoramica. Da non perdere il ristorante "prezioso" e la SPA "alchemica".

Fragsburg 3 I-39012, Merano

Tel. 0473 244071

www.fragsburg.com



HOTEL BRIGANTINO - PORTO RECANATI (MC)

Riconciliarsi con la natura

Nella suggestiva cornice della Riviera del Conero, l'hotel "Scritto col Sole" è unico anche per la sua eccellente posizione fronte mare con spiaggia privata. Delle 24 camere, infatti, 22 si affacciano sulla meravigliosa terrazza con piscina e guardano direttamente sull'Adriatico. Un luogo ideale per vacanze rilassanti e punto strategico d'appoggio per gite ed escursioni all'aria aperta e nelle vicine città d'arte come Loreto, Porto Recanati, Numana e Sirolo.

Viale L. Scarfiotti, 10/12,

Porto Recanati (MC)

Tel. 071 976684

www.brigantinohotel.it



VISTA HOTEL

LEONARDO BOUTIQUE ROMA TERMINI - ROMA

Suggestivo e centrale

Nel cuore della Città Eterna, a pochi minuti dai più importanti monumenti e siti archeologici e dalla stazione Termini, un nuovo boutique hotel raffinato e giovane allo stesso tempo. La posizione centrale è il suo punto forte, come lo è la sua offerta: 81 camere confortevoli, climatizzate con connessione Wi-Fi gratuita, dove potersi rilassare e sentirsi coccolati. Per prepararsi ad affrontare il giro delle attrazioni romane, il ristorante propone una colazione americana a buffet, con piatti italiani e internazionali. A disposizione degli ospiti, e per arricchire l'offerta, una piccola sala fitness e un'area dedicata al benessere con sauna, bagno turco e una vasca idromassaggio coperta sulla terrazza. Per concedersi un po' di relax a fine giornata è possibile attendersi presso il cocktail bar.

Via Marghera 47/A, Roma - Tel. 06 492071
www.leonardo-hotels.it/leonardo-boutique-hotel-rome-termini



AYA BEN-EZRI



AYA BEN-EZRI

MONASTERO SANTA ROSA - CONCA DEI MARINI (SA)

TRA LUSO E SEMPLICITÀ

Fra le antiche mura di un monastero seicentesco di suore domenicane, un boutique hotel con spa e ristorante stellato in piena Costiera Amalfitana



Arrocato su una spettacolare rupe in maestosa solitudine, a picco sul mare sulla Costiera Amalfitana, la struttura è stata eletta "Hotel of the Year 2020" agli European Hotel & Restaurant Awards 2020. Ristrutturato nel rispetto delle sue radici storiche e spirituali, il Monastero è oggi un esclusivo e raffinato Hotel & Spa che offre ai suoi ospiti un'esperienza unica nel suo genere. Le 12 camere e otto suite, ognuna rinominata con nomi derivanti dalle piante officinali coltivate ancora oggi nei giardini e tutte affacciate sul mare, sono state ricavate dalle celle delle monache ricollegate fra loro per una maggiore ampiezza. Camere e suite, inoltre,

hanno mantenuto i caratteristici soffitti a volta (all'esterno facilmente identificabili per la loro forma a cupoletta) e conservano lo charme discreto, tipico di una dimora d'epoca. L'offerta è impreziosita dal ristorante gourmet, Il Refettorio, che si fregia della Stella Michelin conquistata dallo chef Christoph Bob e dalla sua brigata. A rendere ancora più indimenticabile il soggiorno, la presenza di lussureggianti giardini terrazzati, di un orto biologico, di una suggestiva biopiscina panoramica a sfioro sul mare e di una Spa, i cui soffitti a volte e le pareti di pietra evocano atmosfere antiche.

Via Roma 2, Conca dei Marini (SA)
 Tel. 089 8321199
www.monasterosantarosa.com



S.R.L.
TEKSON®
AGENCY & TRADE

TEKSON® S.r.l. – Your business builder

Vorrebbe espandere il suo business nel mercato estero o italiano?

Ogni giorno mettiamo in contatto PRODUTTORI e GROSSISTI di diversi generi e creiamo business su rete internazionale.

Costruiamo rapporti lungimiranti e duraturi che daranno un'accelerata al suo business.

NON CHIEDIAMO NESSUN COSTO D'INGRESSO O FISSO.

Per la sostenibilità della sua attività pagherà solo a vendite avvenute.

E SE HA UN PROGETTO?

Prendiamo in carico la sua idea e le restituiamo un prodotto finito, pronto per essere commercializzato.

Would you like to grow your business in the Italian market and abroad?

Every day we link MANUFACTURERS and WHOLESALERS with the purpose of creating business. On an International network, for many product categories!

We build forward-looking and enduring relationships that will accelerate your growth.

NO ENTRANCE FEE OR FIXED COST!

For the sustainability of your business you will pay only for actual sales.

DO YOU HAVE A PROJECT TO DEVELOP?

We take your idea in charge and your product will be returned ready to be marketed.

DON'T HESITATE TO CONTACT US



**QUICK
CONTACT**



TEKSON S.r.l.
Via Roma 176 - 80013
Casalnuovo Di Napoli (NA) Italy

(+39) 081 3170157 | tekson.it

VISTA FILM E SERIE CULT

Lo scorso 24 marzo, il colosso di Burbank è "sbarcato" sul mercato dei canali streaming con il suo infinito catalogo: Disney+ è pronto a entrare in concorrenza con nomi importanti del settore come Netflix.





Streaming delle mie brame...

Tra Disney+, Apple TV+, Netflix e Prime Video chi è il più bello del reame dei film e serie tv da vedere mobile? Un vademecum per recuperare qualche classico

DI STEFANO COCCI

Tv liquida, streaming, on demand, pay tv. Sono alcune delle parole che gli italiani hanno imparato a conoscere per usufruire, con sempre maggiore libertà, di film e serie tv. In treno, in autobus, seduti sul divano, ma anche in fila alla posta, i contenuti sono largamente disponibili anche se, per un cinefilo, vedere *Il Padrino* sullo schermo di uno smartphone non è esattamente il massimo.

La prima risorsa da conoscere per usufruire di film in qualsiasi formato e su ogni dispositivo è il sito justwatch.com. Basta scaricare l'app oppure digitare l'indirizzo web, inserire nella stringa di ricerca il titolo che vogliamo vedere e la risposta vi informerà dove è attualmente disponibile in streaming, noleggio o acquisto di copia digitale. Torniamo al nostro esempio: nel momento in cui scriviamo, *Il Padrino* di Francis Ford Coppola è disponibile nel catalogo di Netflix e Prime Video, ovviamente anche in lingua originale, il modo migliore per gustare le performance di Al Pa-

cino, Marlon Brando e Robert De Niro. Il capolavoro di Orson Welles, *Quarto Potere*, è disponibile in streaming solo nel catalogo di Prime Video. Quelli di Coppola e Welles sono i primi due della classifica che nel 2007 stilò l'American Film Institute sui 100 film più belli della storia del cinema americano. E l'Italia? Secondo il portale Movieplayer, al primo posto c'è *C'era una volta in America* e potete trovarlo su Now Tv e Sky Go, lo strumento con cui gli abbonati al pacchetto satellitare Sky possono vedere i loro contenuti in versione mobile. Troppo vecchi? Lo scorso settembre, il quotidiano inglese *The Guardian* ha stilato la classifica dei 100 film più belli del XXI secolo. Al primo posto c'è *Il Petroliere* di Paul Thomas Anderson e potete trovarlo su Netflix e Sky Go. Gli italiani hanno preso confidenza con i nomi più importanti tra i servizi streaming e satellitari, che portano nelle nostre case, su cellulari, tablet e computer tutto quanto di bello può stare in uno



Una delle serie tv più apprezzate degli ultimi anni, soprattutto la prima stagione con nel cast Woody Harrelson e Matthew McConaughey, sopra: *True Detective* può essere vista su Sky Go.

La sede di Netflix a Los Angeles, in California, a destra. La società fu fondata da Reed Hastings e Marc Randolph il 29 agosto 1997.

schermo, grande o piccolo che sia. Ecco un ripasso. L'ultima arrivata è Disney+ ma, come suggerisce il nome, non si tratta di una neofita. La neonata tv in streaming conta su un catalogo sterminato: non solo i classicissimi Disney, ma anche i film Marvel (avete mai sentito nominare gli Avengers?), Pixar, Star Wars e anche i documentari del National Geographic. Al momento del lancio, avvenuto lo scorso 24 marzo, su Disney+ saranno disponibili 25 contenuti originali esclusivi, tra questi l'attesissima serie *The Mandalorian*, prodotta e scritta da Jon Favreau, e oltre 1000 film, serie e produzioni originali, tutto scaricabile e tutto visibile su quattro schermi contemporaneamente. Disney+ potrà essere vista da smart TV, dispositivi mobili, computer, console, via app o browser, con AirPlay e Chromecast. Sarà un concorrente serio per chi aveva già occupato il mercato come Netflix.



Precedentemente, il settore era stato scosso dall'ingresso di Apple TV+. La scelta di Cupertino è stata di privilegiare i contenuti originali, puntando su storie inedite piuttosto che sulla vastità del catalogo. Del resto, chi di noi non resta imbambolato e indeciso di fronte alla quantità di contenuti da poter vedere? Tra i primi testimonial Steven Spielberg, Jennifer Aniston, Jason Momoa e Oprah Winfrey, e la serie *The*



I ragazzi di *Stranger Things*, serie originale Netflix che ha conquistato il pubblico più adulto grazie ai suoi riferimenti all'immaginario cinematografico degli anni Ottanta, in alto.

Jack Ryan (il protagonista ha il volto di John Krasinski) è la serie visibile su Prime Video ispirata al personaggio ideato da Tom Clancy, a sinistra.

Phoebe Waller-Bridge è la protagonista (e autrice) di *Fleabag*, serie televisiva vincitrice di quattro Emmy, lo scorso settembre e trasmessa da Prime Video, sotto.



Morning Show, *See*, *Servant* (dal regista de *Il Sesto Senso* e *Glass M.* Night Shyamalan), *Little America*, *The Banker* di Samuel L. Jackson nel 2020 e, per gli amanti de *I Peanuts*, *Snoopy nello Spazio*, dove il cagnolino e l'uccellino Woodstock vogliono entrare a far parte della NASA. Apple TV+ è accessibile a tutti: chi non ha dispositivi della casa della Mela, può utilizzarla, creando il proprio ID Apple.

Il grande rivale da battere è Netflix che, negli ultimi anni, ha catalizzato l'attenzione, ampliando a dismisura il suo catalogo e lanciandosi nella produzione di serie tv e film originali. Non ultimo il caso di Martin Scorsese, candidato per il Mi-

glier Film agli Oscar 2020 con *The Irishman*, a cui la società di Los Gatos mise a disposizione 160 milioni di dollari di budget. Le vicende di Robert De Niro, Joe Pesci e Al Pacino nei panni di Jimmy

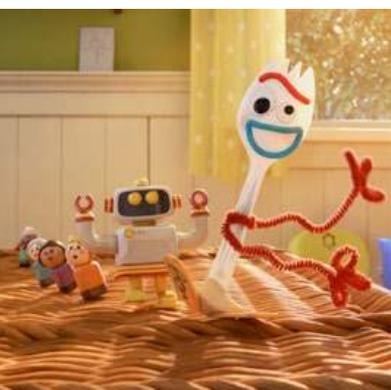
Hoffa saranno visibili solo agli abbonati.

Uno spazio importante si è ritagliato anche il colosso dell'e-commerce, Amazon. Il suo Prime Video è un servizio che consente di scaricare i contenuti o vederli in streaming a un prezzo piuttosto basso: è compreso nei

36 euro/anno dell'abbonamento Prime. Nel catalogo, la filmografia di Carlo Verdone, l'indimenticabile serie anni Settanta *Colombo* (andate a scoprire il primo episodio che fu diretto da un gio-

Apple TV+ punta sui contenuti originali e testimonial come Oprah Winfrey

Disney+ punta sui grandi classici del cinema di animazione come *Cenerentola* e *Dumbo*, e su Pixar, Marvel, Star Wars e National Geographic, assieme a programmi originali in esclusiva, lungometraggi e formati corti, serie e documentari prodotti appositamente per la piattaforma.



Perché di Forky è la serie di 10 corti con protagonista il nuovo giocattolo apparso per la prima volta in *Toy Story 4* che cercherà di avere risposte sulle più grandi domande della vita. Disney+ proporrà anche *Vita da Lampada*, il corto originale Disney Pixar che segue le avventure di Bo Peep, l'amica di Woody e Buzz e della banda di giocattoli di *Toy Story*.



vanissimo Steven Spielberg), quasi tutti i Mission: Impossible con Tom Cruise (ma anche *Jerry Maguire* e *Oblivion* ad esempio), classici del cinema orientale come *Old Boy* e tante serie originali: da vedere sicuramente *The Man in The High Castle* (ispirata all'ucronia di Philip K. Dick *La Svastica sul Sole*) e le pluripremiate *Fleabag* e *La Fantastica Signora Maisel*.

Da anni gli italiani hanno fatto la conoscenza di Sky, la piattaforma televisiva che consente la fruizione del servizio previa installazione di antenna parabolica. Per gli abbonati, a disposizione c'è Sky Go, per vedere le proprie serie tv e film preferiti anche in movimento. Classici vecchi e nuovi come *Twin Peaks*, *The New Pope* e *Westworld* sono così fruibili sullo smartphone o tablet.

Non finisce qui, non meno significativi sono le proposte del sito MyMovies:

in abbonamento è possibile accedere a contenuti interessantissimi come alcuni capolavori di Ingmar Bergman. TIMVision è operativo dal 2009 e fornisce on demand programmi di intrattenimento: se volete vedere *The Handmaid's Tale*, una delle serie più belle e ispirate degli ultimi anni, è questo l'indirizzo giusto. Tra gli altri canali streaming ricordiamo Infinity e Chili. Infine, per chi non voglia spendere nemmeno un soldo, ricordiamo le seguenti risorse (assolutamente legali): RaiPlay che, durante la crisi Coronavirus, ha garantito libero accesso ai suoi contenuti a tutti gli italiani senza bisogno di registrazione, Popcorn TV, la biblioteca digitale Internet Archive, le Cineteche di Milano e di Bologna, mentre anche su Rakuten Tv c'è una sezione di titoli assolutamente gratis da vedere (previa registrazione).

VISTA FILM E SERIE NOVITÀ



La Casa di Carta 4

Netflix

Dal 3 aprile, la casa di Los Gatos mette a disposizione degli abbonati italiani la quarta stagione de *La Casa di Carta*, serie tv spagnola amatissima dal pubblico. I nuovi episodi riprendono le vicende durante il colpo per rubare l'oro della Banca di Spagna: il Professore è convinto che Lisbona sia stata uccisa, Rio e Tokyo hanno fatto saltare in aria un carro armato dell'esercito e Nairobi lotta tra la vita e la morte, dopo aver visto dalla finestra il figlio, dal quale si era separata da anni. Insomma, la banda vive un momento difficile.



THE MANDALORIAN

Disney+

Esordio in grande stile per il neonato canale streaming: dopo l'anteprima sul digitale di domenica 22 marzo, due giorni dopo, Disney+ ha proposto a tutti i suoi abbonati le avventure di *The Mandalorian*. Ambientata nell'universo cinematografico di Star Wars – anche se sarebbe più corretto scrivere nella “galassia lontana, lontana” – *The Mandalorian* si svolge nell'arco di tempo tra la caduta

dell'Impero e il sorgere del Primo Ordine. Il protagonista è il Mandaloriano, un cacciatore di taglie che si sposta di pianeta in pianeta, ai confini dello spazio. Siamo nell'orlo esterno, lontani dall'autorità della Nuova Repubblica. *The Mandalorian* ha ambientazioni e tematiche molto vicine al genere western. La serie ha come protagonista Pedro Pascal (Oberyn ne *Il Trono di Spade*) nei panni del Mandaloriano.



Diavoli

Sky Atlantic

Arriva il 17 aprile la serie tv Sky Original in anteprima mondiale in Italia per poi sbarcare negli altri Paesi del gruppo Sky e in Francia. *Diavoli* è un thriller finanziario internazionale con Alessandro Borghi, Patrick Dempsey, Kasia Smutniak e Lars Mikkelsen. Girata tra Roma e Londra, la serie è tratta dal best seller *I Diavoli* di Guido Maria Brera (edito da Rizzoli): l'italiano Massimo Ruggero (Alessandro Borghi), spregiudicato Head of Trading di una delle più importanti banche di investimento del mondo, intraprende una guerra finanziaria con il suo mentore, interpretato da Dempsey.

NETFLIX

TYLER RAKE



24 aprile
Nel film targato Netflix, Chris Hemsworth è Tyler Rake, mercenario che opera nel mercato nero, ingaggiato per salvare il figlio rapito di un boss.

PRIME VIDEO

TALES FROM THE LOOP



3 aprile
Ispirata a due libri dell'artista Simon Stålenhag, racconta le vicende di una cittadina e della misteriosa macchina che nasconde nel sottosuolo, il Loop.

THE WALKING DEAD: WORLD BEYOND



13 aprile
Terza serie dell'universo di TWD. Al centro della storia ci sarà la prima generazione cresciuta nello scenario zombie-apocalittico.

SKY ATLANTIC

BABYLON BERLIN 3



1° aprile
La serie più costosa della storia della tv tedesca torna su Sky Atlantic e in streaming su NOW TV con la terza stagione e ispirata alla saga letteraria su Gereon Rath.

VISTA LIBRI

RICHARD CHIZMAR

RACCONTO MOZZAFIATO

Dopo *La scatola dei bottoni di Gwendy*, il ritorno a Castle Rock per scoprire il seguito della storia

Richard Chizmar riporta il lettore nella piccola cittadina di Castle Rock che, dopo una bufera di neve, si risveglia all'improvviso dal suo torpore: due adolescenti sono scomparse nel nulla. Lo sceriffo e la sua squadra danno subito il via alle ricerche, in una drammatica corsa contro il tempo. A Washington, Gwendy Peterson ha iniziato una nuova vita e si è lasciata alle spalle l'infanzia trascorsa a Castle Rock e il ricordo dell'estate in cui un uomo misterioso le aveva dato in custodia una scatola dotata di bottoni colorati e di ambigui poteri. Tornato a riprendersela, lo sconosciuto le aveva promesso che non l'avrebbe rivista mai più. E invece ecco ricomparire quella scatola e nuovi incubi da scongiurare prima di poter dormire sonni tranquilli.

La piuma magica di Gwendy ci interroga sul peso del fato e delle nostre decisioni



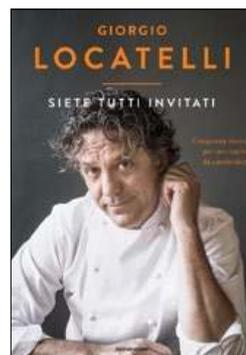
DA NON PERDERE



Paola e Lucio

Massimo Iondini

Una dedica alla coppia artistica Dalla-Pallottino con retroscena e aneddoti della carriera degli esordi del cantautore bolognese. Edizioni La Fronda



Siete tutti invitati

Giorgio Locatelli

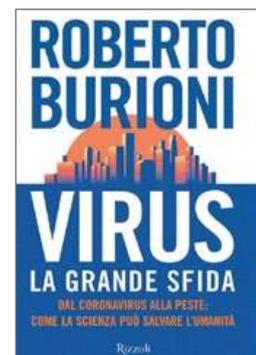
Lo chef spalanca le porte della sua cucina e ci invita a sbirciare, a gustare e a cucinare qualcosa di suo. Mondadori



Finché il caffè è caldo

Toshikazu Kawaguchi

Un tavolino, un caffè, una scelta. Un romanzo pieno di fascino e mistero sulle occasioni perdute e quelle ancora da vivere. Garzanti



Virus, la grande sfida

Roberto Burioni

Uno dei più apprezzati virologi italiani spiega perché i nuovi virus rappresentano una minaccia per l'umanità. Rizzoli

VISTA OROLOGI



SEIKO

LO STILE DEI CAMPIONI

Federico Pellegrino, fondista azzurro, è tra i nuovi Seiko lovers e ha scelto l'Astron 5X di ultima generazione

La grande famiglia dei fan di Seiko si allarga. Il nuovo arrivato è il fondista della Nazionale Federico Pellegrino che ha scelto l'Astron 5X di ultima generazione. Il design, sportivo ed elegante, insieme alle performance elevate sono le caratteristiche che colpiscono e che hanno stregato l'atleta azzurro. «Il mio sport è un mix di forza, resistenza, strategia e gestione dei tempi e del ritmo. Mi alleno con costanza e disciplina poiché credo fortemente che il risultato arrivi con il duro lavoro. In questo mi ritrovo con l'orologio che indosso e

«Mi ritrovo con l'orologio che indosso e con la sua filosofia», rivela l'atleta

con la filosofia che rappresenta e che mi rispecchia». Cassa di 42,9 millimetri in titanio con rivestimento antigraffio e trattamento IP color oro rosa, lunetta di ceramica, cinturino di silicone. Un mix di materiali che rende l'Astron 5X un perfetto esempio di stile. «Gli appassionati del marchio e dei nostri orologi sono per noi il miglior veicolo di comunicazione – aggiunge Roberto Sforzini, Direttore di Seiko Italia –. Siamo onorati di annoverare tra i Seiko lovers uno sportivo del calibro di Chicco Pellegrino». www.seikowatches.com



PHILIP WATCH

Passione mare

Caribe Diving è la nuova collezione dedicata agli amanti del mare. Automatico con cassa e bracciale in acciaio, indici e lancette luminescenti. E ovviamente water resistant, fino a 300 metri. www.philipwatch.net



SECTOR NO LIMITS

Pura adrenalina

Sector dedica al "padrone dell'aria" Sean MacCormac la nuova collezione 950, reinterpretazione del modello usato negli anni '90 dall'indimenticabile Patrick de Gayardon. www.sectornolimits.com

«Live nei teatri: che emozione!»

Il cantautore livornese presenta il suo ultimo lavoro in studio, *Nigio*. Un disco di passaggio, come lui stesso lo definisce, che presenterà dal vivo a partire dal 2 maggio con un tour che sarà «un'esperienza intima e coinvolgente»

DI DARIO MORCIANO

Q

uando lo contatto per l'intervista, Enrico Nigiotti è, come tutti, rinchiuso in casa per l'emergenza Coronavirus. Una "clausura" forzata per chi, come lui, è perennemente in viaggio in cerca di emozioni, storie e quel contatto umano che riversa nelle sue canzoni prima e nei suoi live poi. Quel contatto che, a suo dire, lo fa emozionare e che lo ha spinto a programmare un tour nei teatri proprio per azzerare la distanza tra il palco e il pubblico, «dove poter cantare tutti insieme».

Come sta vivendo, rinchiuso in casa, questa situazione di emergenza?

«Sono preoccupato per il futuro. Navighiamo tutti a vista. Ma se nel 2020 ci chiedono di stare tutti a casa con tutti i comfort che abbiamo, uno sforzo possiamo e dobbiamo farlo tutti. Non ci possiamo lamentare. È una situazione strana. Io ho la fortuna di vivere davanti al mare e la finestra è diventata il mio quadro. La cosa positiva, in tutta questa fase negativa, è che quando finirà l'emergenza riscopriremo la bellezza delle cose semplici».

Questa "pausa" forzata le sta dando

qualche spunto per nuove canzoni?

«Il tour stava andando benissimo nelle vendite e spero si possa partire a maggio. Ma, come detto, si naviga a vista. Stando a casa, sto molto alla chitarra e al pianoforte, cerco di portare avanti delle idee, ma è tutto molto strano. Scrivo e suono tanto però non mi impongo di scrivere una canzone. Sono uno che abitualmente dalla mattina alla sera sta sempre fuori, e trovarmi rinchiuso in casa con una chitarra in mano non mi viene per forza da scrivere un brano. Per riuscirci devo vivere qualcosa di intenso che mi consenta di essere creativo. Questa è un'esperienza forte per tutti e arriveranno le emozioni, ma credo solo nel momento in cui metabolizzeremo il tutto».

Di concreto, oggi, c'è il suo ultimo disco a cui ha voluto dare il suo soprannome, "Nigio".

«Questo è un disco di passaggio. *Cenerentola e altre storie* è stato il mio primo step da cantautore dove ho indossato una veste che è la mia cifra stilistica. *Nigio*, un album con molte meno canzoni, l'ho pensato come passaggio ed esclusivamente

3 DISCHI DA METTERE IN VALIGIA

- *Nigio* - di Enrico Nigiotti
- Un disco di Vasco Rossi
- Un disco di Luigi Tenco

Enrico Nigiotti è nato a Livorno l'11 giugno 1987. Nel 2009 ha partecipato alla nona edizione di *Amici di Maria De Filippi* e nel 2017 ha fatto parte del cast di *X Factor 11* nella categoria Over 25, guidata da Mara Maionchi.





Il cantautore livornese ha partecipato a tre edizioni del Festival di Sanremo: nel 2015, nella categoria Nuove Proposte, con il brano *Qualcosa da decidere*; nel 2019 con *Nonno Hollywood*, il cui testo ha vinto il Premio Lunezia, e quest'anno con la canzone *Baciami adesso*.

Nigio è il quarto album in studio di Enrico Nigiotti, pubblicato lo scorso 14 febbraio. Otto le tracce del disco tra cui la hit *Notturna* e *L'ora dei tramonti* che vede la collaborazione di Giorgio Panariello.



per i live. Sono otto pezzi concepiti per essere suonati nei teatri. È un disco che mi permette di avere un totale di almeno 20 canzoni da portare in tour».

Il disco si apre con *Baciami adesso*, brano che ha portato sul palco di Sanremo... Che esperienza è stata e com'è stato tornare sul quel palco?

«Sanremo realmente posso dire di averlo fatto lo scorso anno perché l'edizione nella sezione Giovani non la ricordo nemmeno (nel 2015 con il brano *Qualcosa da decidere*, ndr). È stata una cosa talmente veloce e strana, ero quasi impaurito. Mentre nel 2019 l'ho vissuta in maniera diversa. Sarà anche per la canzone che ho presentato. Una canzone che è stata come uno sfogo emotivo. Sono andato lì con i paraocchi, non me ne fregava di niente e di nessuno. Volevo solo cantare quella canzone. Quest'anno, invece, con tutto quello che sta accadendo è come se non avessi mai fatto Sanremo. E penso che questo valga per chiunque, anche per chi ha vinto il Festival».

Nel disco c'è anche una canzone, *Hi-*

***ghlander*, che ha definito il suo inno generazionale.**

«È una canzone che ho scritto per me e i miei amici. È come se fosse una dedica alle nostre serate. È un inno generazionale perché è come dire: "Oh, mi sa che stiamo diventando grandi e tante cose sono finite". C'è un po' di nostalgia dentro».

Tra queste cose finite c'è anche il mettersi alle spalle un passato un po' "burrascoso"?

«Sicuramente chi nasce tondo non può morire quadrato però credo che uno cresce, diventa più maturo e conosce tutti i propri demoni che all'inizio vengono fuori come funghi ma poi cominci a domare. E per poterli domare devi averli conosciuti questi demoni. Tutta esperienza che serve per migliorarsi e adesso mi sento molto più "giusto" rispetto a prima».

Quale di questi demoni cancellerebbe?

«Nessuno. Rifarei tutto quello che ho fatto».

Nelle sue canzoni tanti riferimenti a Livorno.

«Livorno per me è un sentimento oltre a



FABRIZIO CESTARI

essere la mia città. Sono fiero di essere nato qui e questa cosa penso che me l'abbia tramandata mio nonno, un livornese verace».

E cosa le è rimasto delle giornate passate con suo nonno?

«Come ho scritto nella canzone *Nonno Hollywood*, che “la bellezza sta nel semplice”».

Da programma attuale, il 2 maggio partirà il tour. Che live sarà?

«Dovrei iniziare le prove tra qualche settimana ma non so se partirà. Se non sarà a maggio sarà in autunno, ma sicuramente sarà qualcosa di emozionante. Un'esperienza tra pubblico e palco perché è quello che piace a me. A teatro si può cantare tutti insieme. C'è un'intimità e un silenzio incredibili».

Chiusura ovviamente nella sua Livorno. Ha pensato a qualche sorpresa?

«No, per adesso è tutto work in progress. Non ci saranno ospiti. Mi piacerebbe ave-

re Cricchichi a Roma e Panariello a Firenze perché abbiamo fatto delle cose insieme, ma bisogna capire dai loro impegni».

A proposito di amici. Con chi le piacerebbe collaborare almeno una volta?

«Mi piacerebbe scrivere una canzone con Ivano Fossati, il più grande di tutti».

«Ho finalmente domato i miei demoni e oggi mi sento più “giusto” di prima»

La canzone che avrebbe voluto scrivere?

«*Anima Fragile* di Vasco Rossi, la canzone più bella del mondo».

Sogno nel cassetto?

«Continuare a essere felice».

Come si vede Enrico tra 20 anni?

«Spero di essere felice come lo sono ora. Non per forza facendo musica perché magari tra 20 anni potrei essere felice producendo vino. Spero di avere sempre la voglia di portare avanti quello che in quel momento potrà essere una mia passione e l'idea giusta per me».

IL TOUR	
2 maggio	BOLOGNA Teatro Celebrazioni
4 maggio	FIRENZE Teatro Verdi
5 maggio	MILANO Teatro Dal Verme
8 maggio	NAPOLI Teatro Acacia
11 maggio	TORINO Teatro Colosseo
19 maggio	ROMA Auditorium Parco della Musica
21 maggio	LIVORNO Teatro Goldoni

UDITO MUSICA

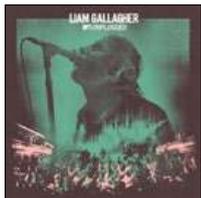


Future Nostalgia

Dua Lipa

La superstar mondiale da oltre 6 miliardi di streaming torna con un nuovo potente lavoro anticipato dalla hit *Don't Start Now* cantata anche sul palco dell'Ariston.

Warner Music



MTV Unplugged

Liam Gallagher

L'album che riprende il famoso *Mtv Unplugged* degli Oasis del 1996, dove Liam non si presentò e che decretò l'inizio dello scioglimento della band.

Warner Records



FRANCESCA MICHELIN

FEAT (STATO DI NATURA)

Un progetto unico nel suo genere. Sì, perchè definire disco un lavoro come quello pubblicato da Francesca Michielin sarebbe riduttivo. Undici tracce per altrettanti featuring (come suggerisce il titolo) frutto della collaborazione della cantautrice con i nomi più importanti e interessanti del panorama musicale italiano attuale. *Feat (Stato di natura)* nasce dalla voglia di incontrarsi e di far incontrare due mondi all'apparenza molto distanti: l'urban e quello più analogico. «Questo progetto – spiega la cantautrice – è stato un lavoro ambizioso, fatto di incontri e paralleli, tesi a creare qualcosa che non avevo mai fatto prima, una storia di contrasto e unione, tra Natura e Urban, che mi lasciano da sempre divisa e in bilico ma che mai come oggi mi appartengono. Il confronto è il mio Stato di Natura».

Sony Music



The New Abnormal

The Strokes

Sesto album della band newyorkese, prodotto da Rick Rubin e la cui copertina è un omaggio a un dipinto di Jean-Michel Basquiat, *Bird on Money*.

Cult/RCA



Scritto nelle stelle

Ghemon

A tre anni dal precedente *Mezzanotte*, un disco che mescola la melodia, il rap, una band di musicisti e il lavoro dei migliori producer in circolazione.

Carosello Records

TOP DIGITAL

Classifica download e streaming

*Aggiornata al 19 marzo

1	2	3	4	5
BANDO Anna Virgin Uni	GOOD TIMES Ghali Sto Records/Atlantic Wmi	BOOGIEMAN Ghali feat Salmo Sto Records/Atlantic/Epic Wmi	RINGO STARR Pinguini Tattici Nucleari Rca Records Label Sme	NEON - LE ALI Marracash & Elisa Island Uni

UDITO HI-TECH

SONY XPERIA 1 II

Velocità: la parola d'ordine per questo smartphone



È il primo smartphone al mondo con scatto continuo fino a 20 fps, tracking AF/AE e connettività 5G, per un'esperienza di intrattenimento davvero creativa: queste sono solo alcune delle caratteristiche del nuovo top di gamma di casa Sony, alle quali si aggiunge la fotocamera a tre obiettivi di nuova concezione, dotata della tecnologia Alpha.

Xperia 1 II include inoltre una potente batteria da 4.000 mAh con ricarica rapida (fino al 50% in soli 30 minuti) e ricarica wireless Qi rapida, per non restare mai a secco. Prosegue infatti la politica di casa Sony per lo sviluppo di tecnologie che allungano la vita della batteria: in quest'ottica molto importante è la funzione "Battery Care", basata sull'intelligenza artificiale, che si adatta alle abitudini personali. Insomma, un nuovo smartphone nato per offrire un intrattenimento incredibilmente completo, che si tratti di ascoltare musica o guardare un film. www.sony.it



SAMSUNG Q950T

SUA MAESTÀ L'8K

È il Q950T il vero fiore all'occhiello della gamma TV QLED 8K 2020 di Samsung, che offre una tecnologia e un'esperienza di home entertainment senza precedenti. In arrivo in Europa nei tagli 65, 75 e 85 pollici, è il primo televisore 8K del settore a combinare un form factor elegante e ultra-sottile (con uno spessore di soli 15 mm) con una qualità d'immagine eccellente, la potenza del processore Quantum 8K di nuova generazione, le funzionalità di AI e Smart e un sistema surround di altoparlanti. La cornice del TV è "sparita" lasciando spazio a un display a tutto schermo (chiamato Infinity Screen), che arriva a ricoprire il 99% del pannello del televisore. www.samsung.com

HUAWEI FREEBUDS 3

Addio rumore

Arrivano i primi auricolari True wireless stereo open-fit con cancellazione attiva del rumore: grazie alla funzione noise-cancelling avanzata, si può infatti ridurre il rumore ambientale in tempo reale, per un ottimo ascolto e chiamate audio di qualità, in qualsiasi ambiente. Eleganti e semplici, gli Huawei FreeBuds 3 garantiscono massimo comfort, adattandosi perfettamente al padiglione auricolare. consumer.huawei.com



UDITO MOTORI

RENAULT

Koleos, nuovi Diesel e un lifting leggero

Si fatica a capire dove è cambiato il Suv grande (lungo 4,67 metri) di Renault. È stato rivisto il frontale: la griglia è leggermente più grande e ha rilievi più marcati, sono inoltre più evidenti i fendinebbia, poi c'è qualche cromatura in più. Ma la vera novità è rappresentata dall'arrivo dei Diesel 1.7 litri da 150 e 2.0 da 190 cv, entrambi Euro6D-Temp con Scr per l'Adblue. In particolare, l'unità più potente (capace di una coppia di 380 Nm) consente di sfruttare con soddisfazione le ottime doti della trazione integrale. Il suo sistema 4x4 prevede la selezione di tre modalità: solo trazione anteriore, 4x4 Auto, con ripartizione automatica elettronica, e Lock, col differenziale posteriore bloccato e la ripartizione 50/50 tra i due assi.



PEUGEOT

LA CASA DEL LEONE GIOCA PIÙ CARTE SULL'ELETTRICO

Le nuove ibride plug-in sfoderano l'innovativo e-Save

La Peugeot sta lanciando un'offensiva a tutto campo per la mobilità sostenibile. Dopo l'arrivo delle versioni full electric della 208 e della 2008, ecco la 508 e la 3008 ibride (a benzina) plug-in con un'ulteriore interessante evoluzione. Giova ricordare che le ibride plug-in sono quelle auto che riescono a percorrere 50-60 km in modalità full electric perché dotate di batterie più grandi, ricaricabili con una presa di corrente nelle colonnine rapide o con la presa domestica. Ma se sta per finire il

carburante trovare un distributore non è un grosso problema; mentre può essere, per ora, problematico trovare agevolmente una presa per la ricarica. Chi ha esperienza di auto ibride, sa quanto è importante disporre della riserva di corrente quando si deve entrare in una zona dove accedono solo mezzi green. È così che Peugeot ha messo a punto la funzione e-Save, che permette di programmare la conservazione della riserva di autonomia elettrica per 10, 20 km o dell'intera carica.

BMW

Serie 2 Gran Coupé: una GT quattro porte

Sulla carta la Serie 2 Gran Coupé è la sorella con la coda della Serie 1, nella pratica ha i connotati di una Gran Turismo a quattro porte. La Serie 2 Gran Coupé è lunga 4,53 metri, 21 cm più della Serie 1, ma bisogna dire che l'allungamento è stato usato bene. Il corpo vettura appare ben equilibrato e la parte posteriore è gradevolmente fluente. L'abitacolo è molto simile a quello della sorella. È offerta con due unità a benzina: 1.5 litri da 140 cv (218i) e 2.0 da 306 (M235i) e un solo Diesel 2.0 da 190 cv (220d).





IMPARA L'INGLESE DIVERTENDOTI CON

John Peter Sloan®
La Scuola

MIGLIORA IL TUO INGLESE OGNI MESE CON NOI!



BACK INTO SHAPE!

In the last issue of our magazine we imagined we were not bursting with good health, but then we pointed out how to be cured in English! So now we're definitely ready to be fighting fit for summer! Se nello scorso numero della rivista ci immaginavamo di non scoppiare di buona salute, poi abbiamo evidenziato come farci curare in inglese, quindi ora siamo pronti a essere nuovamente in super forma per l'estate! **Some of you**

already practise sports of all kinds: you go running, swimming, climbing or skiing, or you do karate, aerobics, athletics or exercise in general, and a lot of other people play tennis, golf, football or basketball. Avrete notato come in inglese si usino ben tre verbi diversi da associare allo sport: **you use DO for "recreational activities" and non-team sports where no ball is needed.** Ecco perché lo abbiamo usato per il karate, l'aerobica, l'atletica o l'esercizio fisico in generale: a questi possiamo aggiungere **judo, ballet, kung-fu, martial arts** (arti marziali), **yoga, archery** (tiro con l'arco), **weight-lifting** (sollevamento pesi), **even CrossFit, the new trendy workout program that trains all the muscles (and much more) in a very intense way.** In queste attività non sono previste palle o palline, altrimenti avremmo usato il verbo "to play", che abbiamo associato agli sport più famosi, dal calcio al tennis, al basket (**remember, in English it is "basketball" and not "basket!"**). **Some more sports you play? Rugby, volleyball, baseball and hockey!**

Last but not least, when a sport implies that you have to go somewhere to practise it, you use... "GO": correre, nuotare, arrampicare o sciare. **Other activities? To go windsurfing, skating, cycling, sailing and even dancing!** Dal windsurf al pattinaggio, dal ciclismo alla vela e persino la danza! **More like a couch potato? You still have got time to get moving and take up a new sport.** Se siete dei pantofolai, avete ancora tempo per muovervi e iniziare un nuovo sport. **Nowadays you can even work out at home, following some of the hardest trainers on their channels. All you need is the correct equipment: a set of light or heavy weights, a mat, and of course the right apparel.** Al giorno d'oggi ci si può persino allenare in casa seguendo trainer tosti sui loro canali. Basta avere l'attrezzatura corretta: dei pesi leggeri o pesanti, un materassino e l'abbigliamento giusto. **Don't forget to breathe!** Non dimenticatevi di respirare! E ora: sapete tradurre i seguenti termini sportivi?

1. arbitro 2. campo da calcio 3. campo da tennis 4. tifare una squadra 5. partecipare a una gara 6. pista da sci

1. referee; 2. football pitch; 3. tennis court; 4. to support a team; 5. to take part in a competition; 6. ski slope

YOUR TURN!

Traduci le seguenti frasi utilizzando vocaboli, espressioni e phrasal verbs che trovi in questa pagina!

- "Sei un pantofolaio e hai la pancetta! Dovresti (=should) fare una dieta intensa e iniziare qualche sport per tornare in forma!" "Ma scoppio di buona salute! Praticare uno sport implica andare da qualche parte, e io non ho l'abbigliamento giusto!"
- "La scorsa settimana ho partecipato a una gara su un campo da tennis. Alla fine (=at the end) ero fuso, i muscoli mi facevano male: non mi reggevo in piedi! Forse dovrei andare a correre o in bicicletta".
- "Sembri (=you look like) nel momento migliore della tua vita! Pieno di energia! Io sono senza forze". "Mi alleno in casa, con i pesi leggeri. Dovresti darti una mossa se vuoi essere in super forma per l'estate".

Soluzioni:
(1) "You are a couch potato and have a spare tyre you should go on a crash diet and take up some sport to be back into shape!" "But I'm bursting with good health! Practising a sport implies that I have to go somewhere and I don't have the right apparel!"
(2) "Last week I took part in a competition on a tennis course. At the end I felt off colour, my muscles were sore. I was ready to drop! Maybe I should go running or cycling."
(3) "You look like you're in the prime of life! Full of beans! I am out of steam!" "I work out at home, with light weights. You should get moving if you want to be fighting fit for summer!"

IDIOM OF THE MONTH: "FULL OF BEANS"

You have trained, you feel all your muscles sore, your abs are on fire, your arms and legs are burning... That's the moment when you feel full of beans! Chi si allena lo sa: quando i muscoli sono doloranti, gli addominali vanno a fuoco, gambe e braccia bruciano per l'esercizio fatto, ecco che ci si sente pieni di energia! Curioso, questo idiom, visto che i "beans" sono dei fagioli! Il suo opposto è "out of steam", ossia abbiamo finito il vapore, cioè le forze. **It happens when you are extremely tired, that is you are "ready to drop", non vi reggete in piedi!** **Other idioms? Here they come!**

- to feel off colour
- to be in the prime of life
- the go on a crash diet
- to have a spare tyre

Soluzioni:
(a) essere fuso / stanco (b) essere nel momento migliore della propria vita (c) fare una dieta intensa (d) avere la pancetta

www.jpescuola.it

MILANO - Via Mauro Macchi, 28 - MM2 e MM3 Centrale, tel. 02 20242154

ROMA - Via Catanzaro, 15 - Metro B Bologna, tel. 06 56568261

MENFI (AG) - Via Amerigo Vespucci, 8 - tel. 328 1447960

SCIACCA (AG) - Via Brigadiere Nastasi, 39, tel. 328 1447960

GUSTO

EREZ OHAYON

«Il mio sogno? L'ho realizzato»

Erez Ohayon, chef del ristorante La Bottega del Buon Caffè a Firenze, racconta il grande progetto di cui fa parte dove i protagonisti sono i prodotti della terra

DI VIOLA PARENTELLI

U

n'infanzia passata nei kibbutz israeliani, dove il contatto con la natura e le sue erbe spontanee ha lasciato un'impronta indelebile nell'anima di Erez Ohayon. Sembra quasi un segno del destino il fatto che, oggi, il giovane chef faccia parte di un progetto grande e autentico che mette al centro proprio i prodotti della terra. Al ristorante stellato La Bottega del Buon Caffè di Firenze, Erez si fa portavoce in città di un messaggio che arriva dalle campagne senesi, tra gli orti, il verde e i prodotti a km zero dei 109 ettari di Borgo Santo Pietro. Rimasto da subito affascinato dal progetto, lo chef israeliano ha trovato in questa realtà il suo habitat naturale. Il suo menu racconta una cucina onesta, condita con tecniche antiche e cotture dimenticate, senza mai tralasciare la valorizzazione del prodotto.

Come nasce la sua passione per la cucina? Quando ha capito che sarebbe stata la sua strada?

«Nella vita avrei pensato tutto, ma mai di essere un cuoco. Venendo da Israele, ho fatto tre anni di servizio militare: qui ho iniziato come meccanico di carri armati. Uscito dall'esercito, ho continuato a farlo, all'interno di un'officina per un altro anno, ma nel frattempo il mio migliore amico insisteva perché andassi con lui a lavorare in un ristorante. Non lo avrei mai pensato, poi mi sono detto "ci provo, e vediamo". Ho sentito subito una forte adrenalina: è bastato davvero poco perché mi innamorassi. La soddisfazione di una ricetta ben eseguita e di un piatto riuscito è impagabile».

Quanto c'è della sua cultura nella



sua cucina e come si incontra con gli ingredienti provenienti dagli orti di Borgo Santo Pietro?

«Porto la mia anima: è ciò che sono, ciò che mi racconta. Sono nato e cresciuto in Israele, ma ho vissuto a lungo fuori e ho sempre cercato di adattarmi al luogo in cui mi sono trovato: prima New York e poi l'Italia. Ovviamente quelle sono le mie radici, l'influenza è forte: sono cresciuto in mezzo alla natura tra le montagne, come un contadino, e questo è quello che vorrei trasmettere nei miei piatti. La mia cucina è la sintesi di ciò che ho visto e non di ciò che ho avuto. In ogni posto ho sempre trovato cose nuove e a queste mi sono adattato per creare i miei piatti».

Lavorare a La Bottega del Buon Caffè significa sposare un progetto

ben più ampio. Cosa l'ha colpita di più e l'ha convinta a far parte del team di cucina?

«Il progetto è quello che io ho sempre cercato. Sulla mia strada professionale ho sperato di incontrare realtà di questo tipo: già in una mia passata esperienza all'interno di un agriturismo biodinamico ho visto le potenzialità di poter lavorare quotidianamente con i prodotti della terra. Perciò, quando mi hanno presentato il progetto, mi sono convinto da subito. È raro trovare una possibilità come quella che mi si è presentata: stiamo andando nella direzione giusta».

Parliamo delle tecniche di una volta, quasi dimenticate, che lei ha deciso di portare sul menu, come le

Una delle sale de La Bottega del Buon Caffè, pagina accanto, 1 stella Michelin a Firenze.

Chef Erez Ohayon, in alto a sinistra. Nato e cresciuto in Israele, ha sposato la filosofia di Borgo Santo Pietro, in provincia di Siena.

Un ambiente caldo e avvolgente ma dal design ricercato caratterizza gli interni, a sinistra.

Due piatti del menu de La Bottega del Buon Caffè, sopra e in alto, che segue rigorosamente la stagionalità.



I migliori ingredienti provenienti dagli orti e dalla fattoria di Borgo Santo Pietro, nelle campagne senesi, vengono abbinati a una lista di vini di oltre 1100 etichette regionali e da collezione.

lunghe cotture, sul carbone, sotto creta. Molte di queste sono poco conosciute. Che messaggio vuole mandare all'ospite?

«Il punto è che si tratta proprio di cotture quasi dimenticate. Nel tempo, ho provato tante nuove tecniche, come la cucina molecolare e il sottovuoto, e ho capito qual è il tipo di cucina che fa per me, quello in cui mi trovo più a mio agio e mi esprimo al meglio: le lunghe cotture, quelle antiche, di una volta. È chiaro, poi, che ci sono ingredienti che si prestano a un tipo di tecnica ben preciso, magari più innovativo. Il trucco è saper dosare bene: so quali sapori vengono esaltati cucinando in un modo piuttosto che in un altro, so quando posso combinare innovazione e tecniche antiche. Guardo al futuro, ma senza

abbandonare le tradizioni e le origini. Nella vita e nella cucina».

C'è un ingrediente in particolare di cui non può fare a meno?

«Non uno in particolare. Ma amo le erbe aromatiche, quelle non possono mancare. Amo ciò che nasce in natura, spontaneamente».

E l'ispirazione per un nuovo piatto da dove arriva?

«Dalla mia voglia di provare sempre cose diverse e di sfidare me stesso, le mie conoscenze e la mia ambizione. L'idea arriva pensando a un piatto che non è mai stato fatto, da un ingrediente che non è mai stato utilizzato in un certo modo oppure da qualcosa che io non ho ancora realizzato».



Per i suoi piatti, lo chef Ohayon privilegia tecniche antiche, quasi dimenticate e quindi controcorrente.



Israele, New York e adesso l'Italia. Tante culture ed esperienze diverse: che tipo di rapporto ha con il viaggio?

«Ogni viaggio apre la mente. Sono stato da poco a Napoli ed è stato illuminante, non ci ero mai stato. Da straniero in Italia, spostarmi su e giù mi aiuta a capire le persone e, al tempo stesso, gli ingredienti: c'è una grande cultura del cibo e tanti prodotti, spostandosi anche di poco, vengono utilizzati in maniera diversa. A me piace capire proprio come vengono utilizzati e il perché di queste interessanti differenze. Ogni viaggio è un insegnamento: nuovi sapori, nuovi

abbinamenti, nuove tecniche e sempre più voglia imparare».

C'è un sogno nel cassetto che non è ancora riuscito a realizzare?

«Il mio sogno è quello che sto vivendo adesso. Faccio parte di un progetto che mi appaga, in cui mi rispecchio. Ho la possibilità di scegliere i miei ingredienti ogni giorno, in base a cosa mi dà l'orto, e lasciandomi ispirare dagli ingredienti decidere un piatto: così, dalla mattina alla sera (ride, ndr). "Farm to plate" è la filosofia di Borgo Santo Pietro, ma è anche la mia».

Un team giovane e appassionato, guidato dall'Head Chef Erez Ohayon, ha riconfermato la stella Michelin.

«Farm to plate è la nostra filosofia: grazie all'orto posso decidere il piatto»

INFO

La Bottega del Buon Caffè
 Lungarno Benvenuto Cellini
 69/r., Firenze
 Tel. 055 5535677
www.borgointhecity.com



Delizie di stagione

Tipici del periodo da aprile a giugno, i piselli si dividono in due tipi: quelli da sgranare e i cosiddetti “mangiatutto” o taccole. In cucina si prestano a svariati utilizzi

DI JACOPO PASCONE

S

i coltivano da più di 4.000 anni e si possono trovare nel periodo primaverile, da aprile fino a giugno: i piselli venivano trattati sia in Asia Centrale che in Europa, ma furono i cinesi i primi a consumarli freschi, mentre nel Vecchio Continente arrivarono a essere serviti freschi solo nel XVI secolo, sopra le tavole delle corti reali. La pianta è coltivata per i suoi semi e si divide in due diverse categorie: quelli da sgranare e i “mangiatutto” (o taccole). Il vegetale appartiene alla famiglia delle Fabaceae e può presentarsi cespuglioso o rampicante. Sono ricchi di vitamine e contengono potassio, ferro, calcio e fosforo, caratteristiche che ne fanno un alimento adatto alle diete. La grande quantità d’acqua al loro interno li rende leggeri e facilmente digeribili, donandogli proprietà toniche e diuretiche. Al momento dell’acquisto dei

piselli, è importante assicurarsi che siano freschi, riconoscendo il colore verde brillante del baccello. I baccelli si mantengono bene per qualche giorno in frigorifero, anche se meglio se conservati all’interno di una busta di carta o in un apposito contenitore. Si possono riporre nel frigo anche già sgranati, basta conservarli in un contenitore con chiusura ermetica e non per più di tre giorni. È un alimento che in cucina può essere trattato in vari modi: in umido diventa un piacevole contorno, mentre saltandoli semplicemente in padella, restano croccanti e mantengono appieno il loro gusto. Si possono insaporire con la cipolla e si legano bene con prosciutto e pancetta. Vengono utilizzati anche per dare un tocco in più alle polpette, dopo essere stati schiacciati e mescolati con la carne. Per quanto riguarda zuppe



I piselli arrivarono in Europa solo nel XVI secolo, sulle tavole delle corti reali. In Cina vengono abbinati spesso con il riso, come nei piatti a lato e sotto a sinistra.



Il Mushy Peas, sopra, è un purè di piselli arricchito con burro, sale, pepe, panna e menta. È molto utilizzato in Inghilterra.

e vellutate, i piselli si presentano come un grande classico. Perfetto l'accoppiamento con fave e cuori di carciofo, ingredienti di una zuppa d'autore che a Palermo viene servita in agrodolce ed è chiamata "Frittedda". In Inghilterra invece è molto usato il Mushy Peas, un delicato purè di piselli arricchito con burro, sale, pepe, panna e menta. Oltre all'utilizzo classico che se ne fa in Cina abbinandoli con il riso, anche in Italia i piselli hanno un celebre accoppiamento con questo ingrediente. Leggenda narra che un tempo, nel giorno di San Marco (25 aprile), il Doge di Venezia ricevesse in omaggio un piatto

La grande quantità d'acqua presente al loro interno li rende leggeri e digeribili

di risi e bisi, preparato con delle verdure provenienti dal mercato di Rialto. Questa ricetta è composta da un brodo preparato con i baccelli, unito a piselli e cipolle cotti con riso Vialone Nano, il tutto completato da abbondante Grana Padano. Per quanto riguarda le taccole (tipo di piselli che si presenta con baccelli piatti e lunghi e che racchiude piccolissimi semi) non devono essere sbucciate, possono essere cotte intere, basta rimuovere le due estremità e il sottile filamento. È consigliabile mangiare le taccole quando sono ancora molto fresche, semplicemente dopo averle leggermente saltate in padella.



Pansoti alla salsa di noci

Piatto “di magro” tipico della cucina genovese, per l’assenza di carne lo si vedeva spesso a tavola durante il periodo della Quaresima. Vi spieghiamo come preparare l’impasto, il ripieno e il condimento

LA RICETTA

Ingredienti per 6 persone

PER LA PASTA

Farina 00 **400 g**
Uova **4**
Olio extravergine d’oliva
Sale

PER IL RIPIENO

Bietole **1 kg**

Uova **2**

Formaggio grattugiato **50 g**
Ricotta di pecora **200 g**
Sale
Noce moscata

PER LA SALSA DI NOCI

Gherigli di noce **200 g**

Pancarrè **4 fette**

Formaggio
grattugiato **40 g**
Aglio **1 spicchio**
Latte **100 ml**
Olio extravergine
d’oliva **60 ml**
Panna fresca **10 ml**

Ricordano i ravioli, ma senza ripieno di carne all’interno. I pansoti sono una pasta ripiena tipica della cucina ligure ed essendo un piatto “di magro” erano perfetti per il periodo della Quaresima. L’abbinamento con la salsa di noci li rende particolarmente gustosi e graditi anche ai bambini. Ecco come prepararli. Pulite le bietole eliminando le parti più dure, lavatele e lessatele 20 minuti in acqua salata. Poi, strizzatele e tritatele. Trasferitele in una terrina con le uova, la ricotta, la noce moscata, il formaggio grattugiato e il sale. Mescolate con cura e raffreddate in frigorifero. Disponete la farina a fontana, versate al centro le uova e poco sale, quindi impastate. Poi aggiungete un filo d’olio e continuate a lavorare per ottenere un

composto liscio ed elastico. Se serve, aggiungete poca acqua. Infine, coprite con la pellicola e lasciate riposare in frigorifero 30 minuti. Dividete l’impasto e quindi passatelo nella macchina per la pasta fino a ottenere una sfoglia sottile. Con il coppa pasta, ricavate dalla sfoglia dei cerchi, poi mettete un cucchiaino di ripieno al centro e richiudete a mezzaluna, schiacciando i bordi con cura per sigillare. Bagnate il pancarrè nel latte, strizzatelo e trasferitelo nel mixer con le noci, il formaggio grattugiato e l’aglio. Frullate, poi unite l’olio a filo, quindi la panna e mescolate con cura. Cuocete i pansoti per 4 o 5 minuti, scolateli e conditeli con la salsa di noci allungata con poca acqua di cottura. Per servire, guarnite il piatto con gherigli di noce.

NAPOLI

Sorsi&Morsi

Informale enoteca durante il giorno, raffinato wine bar a partire dalle 19: è Sorsi&Morsi by Enoteca La Giarra, la nuova vineria del "figlio d'arte" Salvatore Giarra. Qui la proposta vanta una selezione di oltre 1500 prodotti di etichette nazionali ed estere, distillati e prestigiosa liquoristica. A tutto ciò si aggiunge un'ampia scelta di taglieri di formaggi e salumi nazionali.

Via Onofrio Fragnito 70, Napoli
Tel. 081 5462274



BOLOGNA

MANZO & CO.: CARNE TOP

Una steakhouse ma anche un ristorante e una trattoria, informale e accogliente, nella zona centrale della città, a breve distanza da Piazza Maggiore, dove protagonisti assoluti, dei piatti proposti, sono solo tagli di carne pregiati, scelti dopo un'accurata selezione. Tra questi: Flat iron steak prove-

niente dall'Australia, Tagliate di Sashi Finlandese e, naturalmente, la nostra Fiorentina, le costate e molto altro. Qui gli irriducibili meatlovers non faticeranno a trovare carne per i loro denti.

Via Broccaindosso 79, Bologna
Tel. 327 7932923
manzoeco.it

L.P. SICILIAINBOCCA IN PRATI: LA CUCINA SICILIANA A ROMA

Nel cuore della Capitale, imperdibili le degustazioni di vini siciliani (in calendario ogni ultimo mercoledì del mese) e l'appuntamento del martedì con il Pistacchio Festival

Una storia, lunga più di un ventennio, contraddistinta dall'amore per la buona cucina e da un forte legame con le proprie radici, valori unici che hanno contribuito a donare al ristorante Siciliainbocca una credibilità radicata nel tempo, piatto dopo piatto, cliente dopo cliente. Nata nel 1999 dalla passione e dalla sagacia di Enzo Certo, imprenditore siciliano D.O.C., questa trattoria calda ed accogliente, nella sua sede storica di Prati, dal 2005 è gestita in modo brillante dalle sorelle Vanessa e Azzurra Certo e dalla loro mamma Paolina Cozzo; tre donne allegre e cordiali sempre attente alla qualità delle pietanze e ai sapori tipici della

Sicilia autentica: il meticoloso lavoro quotidiano in cucina consente, infatti, di proporre piatti della tradizione siciliana rivisitati con un tocco di contaminazione e creatività; sapori unici e genuini che contribuiscono a dar forma ad un vero e proprio menu emozionale, capace di deliziare anche i palati più raffinati. Come non assaggiare gli arancini, le panelle palermitane, la caponata, la pasta con le sarde, le linguine "A Ghiotta", i secondi di pesce freschissimo in arrivo ogni giorno da una delle isole più belle al mondo! Tutte ricette che Vanessa e Azzurra hanno ereditato dai nonni, ma che hanno saputo arricchire e personalizzare con la propria esperienza. Fiore all'occhiello della trattoria è la



carta dei vini che vanta esclusivamente referenze delle migliori aziende vinicole dell'isola, che è possibile degustare e la pasticceria dove regnano sovrane le mandorle di Avola, il Pistacchio di Bronte e la ricotta artigianale. Insomma, Siciliainbocca è il luogo ideale per riscoprire con tutti i sensi i profumi e i sapori di un tempo!

Per info: www.siciliainbocca.com
info@siciliainbocca.com



TELESE TERME (BENEVENTO)

LA LOCANDA DEL BORGO

Un viaggio nei sapori del Sannio, tra materie prime di alta qualità, paste fatte a mano e ottimi vini

Nel cielo del Sannio brilla la Stella Michelin del ristorante La Locanda del Borgo di Aquapetra Resort&Spa. In cucina c'è la passione da vendere, l'estro creativo e l'ambizione dell'executive chef Luciano Villani, classe 1983 e origini pompeiane. Qui si porta avanti una cucina di territorio, elegante ed equilibrata. Al centro dei piatti una continua ricerca di prodotti e materie prime locali, interpretati con guizzi di sobria creatività e moderne tecniche di cottura. Trionfano i prodotti DOP e IGT del territo-

rio, tra la provincia di Caserta e quella di Benevento: carni eccellenti da filiera corta e controllata, dalla podolica sannita all'agnello di laticauda; i grandi extravergine del Sannio e la mozzarella di bufala campana DOP; i fagioli di San Lupo, i carciofi di Pietrelcina e la patata del Matese. Nei piatti si combinano ricerca e tradizione, terra e mare, in sentieri tutti da esplorare.

Località Monte Pugliano,
Telese Terme (BN)
Tel. 0824 941878
www.aquapetra.com

ROMA

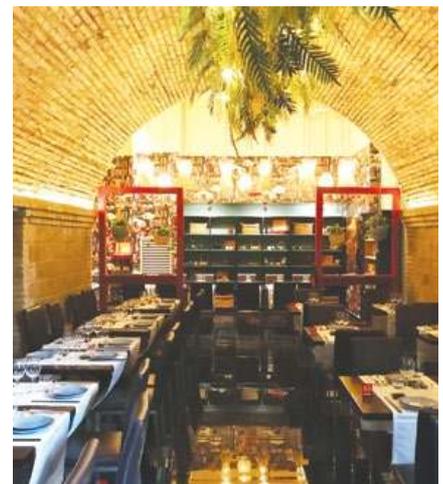
Huobi, Mercato Orientale

Nella vivace zona del Porto Fluviale ha aperto Huobi, una realtà unica nel contesto capitolino, dedicata esclusivamente alla gastronomia e alla cucina del mondo asiatico. Oltre 800 metri quadrati, dove occupano una posizione importante tre grandi forni cinesi, destinati alla cottura tipica dei piatti orientali più tradizionali, come la famosa anatra alla pechinese; segue una zona dedicata al sushi e alle sue declinazioni e un banco bar con una vasta offerta di cocktail, ma anche di tè e tisane. Un vero e proprio tuffo nell'arte culinaria del Sol Levante.

Via Antonio Pacinotti 63, Roma

Tel. 06 98796945

www.huobimercatoorientale.com



BOLOGNA

Spaccio Belfiore

Non è un ristorante, non è un bar e non è nemmeno un pub: lo Spaccio Belfiore propone, oltre alla possibilità di consumare e degustare cibo, tra cui varie tipologie di pane tradizionale, conserve di verdura e confetture, prodotti ortofrutticoli freschi, uova e salumi, anche quello

di acquistare i prodotti di loro produzione. La cucina di Spaccio Belfiore arriva proprio da questo: tutto è a km zero: è questa infatti la filosofia che è alla base di questo posto.

Via dei Colli 39, Bologna

Tel. 333 7670909

lospacciobelfiore.com



GARDA

RISTORANTE REGIO PATIO

A pochi passi dal lago di Garda per un'esperienza di gusto raffinata, dai sapori autentici e ricercati

Situato all'interno dell'Hotel Regina Adelaide, deliziosa villa Liberty dei primi del '900 e affacciato su un giardino con un elegante loggiato, il ristorante gastronomico Regio Patio propone la cucina italiana contemporanea dello chef Andrea Costantini (già sous chef di Bruno Barbieri a Villa del Quar). L'offerta gastronomica qui racconta un'identità: memorie di gusto della famiglia Tedeschi (storica famiglia di albergatori veronesi) fuse alla riconosciuta esperienza dello chef Costantini. Una cucina fatta di sapori nitidi e materie prime d'eccellenza, tecniche attuali e tanta manualità: una grande eleganza che spazia dalla tradi-

zione al contemporaneo, con una speciale attenzione al prodotto del territorio. Tra i piatti signature dello chef c'è "l'ostrica di lago": l'essenza dei sapori del Garda racchiusa in un boccone, da assaggiare con la stessa voluttà e reverenza che si è soliti avere per l'ostrica. Ma il vero piatto simbolo resta il "Coregone gratinato": qui la grassezza che manca al pesce è conferita dalla gratinatura con le cervella di vitello, ad accompagnare il tutto sedano di Verona, limone e levistico.

Via San Francesco d'Assisi 23,
Garda (VR)
Tel. 045 7255977
www.regiopatio.it
www.regina-adelaide.it

ROMA

Favilla. Pizzeria con Cucina

Favilla è la nuova pizzeria del quartiere Appio-Tuscolano ma è anche e soprattutto Giulia, trentenne romana che ha preso la gestione di un locale di vecchia data, rinnovandone il format. Qui la pizza ha un bordo leggermente più alto di una classica romana, ma è nella scelta dei topping che la fantasia vola: come per la "Fish&chips" con polpo cotto a bassa temperatura, patate schiacciate, crema di burrata e peperone "incruscato".

Via Urbino 35, Roma
Tel. 06 70493458



MILANO

Il pesce protagonista

Fashion, in zona Garibaldi, è il ristorante e fishbar della storica Pescheria Pedol, punto di riferimento per gli amanti del pesce. Passione e qualità della materia prima hanno dato vita a questo luogo dove, novità assoluta, è la pasticceria di mare: macaron, cannoli siciliani e bignè fungono da supporto in cui esaltare il miglior pescato; accostamenti intriganti, perfetti sia per l'aperitivo che per iniziare una cena.

Via Pietro Maroncelli 15, Milano
Tel. 02 36764500
www.fashionrestaurant.com



Scarica l'App di Italo Treno!

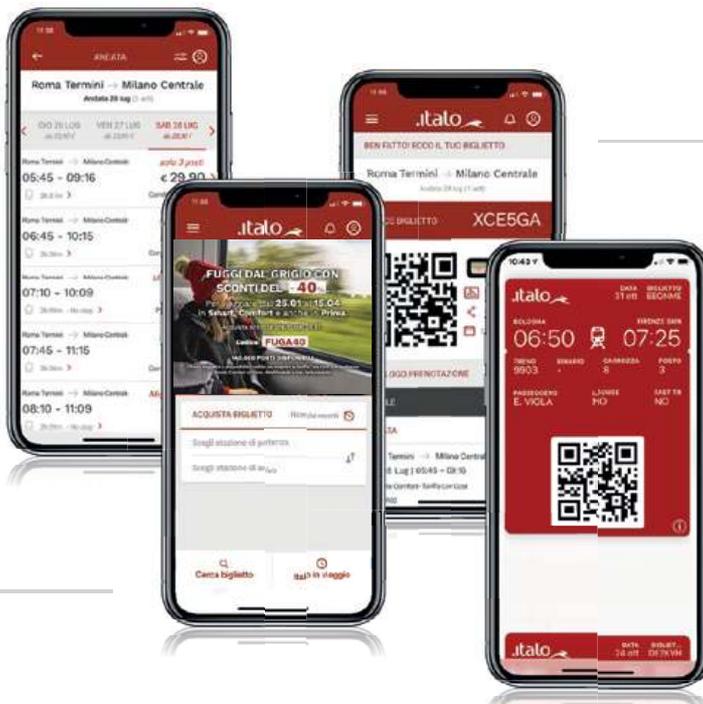
Scopri tutte le funzionalità



Trova il miglior prezzo



Attiva le notifiche per approfittare delle ultime promozioni Italo*



Salva il tuo metodo di pagamento



Aggiungi i tuoi biglietti al Wallet

* È necessario abilitare la ricezione delle notifiche dalle Impostazioni.

Con Italo App hai tante possibilità per personalizzare il tuo viaggio e restare sempre aggiornato!

Calendar

In pochi semplici click puoi aggiungere il tuo biglietto al Calendario, condividerlo con chi vuoi e programmare i tuoi viaggi!

Carnet

Puoi acquistare i biglietti Carnet direttamente in App!

Italo in viaggio

Puoi monitorare costantemente e in real time l'arrivo del tuo treno!

Carta digitale Italo più

La nostra carta fedeltà diventa digitale! Puoi iscriverti e prenotare i tuoi Biglietti Premio direttamente in App!

Rubrica passeggeri

Puoi salvare in Rubrica i nomi delle persone con cui viaggi abitualmente e aggiungerle in pochi click ai tuoi viaggi!

Promozioni dedicate

Puoi ricevere promozioni esclusive a te riservate se sei un cliente iscritto al Programma Italo Più!



Scarica su
App Store



DISPONIBILE SU
Google Play

ROMA

Tiberino, il locale sull'isola

Nel cuore dell'Isola Tiberina, un'antica caffetteria con gastronomia e gelateria trasformata in un moderno ristorante wine bar. Qui la cucina è all'insegna della tradizione con le classiche amatriciana e carbonara o la coda alla vaccinara con cacao amaro, senza rinunciare a un po' di sana sperimentazione, come nel tatakì di tonno scottato in crosta di semi, soia e miele, che strizza l'occhio ai sapori d'Oriente. I coperti sono 70, divisi su due piani e uno splendido dehor, su una delle piazze più antiche di Roma, che fanno di Tiberino un luogo ideale dove gustare il meglio della Capitale. Via Ponte Quattro Capi 17-18, Roma Tel. 06 6877662 tiberinoroma.it



CORBETTA (MILANO)

DELIGHT, L'ATELIER DEL GUSTO MILANESE

Dove sentirsi a casa con una cucina gourmet



Un nuovo locale decisamente sui generis per la periferia del capoluogo lombardo: qui le ricette della tradizione milanese vengono rivisitate con le tecniche più innovative di ristorazione e l'aggiunta di spezie provenienti da tutto il mondo. Un menu dal tocco gourmet e dai nomi giocosi, come "Un milanese al mare" ovvero risotto allo zafferano con ossobuco di calamaro o "Stai Camo! Tonno subito" con tonno alle mandorle, camomilla e wasaby con carote alla parigina e, per dessert, "Era una torta di mele": non la tradi-

zionale torta ma la sua versione a semifreddo, accompagnata da una salsa al cioccolato bianco, mirtillo con un crumble di parmigiano. Un sapiente mix tra le ricette della tradizione più radicata del territorio e i sapori fusion di tutto il mondo, frutto dei viaggi dello chef Fabio Zanetello: lo "chef vagabondo" che, dopo numerosi anni come consulente e volto televisivo, ha finalmente trovato casa a Corbetta, la cittadina natale.

Via Verdi 18, Corbetta (MI)
Tel. 3518545672
www.ristorantedelight.com

BOLOGNA

I Love Pokè

Arriva a Bologna la prima catena italiana dedicata al Pokè Hawaiiiano, che offre la possibilità di comporre la propria bowl a piacimento. La scelta è tra riso bianco giapponese, quinoa, riso integrale o insalata verde a cui vengono aggiunte proteine, che variano a seconda del

tipo di pesce, come tonno del mediterraneo, pesce bianco, polpo e salmone norvegese e topping che arricchiscono ulteriormente il gusto del pokè. Un pasto completo e salutare, adatto a tutte le stagioni, da gustare sia in versione fredda che calda.

Piazza Maggiore 2/c, Bologna
Tel. 051 6591236
www.ilovepoke.it





ROMA

BENCÒ, LA CALABRIA NEL CUORE DELLA CAPITALE

Nel quartiere Prati, una cucina a metà tra la memoria della nonna e la tecnica dello chef

Bencò nasce dal sogno di Arturo Converso e Manuel Bernardo, rispettivamente zio e nipote che, dopo alcune esperienze ristorative in Calabria, coronano il loro sogno di un'attività a conduzione familiare nella Capitale. Qui la materia prima incontra la sensibilità di mani esperte, quelle dello chef Gennaro Pernice che unisce a tecnica e creatività una mise en place ricercata. La cucina di Gennaro Pernice (Paolo Cappuccio ha studiato il menù) è un manifesto di semplicità e

tradizione mediterranea, con ingredienti che valorizzano la Calabria: tra questi il rosso Petrarco, utilizzato per brasare il guanciale soffice, o la liquirizia Amarelli che impreziosisce la spuma di patate aromatizzata al tartufo e germogli di senape. Menzione a parte per la pasta, rigorosamente home made, come le fettuccine con ragù di coda di manzo, su fonduta di parmigiano 24 mesi: una vera esplosione di gusto a ogni boccone.

Via Fabio Massimo 101, Roma
Tel. 06 39728933

REZZATO (BRESCIA)

La Cascina dei Sapori

Tra la Franciacorta e il Garda bresciano, la Cascina dei Sapori è il palcoscenico del giovane ed esperto pizzaiolo Antonio Pappalardo. Conoscere, imparare e sperimentare sono le parole chiave che caratterizzano il menù proposto: tre diverse tipologie di pizze e numerosi abbinamenti, dai più classici fino a quelli più ricercati, un uso sapiente di materie prime selezionate, con un occhio sempre attento alla stagionalità. Due sono i menù degustazione proposti: "Classici" e il percorso "Antonio Pappalardo", entrambi con abbinamento vini e birre al calice.

Via Evaristo Almici 1, Rezzato (BS)
Tel. 030 259 3577
lacascinadeisapori.it/



ROMA

Ieri era il pub, oggi è B.Ro!

All'inizio furono le taverne, dove tutto girava intorno al banco delle birre, poi fu la volta delle public house (meglio conosciute come pub) e oggi? Oggi c'è B.Ro: Birra Burger Bar Roma, un pub 3.0 dall'allure cosmopolita e contemporaneo. La cucina di B.Ro parte dall'idea di un burger bar, che vede

indiscusso protagonista il panino e si allarga ad altri sapori, come samosa, tacos, pokè, arrostitini e, vera novità, i conigli salati: palline di tartare di manzo su cialda, accompagnate da gustosissime salse.

Viale Parioli 79/D, Roma
Tel. 06 39724232
www.broburger.it

Spunti di stile per la bella stagione

Collezioni speciali, collaborazioni, capsule disegnate a quattro mani. La nuova moda vede protagoniste le rivisitazioni in chiave moderna di capi e accessori classici del guardaroba maschile e femminile

DI VALERIA ONETO

È

arrivato il momento di fare il cambio stagione. Come ogni anno, con l'arrivo della primavera, la voglia di fare shopping e di studiare le nuove tendenze lanciate dai brand cresce sempre più. Per l'uomo, la nuova moda propone capi morbidi, destrutturati, dai dettagli sartoriali, sneakers in pelle con logo a vista, giacche hi-tech, fatte con

tessuti nuovi, ecocompatibili, che strizzano l'occhio al futurismo e dalle caratteristiche performanti. Per la donna invece viene dato spazio a tante fantasie, floreali e non, che colorano capi e accessori, e per quanto riguarda gli accessori i must-have sono le borse, rigorosamente però di collezioni speciali. Ecco la nostra selezione.



In partenza
BALLY

Borsone da week-end in pelle stampata fantasia con banda logo a contrasto.

bally.com

La catena
MORELLATO

Bracciale in acciaio con catena piatta e applicazione di occhio di tigre, piccola chiusura con logo.

morellato.com



Gentleman
BOGLIOLI

Lavorazione artigianale e stile rilassato per la giacca iconica del brand, destrutturata a tre bottoni.

bogliolimilano.com



Wash & Wear
PAOLONI

Novità assoluta del brand l'abito destrutturato e lavabile in lavatrice. Uno stile nuovo per Paoloni che sceglie una linea più rilassata, tipica del viaggiatore.
paoloni.it



La capsule Bibliotheca
BERWICH

Tre pantaloni diversi per un uomo contemporaneo e cosmopolita. In esclusiva per Lacerba di Rimini.
berwich.com



Sneakers
MALO

In pelle a tre colori con suola in gomma e logo ben in vista sono perfette per il tempo libero.
it.malo.it



**Total white
ALVIERO MARTINI 1A
CLASSE**

Un look leggero e dal sapore già estivo totalmente bianco con maglione di filo tricot, pantaloni con le pince e piccola borsa a tracolla fantasia floreale. alvieromartini.it



Secret Garden

Pollini

Collezione ispirata alla fioritura dei ciliegi, caratterizzata dall'iconica stampa all-over con la P e la corona d'alloro stampate su fondo nero. I motivi floreali si abbinano a chiavi dorate e farfalle creando l'atmosfera misteriosa e suggestiva di un "giardino segreto".

pollini.com



**Must have
JORDAN**

Air Jordan 1 Mid omaggia la città di Milano e i suoi appassionati di sneakers.

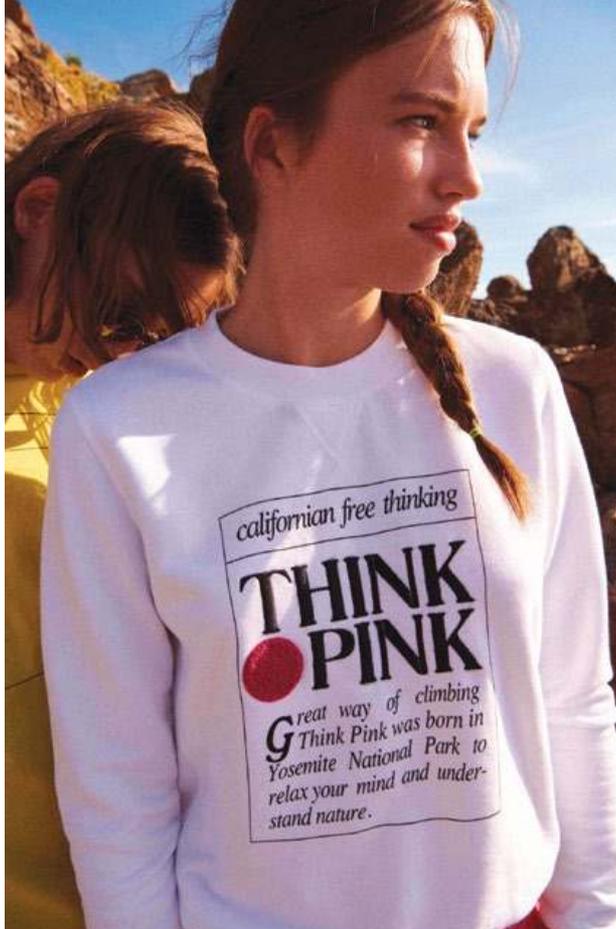
nike.com

Itinerante

Gianni Chiarini

Gianni Chiarini prosegue con "Club Marcella On Tour", un progetto in cui l'unicità e la diversità vengono celebrate all'interno di una forte community femminile, in un percorso itinerante che interpreta tre versioni uniche della Marcella bag.

giannichiarini.com



Positive thinking

Think Pink

Direttamente dagli anni '80 ritorna un brand che è stato protagonista dello sportswear ispirando e rivoluzionando il vestire di un'intera generazione di ragazzi.

thinkpink.it



Iniziali preziose P D PAOLA

Della collezione I AM, il ciondolo in argento sterling placcato oro 18k con pietre semipreziose.

pdpaola.com

Capsule meneghina FIELMANN

Una capsule Made in Italy che celebra la città di Milano, 7 modelli femminili in acetato, vista e sole.

fielmann.it



Double-face CIESSE PIUMINI

Sapore primaverile per l'antivento reversibile dalla fantasia floreale, con zip e cappuccio.

ciessepiumini.com

Dress code study

Dockers

Una ricerca commissionata dal brand mette in luce un'analisi esauriente sugli abiti utilizzati dagli uomini europei: i nuovi imprenditori - challenger - stanno cambiando il mondo senza indossare giacca e cravatta e il completo formale risulta ormai fuori moda per andare al lavoro.

dockers.com



Sporty chic

Apepazza

Una collezione quella di Apepazza piena di glamour, disegnata da donne per le donne. Nuove strutture e fondi light per le sneakers, dalla linea fashion, con le soles alte in tendenza per questa primavera/estate 2020, ricche di dettagli rifiniti e di pellami pregiati. apepazza.com



Fantasia nascosta SUNS

Della capsule Ghost: in tessuto tecnico Water Reactive, che a contatto con l'acqua svela una fantasia.

sunsinspiration.com

Da avere

CELLULARLINE

Custodia trasparente con cordino regolabile che permette di indossare lo smartphone a tracolla. cellularline.com



Dalle bottiglie riciclate SAMSONITE

Securipak, zaino business antifurto in materiale resistente Recyclex ecosostenibile.

samsonite.it



Sguardo al futuro

DUNO - DUDE NEW ORIGIN

Il brand di outerwear che realizza capispalla creati e pensati per vestire il cittadino di un mondo libero da mappe.

Un brand di ricerca che trae ispirazioni da tanti linguaggi diversi, dall'architettura alla musica, dalla cucina alla letteratura, senza barriere, senza confini in uno stato di assoluto Open Mind.

d-duno.it



Cura dei dettagli **OMEGA**

Ricordano i segnatempo gli occhiali da sole rotondi in metallo con doppio ponte e dettagli rossi.
omegawatches.com



**Un classico
HAND PICKED**
Trucker jacket classico realizzato in color indaco scuro in tessuto giapponese con bottoni in rame.
handpicked.it

TATTO MODA DONNA

Stile Old School

Puma x Charlotte Olympia

I due brand insieme per una capsule collection di calzature, abbigliamento e accessori ispirati al pugilato e al glamour della vecchia Hollywood. Stampe leopardate, frange e tocchi felini per la silhouette Puma, che mette in mostra l'iconico logo spiderweb, la stampa leopardata e il ricamo felino "Kitty" su classici stili streetwear, dando vita a look glamour e allegri con un tocco sportivo. Disponibile su sito, nei Puma Store e selezionati retailer. puma.com



TEZENIS

NON SOLO UNDERWEAR

Spontaneità e irriverenza sono protagonisti della nuova campagna con Giulia De Lellis

Giulia De Lellis è il nuovo volto della campagna digital del nuovo reggiseno Havana. Ironica, esplosiva e spontanea, Giulia si diletta con pose buffe e mai scontate, con un Photoboot, per scatti pronti a diventare virali dopo essere stati condivisi sui social.

L'hashtag è #HavanaBra, il reg-

giseno must del brand, a triangolo con coppe preformate, in pizzo oppure microfibra. Havana è pensato per essere portato sia come underwear che esternabile. La palette è piena di nuance glossy e fashion tra cui, per il pizzo, il celeste e il pink e il nude e il nero per la versione in microfibra. tezenis.com

Nuova iniziativa

Pandora e Unicef

Pandora e Unicef uniscono le forze per sostenere le bambine e le giovani donne fornendo risorse volte alla loro emancipazione, affinché possano compiere le proprie scelte ed esaudire i propri sogni. Con l'iniziativa Charm for change, Pandora lancia un charm in edizione limitata per sostenere le iniziative

di Unicef volte a promuovere l'empowerment femminile e favorire la parità di genere. In edizione limitata, realizzato in Argento Sterling 925 riporta le incisioni "The power is in me" e "We can do anything" con cristalli blu e zirconia cubica rifiniti a mano. Pandora donerà a Unicef 15 euro sul prezzo di vendita di 49 euro per ogni charm venduto. it.pandora.net



TATTO MODA UOMO

GUESS X J BALVIN

MUSICA A TUTTO COLORE

L'iconico brand collabora con il cantante colombiano per una esclusiva capsule

Seconda edizione della partnership tra Guess e J Balvin, con l'energica Colores: una nuova visione del cantante dal punto di vista sonoro e sartoriale. J Balvin sta espandendo il suo ruolo nel processo creativo e di progettazione, che include ancora più capi per uomo, donna e bambino. La campagna presenta il cantante nella sua città natale, Medellín, in Colombia, celebrando la capsule insieme alle modelle Jamea Byrd e Sara Orrego.

«È stato molto emozionante girare la campagna nella città in cui tutto è iniziato per me e mettere in luce la vitalità delle persone e della sua cultura. Per mostrare al mondo quanto è bella e sorprendente la Colombia e le crescenti vibrazioni artistiche in tutta la città e in tutto il Paese» - dice J Balvin. Le riprese sono state realizzate da Nicolai Marciano e scattate dalla fotografa di moda Tatiana Gerusova.

guess.eu

**Ispirazione inglese**

UNIQLO e JW ANDERSON

Tema "British Country Style" per la collezione SS20 del designer Jonathan Anderson disegnata con Uniqlo, che unisce la funzionalità e i dettagli del LifeWear con l'interpretazione giocosa dello stilista di motivi tradizionali inglesi come il gingham check e patchwork.

uniqlo.com

**Iconica Superstar**

adidas Original

Per i 50 anni trascorsi dal momento del lancio, adidas festeggia con la campagna Change Is a Team Sport. In questi anni la Superstar è passata dal campo di basket alla strada, conquistando un seguito sempre più ampio fatto di rapper, skateboarder, writer, appassionati di sneakers e non solo.

adidas.it



TATTO MODA BIMBI



KAROLINA KIJAK X H&M

UN INEDITO VIAGGIO TRA STAMPE E COLORI

Nuova collaborazione per H&M assieme all'illustratrice Karolina Kijak, un sogno nel sogno

La primavera è arrivata e iniziano le prime giornate di caldo e sole. La voglia di stare all'aria aperta si fa sentire e lo sa bene H&M, che per la sua ultima collezione di abbigliamento per bambini ha scelto una collaborazione con Karolina Kijak, famosa illustratrice e architetta polacca nota per le sue meravigliose creazioni e per i suoi disegni ad acquerello di flora e fauna selvatica. Le sue opere sono declinate su una vasta gamma di abbiglia-

mento e accessori e prendono vita in un modo sognante ma divertente. Adorabili look primaverili per bébé, ma anche per bambini e bambine più grandi: outfit comodi e morbidi, in cotone, dai colori tenui e con grafiche ispirate da tanti animali, dalla terra, dalla flora e dal mare. T-shirt, felpe, pantaloni, gonne e abitini, ma anche accessori: cappelli, sandali, sneakers e tanto altro. Ce n'è per tutti i gusti!
2.hm.com

**100% bio****SARABANDA E FCA**

Una capsule collection di t-shirt green per celebrare la nuova Fiat 500.
sarabanda.it

Amici per la pelle**I PROVENZALI**

I Provenzali e WWF Italia lanciano la nuova Linea Biologica Bimbi.
iprovenzali.it

**Iconiche****SUPERGA**

Sneakers in tela con suola in gomma a contrasto e chiusura a strappo.
superga.com

**Summer Vibes****TUC TUC**

Occhiali da sole a fascia, con lenti scure in acetato bicolore.
tuctuc.com

**Nuova apertura****IDO**

Inaugurato il primo store milanese del brand in Corso Buenos Aires 40.
ido.it

NOW TV

GOMORRA
LA SERIE
sky original

Viaggia con Italo e NOW TV

Per i clienti Italo 1 mese di Serie TV e Show di NOW TV in streaming sul dispositivo che preferisci.



Accedi durante il viaggio al portale ItaloIvive.it



Scegli fra i tanti contenuti NOW TV da guardare mentre sei a bordo



Richiedi nella sezione Gift Box 1 mese incluso di Serie TV e Show di NOW TV

Per i clienti Italo è incluso 1 mese di Serie TV e Show di NOW TV, anziché 9,99€/mese. Al termine del periodo promozionale: 9,99€/mese, salvo aumenti degli importi dovuti ad aumenti dell'aliquota IVA e/o altre disposizioni normative.
È possibile disattivare entro le 24 ore prima della scadenza del periodo di visione. Info e costi su nowtv.it.

OLFATTO

ROSSETTI

Sulla bocca di tutte

Oggetto del desiderio di quasi tutte le donne (lo indossano due su tre), accessorio di bellezza irrinunciabile. Dal finish opaco, satinato, metallico, vinilico. In breve: il rossetto

DI MARZIA CICCOLA

**Crushed
Infused-Oil Gloss
BOBBI BROWN**
Nuovi gloss ultra
idratanti e brillanti
in 12 tonalità.
Nutrono, idratano
e rimpolpano
ma rimangono
leggeri durante
l'applicazione.
bobbibrown.it





Confession Ultra Slim Lipstick
HOURLASS

Rossetto ricaricabile dalla texture cremosa e delicata ad alta intensità, dal finish satinato in 30 tonalità (34 euro).
sephora.it



M

ai sottovalutare il potere delle piccole cose. Leonard Lauder, presidente della multinazionale della bellezza Estée Lauder, creò persino un indice finanziario per descrivere l'aumento della vendita dei cosmetici in periodo di crisi, il Lipstick Index. E chissà quanti rossetti verranno venduti nei prossimi mesi.

Ebbene sì, una cosa piccola e fatua come un rossetto può consolare, in periodi di magra, come una borsa di Chanel. Ma costa assai meno. Due donne su tre lo indossano almeno due volte a settimana, mentre altre non riescono a uscire di casa senza. E un tocco di colore dice molto di chi lo indossa, sia agli altri sia guardandosi allo specchio.



**Tatouage Couture
Velvet Cream
YSL BEAUTÉ**

Colore pieno, texture vellutata, liscia e cremosa dall'alta copertura unita a un comfort eccezionale, in 12 colori (39 euro).
yslbeauty.com



OpuLust Gloss

PAT MCGRATH LABS

Finish specchiato, effetto scintillante e texture glitterata per un gloss con l'innovativa Emollient Matrix Technology (35 euro).
patmcgrath.com





**Rouge Allure Camélia
CHANEL**

Oggetti da collezione, Rouge Allure e Rouge Allure Velvet speciali in 8 nuance più rispettive matite Le Crayon Levres. chanel.com

**Rouge Hermès
HERMÈS**

Prima collezione di 24 rossetti già diventati must have. Ricaricabili, hanno una texture ultra sensoriale mat o satinata. hermes.com



Lo dice la neuroestetica: i colori neutri trasmettono l'idea di calma e affidabilità, i rossi parlano di potere e sicurezza in se stessi, gli arancioni di energia e ambizione, i bordeaux e prugna di mistero e magnetismo. Senza conside-

rare stagionalità o accordi di colore: il rossetto è l'indice del proprio umore in quel determinato momento.

Sul mercato mondiale poi la sua vendita è seconda solo al fondotinta, occupando il 46% del segmento make up e una donna in media ne possiede almeno 12. Ciò spiega perché Kyle Jenner, la piccola della stirpe Kardashian/Jenner, è diventata a soli 21 anni la più giovane "self-made billionaire" secondo Forbes, con il suo marchio Kyle Cosmetics, partendo dal "Lip Kit", set da 29 dollari con rossetto e matita labbra abbinata.

Il rossetto è il re del maquillage, quindi, e le formulazioni high tech lo rendono sempre più idratante, long lasting e tra-



Rouge à Lèvres Gothique
GUCCI BEAUTY

Metallico, con uno speciale pigmento che riflette la luce creando un effetto luminosissimo e tridimensionale (40 euro).
gucci.com

Le Rouge
GIVENCHY

Must have della collezione Gardens grazie a pigmenti "stella", danno un tocco di luce sublimando il profilo delle labbra (37,50 euro).
givenchy.com



Le Rouge Parfum
KILIAN PARIS

Rossetti profumati, come si addice al brand noto per le fragranze d'autore, in 10 nuove tonalità oltre ai 6 rossi iconici, con finitura sia opaca che satinata (52 euro).
rinascente.it



sformista. Simili a inchiostri, si trasformano sulle labbra in texture opache, mentre le polveri diventano fluide, in un gioco fatto di ricerca scientifica che dà vita a piccoli scrigni dalle infinite possibilità. C'è chi lo ama vellutato e chi più brillante, mentre si fanno pian piano strada le texture metalliche, grandi classici che ritornano. La maggior parte poi sono ormai dei veri trattamenti cosmetici, oltre a un'alta pigmentazione, no transfer, idratano e rimpolpano le labbra grazie ad acido ialuronico, cere e polimeri rifrangenti per chi ama l'effetto gloss. Sì, perché nessun make up è più classico e contemporaneamente più nuovo di un rossetto.



Afterglow Lip Balm
NARS

Idratazione dalla sensazione impalpabile e un velo di colore per labbra seducenti, nutrite e protette grazie al Monoi Hydrating Complex e ingredienti antiossidanti (28 euro).
narscosmetics.it



Passioni di famiglia

È una vita tra le fragranze quella delle sorelle Martone, che attraverso la propria azienda, il primo Hotel à parfum e l'Accademia del Profumo, sostengono, instancabili, la diffusione della cultura del profumo

DI MARZIA CICCOLA

Q

uando si pensa all'arte profumiera viene in mente la Francia: Grasse, la Provenza, Parigi... E invece è dall'Italia che parte la sua storia, se ne ha traccia nella civiltà etrusca e nell'antica Roma, fu Leonardo da Vinci a inventare la tecnica estrattiva dell'enfleurage e Caterina de' Medici a portare il profumo in Francia. Ce lo raccontano Giorgia e Ambra Martone che, insieme al padre Roberto, guidano l'azienda di famiglia, ICR Industrie Cosmetiche Riunite S.p.a, che dagli anni '70, a Lodi, sviluppa, produce e distribuisce alcune delle fragranze più note sul mercato. Nel 2013 aprono il primo Hotel à Parfum a Milano, Magna Pars Suites,



dove ha sede il primo LabSolue, il Laboratorio di Profumi dove essere condotti attraverso viaggi olfattivi indimenticabili. Mentre a Roma, in via di Monserrato, ha da poco aperto il secondo.

Con la vostra tradizione, che significato date alla “cultura del profumo”?

Ambra: «Il profumo è per noi patrimonio dell'umanità e dell'Italia. È nella nostra quotidianità, pensiamo ai ricordi che sprigiona o a come ci guida nell'approccio agli altri. È l'istinto più ancestrale e l'unico non collegato alla ragione: non chiede il permesso per entrare.

Oltre al mio lavoro in azienda, da poco rivesto la carica di Presidente di Accademia del Profumo, l'associazione che ha proprio il compito di valorizzare e diffondere il patrimonio culturale italiano del profumo tramite una serie di iniziative, come il Premio per i migliori profumi o la “giornata del profumo”, alla quarta edizione, tramite cui cerchiamo di coinvolgere non solo il settore ma anche le città italiane attraverso un palinsesto culturale».

Qual è stato il vostro percorso?

Giorgia: «Dopo la laurea (in Bocconi, entrambe ndr) sono andata a New York per studiare il mondo della creazione dei profumi. Dopo due anni e mezzo, nonostante le opportunità che mi si stavano aprendo, ho deciso di tornare in Italia. Il mio primo progetto è stato il profumo DSquared2 e poi ho proseguito lavorando allo sviluppo di tutti i nostri brand in licenza finché ITF è stata acquisita da Angelini. Dopo un anno ho iniziato a lavorare sul nostro marchio, LabSolue».

Ambra: «Dopo l'esperienza da Firmenich a New York nello sviluppo fragranze e nella ricerca di nuove molecole e tecniche di estrazione, sono entrata in Procter & Gamble: una grande scuola a livello di marketing e gestione risorse».

Come è nato l'hotel di via Forcella a Milano?

«Abbiamo aperto Magna Pars Suites in



un momento di grande fermento a Milano e in zona Tortona mancava un hotel cinque stelle lusso con caratteristiche così peculiari (ci sono solo suites). L'hotel occupa gli spazi della ex fabbrica di profumi di via Forcella perciò ricollegandosi al genius loci e alla nostra storia familiare abbiamo pensato a un hotel à parfum, caratterizzando ogni suite con un ingrediente olfattivo diverso riferito a piante con radici nel territorio».

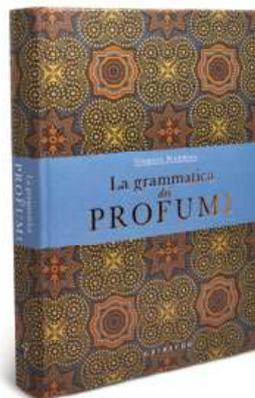
Il vostro più grande successo, finora?

«Aver creato LabSolue, che riparte dalle origini ma si evolve e guarda al futuro, a un nuovo modo di proporre il profumo. Dopo Milano è arrivata l'apertura di Roma in via di Monserrato, una via bellissima che sembra ferma nel tempo, dove trovano casa tante altre realtà particolari tra cui noi.

È il nostro successo più grande perché siamo riuscite a combinare la creatività, l'artigianalità e la sostenibilità creando qualcosa di diverso. Ci auguriamo che chi ci viene a trovare lo percepisca. La passione di tre generazioni profumate».

Alla pagina accanto, Ambra e Giorgia Martone (abiti Celeste Pisenti - ph. Milandailyphotodotcom).

Sopra, le immagini de LabSolue di via Forcella a Milano, all'interno dell'hotel Magna Pars Suites e di via di Monserrato a Roma.



Giorgia Martone ha racchiuso il suo lavoro di studio e ricerca ne “La Grammatica dei Profumi” per chi vuole approfondire essenze e ingredienti (Ed. Gribaudo).



SHISEIDO

SUPERFOOD PER LA PELLE

È a base di natto giapponese
l'idratante di ultima generazione

La linea cosmetica lanciata da Shiseido ispirata alla cucina tradizionale giapponese, il cui nome, Waso, sintetizza la sua filosofia (Wa significa gentilezza, So ispirazione) per il 2020 lancia prodotti skincare gourmet realizzati con ingredienti derivati dalla natura. Giga-Hydrating Cream è una crema nutriente che sfrutta le proprietà del natto - un superfood dalle

proprietà benefiche per la salute che contiene vitamine, fibre, calcio, isoflavoni della soia e molte proteine vegetali - e delle cellule integre di carota garantendo 48 ore di idratazione profonda. La texture è ricca e regola la produzione di sebo minimizzando lucidità, pori dilatati e imperfezioni. Inoltre previene la disidratazione (50 ml 47 euro).

shiseido.it



Baba-succhi per il cambio stagione

Sei succhi di salute

Le abitudini degli italiani sono definitivamente cambiate, anche alimentari: più attenzione alla salute e ai cibi che fanno bene. Ancora meglio se consegnati a casa! Nel cambio stagione, Babasuccho consiglia un trattamento beauty composto da sei succhi da 250ml da assumere nell'arco della giornata, abbinati a ricette leggere e veg, ricchi di vitamine, sali minerali e antiossidanti.

Su Amazon Prime, Glovo e babasuccho.com

Dedicata a tutte le donne

Acqua dell'Elba è un'amica preziosa

Dato che ogni donna è un insieme di mille sfumature, Acqua dell'Elba firma Preziosa, un cofanetto speciale con 5 minitaglie da 15 ml. Da Classica dall'accordo di fiori, mare e legni, ad Arcipelago dalle note fresche e sensuali, da Blu dalle note di mare, legni, fiori e frutta, a Smeraldo con il suo soffio di fiori e agrumi e Acqua dal bouquet di agrumi, sale, mirto e gelsomino (76 euro).

acquadellelba.it





Affascinanti e anche vegan

KVD lancia il suo blush

Il brand di make up vegano fondato dalla tattoo artist Kat Von D famoso per i suoi trucchi a lunghissima tenuta e appena venduto a Kendo, presenta Everlasting Blush, dal finish opaco, altamente pigmentato in 6 tonalità di rosa, per ogni incarnato (24 euro).

kvdveganbeauty.com



Anti-prurito

Svr per gli occhi

La primavera non è sempre la stagione più amata. Gli occhi di chi soffre di allergie, ad esempio, la patiscono in modo particolare. Svr ha dedicato una linea alle pelli sensibili, Topialyse, e in particolare due prodotti per combattere l'irritazione delle palpebre, Palpebral Creme (20 euro 15ml), con acido ialuronico che idrata e protegge formando una barriera, e acido glicirrizico, anti-prurito che calma e lenisce le irritazioni, e Demaquillant Yeux con niacinamide lenitiva (12,50 euro 125 ml).

it.labo-svr.com/

HOME SWEET HOME

FARE LE PULIZIE È BELLISSIMO

Attuale come non mai, ecco il libro che insegna l'arte dell'ordine



Di necessità virtù o come trasformare una “mania” in un business? Luca Guidara, instagrammer e coach dell'ordine, è in qualche modo la versione italiana di Marie Kondo e in un libro, Home Sweet Home, ci accompagna in un tour ideale in cui spiega come trasformare in meglio il nostro ambiente e quindi la nostra vita, perché vivere nel fresco, nel bello e nel pulito fa sentire e dà serenità mentale. Obiettivo alla portata di tutti, non solo di chi ha una naturale predisposizione all'ordine come Guidara. Un manuale pratico che comprende anche suggerimenti sui prodotti da usare o sui metodi per evitare sprechi, con in più una playlist musicale di 30 minuti per ogni stanza della casa, dal soggiorno al garage, per pulizie in totale relax. Per i più “advanced”, il profilo IG luca.guidara ha mille suggerimenti “della nonna” (Ed. DeAgostini 15,90 euro).



Le virtù della cannabis

Concentrati contro le imperfezioni

Un concentrato e un detergente per lenire la pelle a base di semi di cannabis sativa noto per gli effetti emollienti e lenitivi. L'uso dei due prodotti associati riduce il rossore e migliora la barriera cutanea (Oil concentrante 46 euro, cleanser 27 euro).

kiehls.it

PACO RABANNE

IL NUOVO 1 MILLION

L'inedita versione di uno dei profumi più amati



L'iconico 1 Million Parfum si reinventa: stesso carisma, stesso fascino, stessa attitudine e stesse note olfattive – cuoio e fiori – ma un nuovo aspetto, per conquistare una nuova generazione. Lo interpreta Joey Bada\$\$, superstar 25enne della scena hip hop americana, nato a Brooklyn, attore e imprenditore oltre che rapper. Il suo motto è: essere libero e orgoglioso e soprattutto a testa alta. Quest'anno è prevista l'uscita di un nuovo album da solista. Perfetto per incarnare lo spirito 1 Million secondo cui ci sono due tipi di uomini, quelli che corrono rischi e quelli che guardano. pacorabanne.com

IL NUOVO TRATTAMENTO NON CHIRURGICO PER LE RINITI

Il professore dottor Lino Di Rienzo Businco, Otorinolaringoiatra in Roma e Presidente della Società Italiana per la Diffusione dell'Endoscopia e della Ridottinvasività Operatoria (SIDERO), illustra il metodo K.O.S., protocollo innovativo per la cura delle riniti croniche non allergiche

Dottor Di Rienzo Businco, una significativa percentuale della popolazione è affetta da "rinite vasomotoria non allergica". Come viene trattata oggi questa patologia altamente invalidante?

«Per il trattamento della rinite non allergica è stata messa a punto presso l'Università di Stoccolma (Svezia) una soluzione non chirurgica davvero innovativa che abbiamo importato anche in Italia: il **metodo K.O.S.** (Kinetic Oscillation Stimulation), che consiste in una



stimolazione endonasale determinata dall'oscillazione cinetica attraverso un semplice palloncino gonfiato dentro la narice, molto efficace nel ridurre l'iperreattività respiratoria; esso stimola (come una sorta di massaggio) la mucosa nasale e il suo sistema nervoso autonomo, che rappresenta il fattore ultrastrutturale predisponente, in grado di mantenere l'infiammazione curando i sintomi del raffreddore cronico o recidivante, molto invalidanti per la qualità di vita (ostruzione nasale, secrezione, starnuti)».

Quali vantaggi offre questa metodica?

«Si tratta di un trattamento mininvasivo ed indolore, privo di effetti collaterali, ben tollerato dai pazienti anche perché non necessita di anestesia o medicazioni. Chi si sottopone alla stimolazione migliora sensibilmente la qualità di vita e, pertanto, rappresenta una metodica alternativa rispetto a quelle più invasive ed economicamente più onerose, come gli interventi chirurgici sui turbinati o sul setto nasale, in quanto migliora la performance respiratoria in modo veloce e non traumatico, con immediato ritorno alle attività quotidiane e sportive».

Per maggiori info: www.centrobusinco.it



BULLFROG

OGNI SCELTA CONTA MOLTO

Ci sono tanti modi per salvare noi e il pianeta, a partire dai più piccoli

Non solo gesti eclatanti, anche i dettagli servono a salvaguardare l'ambiente, sposando alta qualità e sostenibilità. Da Bullfrog si chiamano "Green Choices", scelte verdi, linee guida per lo sviluppo di un prodotto. A cominciare dalla formulazione dei prodotti Botanical Lab con l'uso di ingredienti di derivazione naturale e lavorazioni a basso impatto

energetico; il packaging in vetro e alluminio o al massimo PET riciclato, e carta riciclata; infine i fornitori, che vengono scelti in base alla condivisione degli stessi valori. Non solo: utilizzando un Rasoio di Sicurezza Bullfrog si riduce di 12 volte il peso dei rifiuti accumulati in un anno rispetto all'utilizzo della versione usa e getta. bullfrogbarbershop.com.



Skincare naturale

Pelle al maschile

Dagli USA arriva Power Up, linea dedicata all'uomo di LimeLife by Alcone, brand cruelty free e no parabeni. Tre i prodotti essenziali dedicati al quotidiano: il detergente, Power Start, la ricca schiuma da barba Charged Up e il balsamo Cool Down. limelifebyalcone.com



Barba e capelli nel 2020

Le tendenze secondo il Barber Club

Lo stile, secondo L'Oréal Men Expert, riscopre le icone hollywoodiane, da Leo DiCaprio a Elvis. Barba e capelli vanno dal mood bello e dannato con capelli medio-lunghi, a quello del bravo ragazzo, con ciuffo ingelato di gusto retrò. Ma anche capelli mossi al naturale, rasature tattiche su nuca e lati e ciuffi. Tornano prepotenti gel e creme modellanti. loreal-paris.it

natura viva



la **CASARECCIA**

CAPOLAVORI ITALIANI

Il pomodoro, uno straordinario frutto che ci ha regalato la natura, un'icona dell'arte italiana della cucina. Dal 1960 La Casareccia seleziona i migliori pomodori italiani e li trasforma in capolavori di bontà per arricchire di sapore, profumo e colore tutti i tuoi piatti: pelati, passate, pomodorini, polpe, datterini e tante altre specialità dal gusto inconfondibile, tutte da provare. La Casareccia: natura viva, viva la natura.

www.lacasareccia.it

.italo

I PIACERI DEL VIAGGIO



LA SQUADRA DI ITALO UNITA PER L'EMERGENZA COVID-19

ITALO HA MESSO SUBITO IN CAMPO MISURE PER CONTENERE IL CORONAVIRUS

108 **News**
Italo unita contro il Coronavirus

110 **Il programma**
Il nuovo programma Italo Più

112 **Gli ambienti**
Il piacere di viaggiare con Italo

114 **Il network**
Tutti i collegamenti di Italo

116 **Il portale ItaloLive**
Intrattenimento gratuito a bordo

118 **Italo social network**
Segui i nostri profili e scopri tutte le novità



Per Italo la salute e la sicurezza delle persone sono da sempre un valore inestimabile

Italo ha a cuore la soddisfazione dei propri clienti

L'allarme per il Covid-19 a livello internazionale è scattato il 31 dicembre 2019, quando le autorità sanitarie cinesi hanno riferito all'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) dell'esistenza di un focolaio di polmoniti provocata da un virus fino ad allora sconosciuto nella città di Wuhan, capoluogo della provincia di Hubei e più popolosa metropoli della Cina centrale con circa 11 milioni di abitanti.

Il 30 gennaio 2020, a seguito del verificarsi di nuovi contagi in diverse regioni del pianeta, l'OMS ha dichiarato l'epidemia da Covid-19 una "emergenza sanitaria globale" di grado molto elevato, definita poi "pandemia" visto il numero e la diffusione dei contagi in tutto il mondo.

Italo sin da subito ha messo in campo misure urgenti volte alla prevenzione,

al contenimento e alla gestione dell'emergenza da COVID-19 attenendosi scrupolosamente alle ordinanze e alle disposizioni ministeriali vigenti. Infatti, l'azienda, dopo aver prontamente condiviso con il proprio personale specifiche informative sulle misure precauzionali da adottare per evitare i contagi, nonché per la gestione degli eventuali casi sospetti, ha dotato il proprio personale a bordo treno e nelle biglietterie dei necessari strumenti come mascherine, guanti monouso e disinfettante per le mani. È stata inoltre potenziata l'attività di pulizia nelle stazioni e a bordo treno con specifici prodotti igienizzanti e disinfettanti e, sempre a bordo treno, il sapone normalmente utilizzato è stato sostituito con un detergente disinfettante avente composizione idonea a combattere il COVID-2019,

secondo quanto riportato nella bibliografia scientifica. Nelle stazioni inoltre è stato previsto l'utilizzo di appositi distanziatori per garantire la distanza minima di 1 metro tra le persone.

Inoltre Italo ha deciso di essere vicina ai propri dipendenti permettendo loro di beneficiare di una speciale copertura sanitaria, studiata ad hoc per fronteggiare questa emergenza globale. L'assicurazione coprirà tutte le fasi possibili del decorso del virus: dall'indennità di ricovero all'indennità di convalescenza, fino a riconoscere un'assistenza post-ricovero che prevede un aiuto pratico nella realtà familiare di tutti i giorni per supportare attività come consegna spesa a domicilio, servizio di baby sitter e pet sitter, collaboratrice domestica e tanto altro.

Il decalogo per prevenire l'infezione del Coronavirus

Di seguito si riporta il decalogo messo a punto dal Ministero della Salute e Istituto superiore di Sanità per prevenire il contagio del Coronavirus:

1. Lavati spesso le mani.
2. Evita il contatto ravvicinato con persone che soffrono di infezioni respiratorie acute.
3. Non toccarti occhi, naso e bocca con le mani.
4. Copri bocca e naso se starnutisci o tossisci.
5. Pulisci le superfici con disinfettanti a base di cloro o alcol.
6. Non prendere farmaci antivirali né antibiotici, a meno che siano prescritti dal medico.
7. In caso di dubbi non recarti al pronto soccorso: chiama il tuo medico di base e se pensi di essere stato contagiato chiama il 112.
8. Usa la mascherina solo se sospetti di essere malato o se assisti persone malate.
9. I prodotti MADE IN CHINA e i pacchi ricevuti dalla Cina non sono pericolosi.
10. Gli animali da compagnia non diffondono il nuovo coronavirus.



#PeopleOfItalo

L'Italia sta attraversando un momento difficile e di emergenza, un "viaggio" diverso dal solito che mette a dura prova le nostre capacità personali e tutta l'organizzazione aziendale. La nostra azienda, sempre attenta alle esigenze del personale e alla soddisfazione del Cliente, sin da subito ha messo in campo misure urgenti volte alla prevenzione, contenimento e gestione dell'emergenza da COVID-19, attenendosi scrupolosamente alle ordinanze e disposizioni ministeriali vigenti, mettendo sempre in primo piano la salvaguardia della salute dei lavoratori e dei passeggeri.

Oggi è ancor più fondamentale che ognuno di noi metta in campo le proprie capacità, il massimo impegno ed una fattiva collaborazione, che sono stati da sempre pilastri portanti della nostra realtà e che ancora una volta dimostreranno quanto è vincente l'azienda di cui facciamo parte. Fin dall'inizio della storia di Italo tutti noi abbiamo dovuto affrontare momenti complessi, momenti che però ci hanno reso più forti tanto da costruire un'eccellenza nel settore ferroviario Europeo.

Sono convinto che i nostri comportamenti responsabili e professionali e la nostra unità ci faranno superare anche questo momento complicato e riprendere quanto prima il nostro percorso di crescita e sviluppo.

Gianbattista La Rocca – Amministratore Delegato Italo

Scopri il nuovo programma Italo Più!

Italo ha lanciato la nuova edizione di Italo Più, inizia a richiedere i tuoi premi dal 6 aprile!



Dal **17 marzo 2020** Italo ha lanciato la nuova edizione di **Italo Più**.

Puoi accumulare punti dal 17 marzo e iniziare a richiedere i tuoi premi a partire dal 6 aprile.

Con il nuovo Italo Più raggiungere i tuoi premi è ancora più veloce, infatti ti bastano solo **1.000 punti** per richiedere un **Biglietto premio** in ambiente **Smart*** e solo **1.300 punti** per un **Biglietto premio in Prima****.

Scopri le promozioni che Italo ti ha riservato, accedendo alla tua Area Personale oppure

visitando la pagina del sito **italotreno.it** dedicata al programma.

Ti ricordiamo, inoltre, che con soli **6.000 punti qualificanti** raggiungi lo status di **Italo Più Privilege** che ti garantisce ulteriori benefici, come ad esempio l'accesso alle **Lounge Italo Club e 6 upgrade di ambiente!**

Se non sei ancora iscritto, registrati ad Italo Più per scoprire tutte le novità! Tutti i dettagli su **italotreno.it**.

*punti necessari per richiedere un Biglietto premio per una tratta breve in ambiente Smart.

** punti necessari per richiedere un Biglietto premio per una tratta breve in ambiente Prima.

ITALO SELECTION: la selezione di prodotti gourmet attenta ai gusti dei viaggiatori

Il servizio di bordo Italo Selection si arricchisce di novità. Nuovi gli ingredienti e i panini che ti aspettano a bordo!

L'offerta di bordo si arricchisce di nuove proposte per soddisfare i palati più esigenti. Oltre alle referenze conosciute, il **Nudo e Crudo**, i **Fagottini Vegetariani**, al **Prosciutto** e al **Triangolo** ai semi e ai cereali, per rendere ancora più ricca e variegata la scelta a bordo, vengono introdotti **nuovi ingredienti**, come per l'**Emiliano** e le **Piadine Leggere**, e tre nuovi **Panini Classici**.

Tre nuovi panini, dai sapori tradizionali ma sempre attuali, che esaudiranno i desideri dei più esigenti: il **Pane e Salame (€4,90)**, il **Panino Bresaola (€6,90)** e il **Pollo**



Grill(€5,90) francesina con pollo grigliato accompagnato da lattughino, senape e maionese.

New entry molto attesa: è la nostra proposta **gluten**

free: biscotto al cocco bagnato nel cioccolato, al prezzo di lancio di **€2,50**.

Il servizio di bordo permette al passeggero, seduto in ambiente Prima, Comfort e Smart, di scegliere e poi gustare comodamente al posto il menù preferito! Al panino può accompagnare, con l'aggiunta di 1€, 2€ e 3€, rispettivamente Acqua, Pepsi Cola o **Birra** in bottiglia Inchnusa.

Per chi ha voglia di stuzzicare, l'**Aperitivo** a bordo fa al caso suo: patatine o arachidi con Crodino, Pepsi, Birra o Prosecco. Il servizio è attivo su treni selezionati che circolano nelle fasce orarie dei pasti (12:00-14:00/17:00-0:00). La lista treni aggiornata è consultabile sul sito **italotreno.it**.

Aperitivo

A SOLI
€ 3,90



- Prosecco - *Cielo* 20cl
- Birra - *Inchnusa* 33cl
- Analcolico - *Crodino* 10cl
- Pepsi - 33cl

con arachidi
o patatine a scelta

UN VIAGGIO PRATICO

Viaggiare Smart significa economicità e praticità, senza nulla togliere al comfort

FOCUS SMART LA MASSIMA PRATICITÀ E LA MASSIMA CONVENIENZA

Scegliere l'ambiente Smart significa viaggiare senza rinunciare alle comodità accedendo alle migliori offerte di **.Italo**.

- Ampia disponibilità di posti nelle carrozze dedicate all'ambiente Smart
- Carrozze con il maggior numero di poltrone a corriere per una maggiore privacy.
- Poltrone reclinabili in pelle, poggiatesta, prese elettriche, porta USB* individuali e tavolini indipendenti.

- Wi-Fi gratuito.
- Nuova illuminazione LED* su tutto l'ambiente.
- Area snack disponibile, con distributori automatici per bevande calde e fredde e snack.
- Accesso gratuito al portale Italo Live per godersi tanti contenuti multimediali.
- Speciale carrozza Cinema** dotata di 8 schermi da 19 pollici situata in testa o coda del treno per evitare al minimo il passaggio.

* Porte USB presenti sui treni EVO.

** Carrozza cinema presente nei treni AGV.



FLEX

il modo semplice e comodo di viaggiare



Acquistare un biglietto con la tariffa **Flex** ti offre la possibilità di:

- Modificare **Data e ora** di partenza*
- Cambiare **Il nome**, gratuitamente
- Usufruire dell'**Extra tempo****, nelle 3 ore successive alla partenza del tuo treno
- Ricevere il **Rimborso** del 80% in caso di rinuncia al viaggio

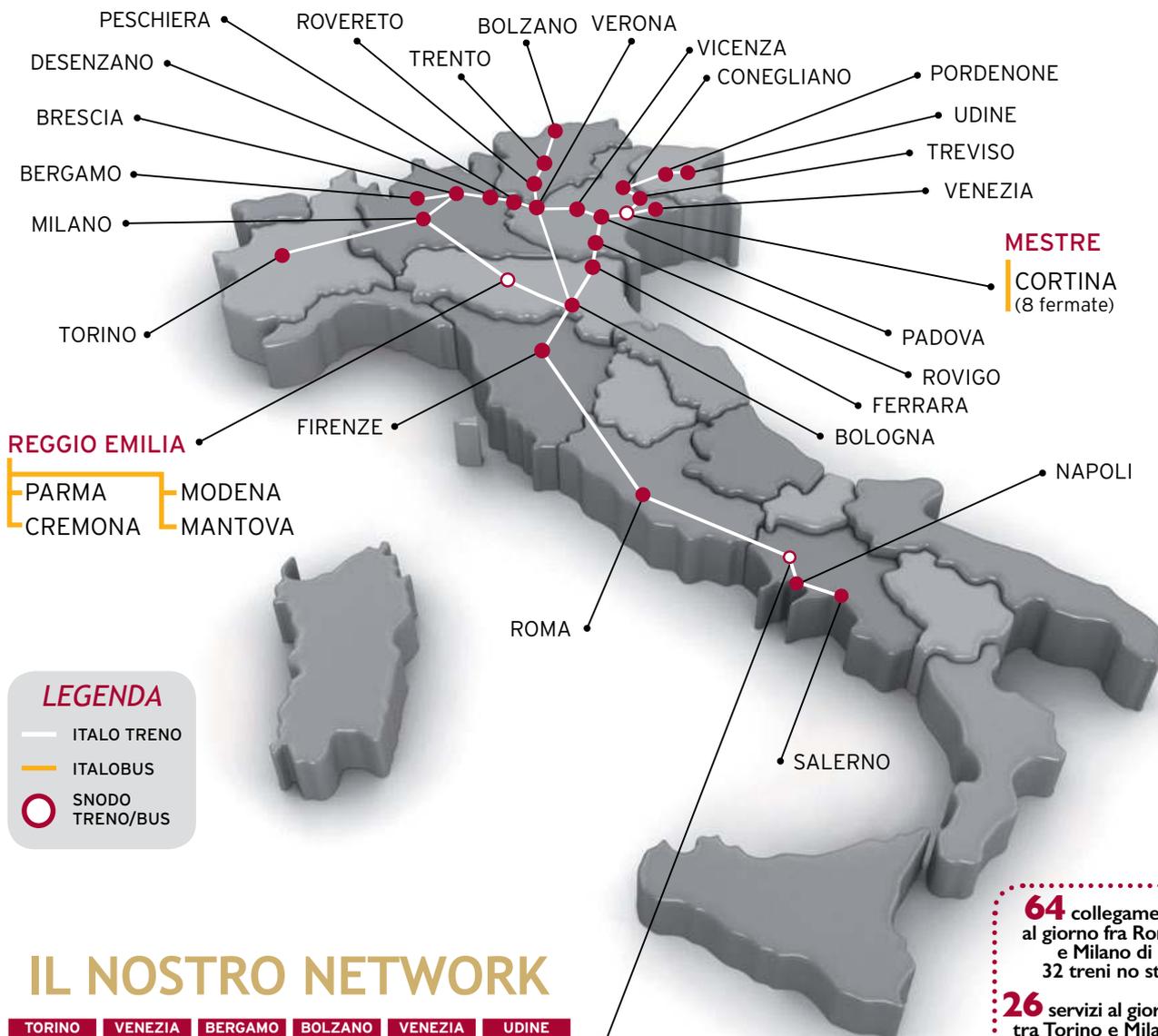
Scopri tutte le nostre offerte e promozioni sul sito [italotreno.it](https://www.italotreno.it)

*Offerta modificabile fino a tre minuti prima della partenza

**Extra tempo possibile tramite il personale di stazione o chiamando Italo Assistenza

Treni più bus: tutta la rete di Italo

Tante città collegate attraverso il network da Nord a Sud grazie anche ai nuovi Italo EVO che sfrecciano lungo le principali linee ferroviarie dell'intera penisola



IL NOSTRO NETWORK

TORINO	VENEZIA	BERGAMO	BOLZANO	VENEZIA	UDINE
MILANO	MESTRE	BRESCIA	TRENTO	MESTRE	PORDENONE
R. EMILIA	PADOVA	VERONA	ROVERETO	PADOVA	CONEGLIANO
BOLOGNA	ROVIGO	BOLOGNA	VERONA	VICENZA	TREVISO
FIRENZE	FERRARA	FIRENZE	BOLOGNA	VERONA	MESTRE
ROMA	BOLOGNA	ROMA	FIRENZE	PESCHIERA	PADOVA
NAPOLI	FIRENZE		ROMA	DESENZANO	FERRARA
SALERNO	ROMA			BRESCIA	BOLOGNA
	NAPOLI			MILANO	FIRENZE
					ROMA

NAPOLI AFRAGOLA

CASERTA	POMPEI
BENEVENTO	SORRENTO
SALA CONSILINA	SICIGNANO
LAURIA	POTENZA
FRASCINETO	FERRANDINA
COSENZA	MATERA

64 collegamenti al giorno fra Roma e Milano di cui 32 treni no stop

26 servizi al giorno tra Torino e Milano

95 collegamenti quotidiani con la Capitale

4 collegamenti ItaloBus al giorno con la città di Cosenza

Viaggia senza pensieri con Italo Go

In collaborazione con partner specializzati, le soluzioni per agevolare il proprio soggiorno

Italo lancia Italo Go, un catalogo di servizi ideati per agevolare gli spostamenti e i soggiorni di chi viaggia. Coloro che scelgono Italo hanno la possibilità di completare il proprio viaggio prenotando i seguenti servizi, offerti in collaborazione con partner specializzati: hotel con **Booking.com**, noleggio auto con **Hertz**, trasferimenti aeroportuali con **Autostradale**, taxi con **appTaxi**, parcheggi e car valet con **Parkvia** e **We Arena**, deposito bagagli con **BagBnb**, trasferimenti marittimi con **Snav** e **Travelmar** e ancora tour ed eventi con **GetYourGuide** e **Ticketmaster**.

Booking.com

Scegli Booking.com per i tuoi soggiorni in Italia e in tutto il mondo. Puoi usufruire di sconti fino al 50% e accumulare punti Italo Più da utilizzare come preferisci. Prenota tramite il sito **italotreno.it**, sezione hotel **ItaloGo**

GET YOUR GUIDE

Prenota on-line il tuo biglietto ai musei Vaticani o agli Uffici e vivi un'esperienza indimenticabile al miglior prezzo garantito! **Puoi scegliere tra una selezione di tour e attività e se la trovi a un costo inferiore GetYourGuide ti rimborserà la differenza!**

SNAV

COLLEGAMENTI MARITTIMI

Parti con SNAV e sei subito in vacanza nelle più belle mete del Mediterraneo: Croazia, Isole Eolie, Ponza, Ventotene, Ischia e Procida! Per te 20% di sconto. Info e dettagli sul sito **italotreno.it**, sezione nave **ItaloGo**

ParkVia

Inserisci la stazione, metti a confronto i servizi, i prezzi e le recensioni, seleziona il parcheggio che fa per te risparmiando tempo e denaro. Prenotando in anticipo con ParkVia, **potrai risparmiare fino al 60%!**

Hertz

Fino al 10% di sconto sul noleggio effettuato in Italia e all'estero, oltre a 3 punti Italo Più per ogni Euro speso. Prenota tramite il sito **italotreno.it**, sezione autonoleggio **ItaloGo**

BAGBNB

the first luggage storage network

Basta portare in giro per la città i bagagli pesanti. Scegli il deposito più vicino con BAGBNB, la prima community di deposito bagagli in Italia: il servizio è economico, sicuro e distribuito su tutto il territorio.

mimoto

esharing

Registrati a MiMoto, il primo servizio di scooter sharing elettrico made in Italy, e approfitta dello sconto dedicato! Inserisci il codice "mitalo" e ricevi 20 minuti di corsa in omaggio! **Per te oltre 400 scooter elettrici tra Milano e Torino sempre disponibili!**

Airport Bus EXPRESS

Grazie alla partnership con la società Autostradale, **i viaggiatori di Italo potranno prenotare il proprio trasferimento semplicemente con un click** utilizzando il servizio Airport Bus Express, disponibile dalla stazione di Milano Centrale verso gli aeroporti di Milano e dalla stazione di Firenze Santa Maria Novella verso l'aeroporto di Pisa.

ticketmaster

Grazie alla partnership con Ticketmaster i viaggiatori di Italo potranno prenotare concerti, spettacoli teatrali, festival e tanto altro inserendo semplicemente il codice ITALO per usufruire di condizioni agevolate.

Prenotare i servizi di **Italo Go** è facilissimo: dopo aver effettuato l'acquisto del biglietto, nella pagina "Conferma Acquisto" è presente l'area dedicata a **Italo Go**, cliccando sul servizio desiderato si viene indirizzati automaticamente sul sito del Partner per poter finalizzare la prenotazione. In questo modo **Italo** mette a disposizione un ventaglio di servizi per garantire ai suoi viaggiatori un'esperienza di viaggio completa e soddisfacente.

Il nuovo portale ItaloLive è ricco di novità

Con l'intrattenimento gratuito di bordo il viaggio non sarà più lo stesso



Cinema

I migliori film italiani e stranieri



Edicola & Ebook

Le maggiori testate, riviste e i libri digitali



Serie tv

Le più amate del momento



Musica

Le hits di ieri e di oggi con le migliori radio italiane



Videotutorial

Impresa e digitale



Live news

Aggiornamenti quotidiani



Lezioni d'inglese

Con John Peter Sloan



Giochi

3 nuovi giochi firmati Originale Dal Negro



Gift Box

Le offerte dei nostri partner

LA PROPOSTA DEL MESE: LA NUOVA SEZIONE GIFT BOX Le migliori offerte della rete a portata di click!

Scopri come accedere ai servizi dei nostri partner a prezzi super scontati!

È semplice

- Accedi alla sezione **Gift Box** dal menù del portale
- **Scegli** l'offerta che ti interessa
- Inserisci il tuo **indirizzo e-mail**
- Ricevi il **voucher sconto**
- **Acquista** sul sito del partner



Il cinema a bordo di Italo, lo spettacolo è assicurato!

Goditi il viaggio a bordo di Italo in compagnia di un buon film! Animazione, thriller, azione, commedia: ce n'è per tutti i gusti e godetevi lo spettacolo!

Benvenuti al Nord



Alberto si è trasferito nel Nord Italia accettando la gestione di un programma per l'incremento della produttività presso un ufficio delle Poste. A causa del compito arduo, l'uomo trascura la moglie Silvia, la quale non trova pace e medita vendetta. Nel frattempo a Castellabate, Maria continua a incolpare Mattia di non essere abbastanza intraprendente.

Incontrerai l'uomo dei tuoi sogni



Alfie e Helena divorziano dopo una vita insieme. Le reazioni dei due sono differenti: Alfie cerca a tutti i costi di ringiovanirsi anche con estenuanti sessioni in palestra e un matrimonio con la giovane prostituta Charmaine mentre Helena si affida alla figlia Sally e alla consulenza di Cristal, una chiaroveggente che le predice un futuro magnifico.

Dall'1 aprile
al 29 aprile

Tratta Nord-Sud*



LA VERSIONE DI BARNEY

di Richard J. Lewis
Con: Paul Giamatti, Rosamund Pike, Jake Hoffman
Durata: 134'
Genere: Commedia
Lingua: ITA



L'ULTIMA MISSIONE

di Olivier Marchal
Con: Daniel Auteuil, Olivia Bonamy, Catherine Marchal, Philippe Nahon
Durata: 121'
Genere: Azione
Lingua: ITA



LA GRANDE BELLEZZA

di Paolo Sorrentino
Con: Toni Servillo, Carlo Verdone, Sabrina Ferilli
Durata: 141'
Genere: Drammatico
Lingua: ITA



LA VITA È UNA COSA MERAVIGLIOSA

di Carlo Vanzina
Con: Luigi Proietti, Vincenzo Salemme, Nancy Brilli
Durata: 103'
Genere: Commedia
Lingua: ITA

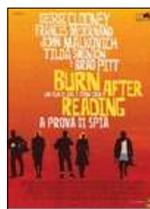


BENVENUTI AL NORD

di Luca Miniero
Con: Claudio Bisio, Alessandro Siani, Angela Finocchiaro
Durata: 110'
Genere: Commedia
Lingua: ITA



Tratta Sud-Nord**



BURN AFTER READING - A PROVA DI SPIA

di Ethan Coen, Joel Coen
Con: George Clooney, Brad Pitt, John Malkovich
Durata: 96'
Genere: Commedia
Lingua: ITA / ENG



AGENTS SECRETS

di Frédéric Schoendoerffer
Con: Vincent Cassel, Monica Bellucci, André Dussollier
Durata: 109'
Genere: Thriller
Lingua: ITA



INCONTRERAI L'UOMO DEI TUOI SOGNI

di Woody Allen
Con: Antonio Banderas, Josh Brolin, Anthony Hopkins
Durata: 98'
Genere: Commedia
Lingua: ITA / ENG



UN NATALE AL SUD

di Federico Marsicano
Con: Massimo Boldi, Biagio Izzo, Debora Villa, Enzo Salvi
Durata: 90'
Genere: Commedia
Lingua: ITA



GAMBIT - UNA TRUFFA A REGOLA D'ARTE

di Michael Hoffman
Con: Colin Firth, Cameron Diaz, Alan Rickman
Durata: 90'
Genere: Commedia
Lingua: ITA/ENG



LEGENDA

Contenuto adatto a tutti



Contenuto adatto a bambini con adulti a fianco



Nessun film in programmazione è vietato ai minori

* Il film inizia poco dopo la partenza da Milano, Padova o Verona.

** Il film inizia poco dopo la partenza da Roma.

Con Italo viaggi sui social ad alta velocità!

Seguici per scoprire tutte le nostre offerte e le ultime novità

SEGUICI SU

.italo

@italotreno

FACEBOOK

Ogni giorno la pagina Facebook di Italo condivide con i propri utenti offerte, novità di prodotto e le promo più convenienti! Con le rubriche dedicate al viaggio e al mondo del treno vi facciamo scoprire tutti i segreti di Italo. Siete già in tantissimi, ma continuate a seguirci per creare un'autentica community del leprotto!

INSTAGRAM

Tagga i tuoi scatti con l'hashtag #italotreno e condividi le tue foto con Italo! All'interno della pagina di Instagram puoi trovare video, immagini dei nostri treni e i regram degli scatti più belli dei nostri viaggiatori/follower.

WE ARE HIRING

LINKEDIN

Linkedin è il profilo social professionale di Italo. Seguici per rimanere aggiornato sulle novità corporate e sulle offerte per il mondo business!

YOUTUBE

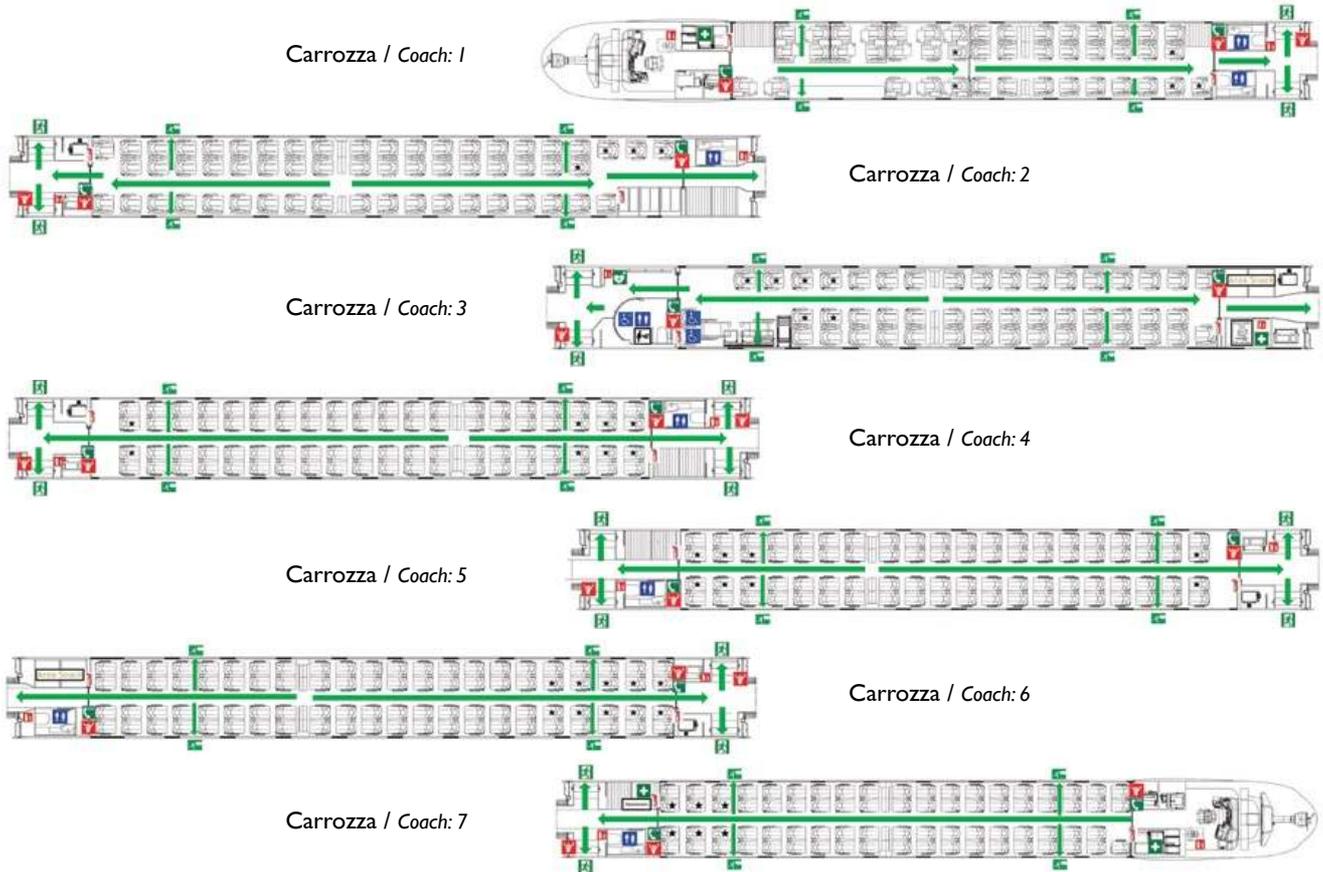
Scegli cosa vedere, scegli di vedere l'Alta Velocità di Italo! Sul nostro canale YouTube puoi trovare le riprese dei nostri treni, gli spot commerciali, gli eventi più esclusivi e le video-interviste al personale di Italo.

TWITTER

L'alta velocità in 280 caratteri. Cinguetta con Italo i tuoi pensieri e le tue idee e cogli al volo le occasioni!

Sicurezza a bordo/on-board safety instructions

La mappa a bordo treno / On-board train map



TARGA APERTURA DI EMERGENZA PORTA SINISTRA



Tirare la maniglia solo in caso di pericolo
Aprire la porta spingendola con la mano

TARGA APERTURA DI EMERGENZA PORTA DESTRA



Tirare la maniglia solo in caso di pericolo
Aprire la porta spingendola con la mano

APERTURA PORTE IN CASO DI EMERGENZA

Ciascuna porta di salita/discesa passeggeri è dotata di un dispositivo di sicurezza per l'apertura in emergenza dall'interno, azionabile come di seguito rappresentato

Legenda / Legend

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

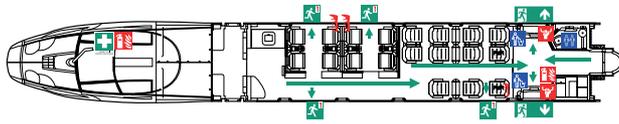
- Cassetta di pronto soccorso
First aid kit
- Chiamata di emergenza
Emergency call
- Toilette persone a mobilità ridotta
Toilet person with reduced mobility
- Persona a mobilità ridotta
Person with reduced mobility
- Toilette
Toilet

- Sfigmomanometro
Sphygmomanometer
- Responsabile treno
Train Manager
- Fasciatoio
Diaper change pad
- Distributore di snack e bevande
Automatic vending machine
- Defibrillatore
Heartstart

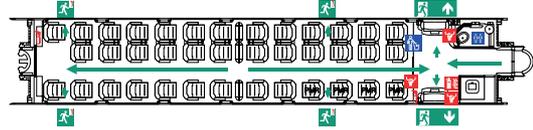
Sicurezza a bordo / on-board safety instructions

La mappa a bordo treno / On-board train map

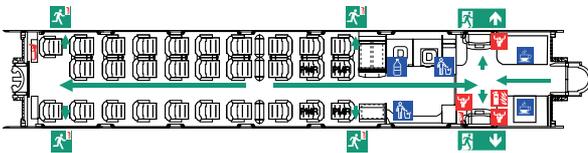
Carrozza / Coach: 1



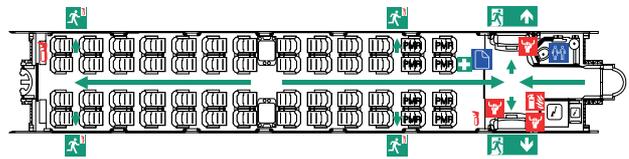
Carrozza / Coach: 2, 4, 5



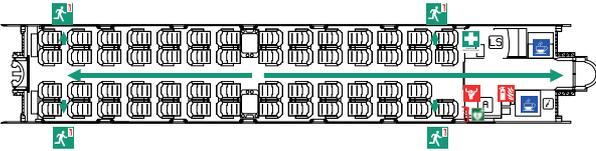
Carrozza / Coach: 3



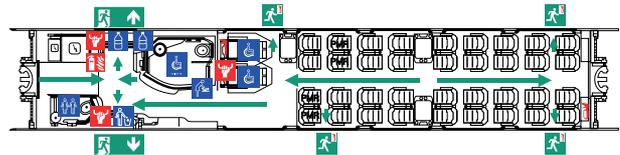
Carrozza / Coach: 6



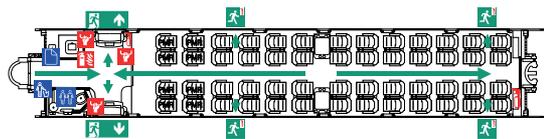
Carrozza / Coach: 7



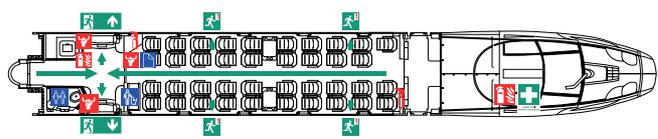
Carrozza / Coach: 8



Carrozza / Coach: 9, 10



Carrozza / Coach: 11



Legenda / Legend

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

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

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

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

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

- Abbandonare il treno senza indugi, in maniera ordinata e con calma;
- Aiutare chi si trovi in difficoltà, con priorità a soggetti "sensibili" (bambini, donne in stato di gravidanza, portatori di handicap, ecc.);

- Abbandonare i bagagli e non tornare indietro per nessun motivo;
- In presenza di fumo o fiamme camminare chini.

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

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

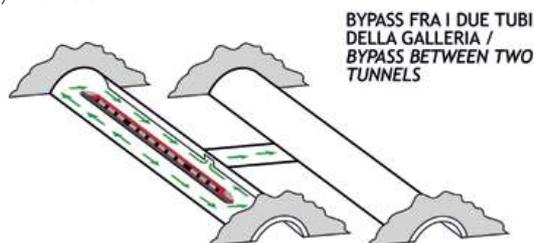
Esodo galleria linea AV/AC Firenze-Bologna Tunnel AV/AC evacuation Florence-Bologna

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

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

while bearing in mind the following general indications:

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



For an orderly and efficient evacuation in a tunnel please follow the instructions provided by the train personnel either or over the train PA system,

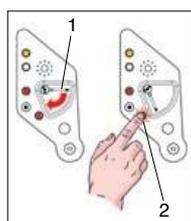


Fig.1

Apertura porte di emergenza Opening the emergency exits

Per aprire la porta in emergenza:

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

To open the emergency exits:

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



Fig.2

Finestrini/Windows

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



Fig.3

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



Prese elettriche

Piccoli suggerimenti utili per evitare di danneggiare le prese elettriche a bordo di ITALO e per l'utilizzo in tutta sicurezza:

- Evitare di maneggiare materiale elettrico con le mani bagnate;
- Estrarre la spina da una presa afferrando con le dita il corpo della stessa, evitando di tirare solo il cavo;

- È vietato l'utilizzo di prese multiple, ciabatte e/o prolunghe;
- Limitare l'utilizzo di adattori;
- Evitare di lasciare inserite nelle prese spine non collegate ad alcuna apparecchiatura;
- In caso di danneggiamento della presa o di qualsiasi altro problema di natura elettrica, rivolgersi tempestivamente al personale di bordo ITALO.

Ariete

Marzo vi ha lasciato in eredità coraggio e grinta. Approfittatene per affrontare la primavera con il piglio giusto e togliervi le soddisfazioni che meritate.



Toro

Stringere i denti spesso (e per fortuna) porta i suoi frutti. In amore il consiglio è abbastanza semplice: cercate di ascoltare di più il vostro partner.



Gemelli

Qualche volta l'impulsività vi ha portato fuori strada. Allora, per quanto possibile, cercate di agire in modo razionale. I risultati vi diranno se la strada è quella giusta.



Cancro

I primi mesi del 2020 hanno portato la tranquillità che mancava da un po' di tempo. E con la primavera finalmente riuscirete anche ad aprire il vostro cuore...



Leone

Con aprile si rivedrà l'amore vero e il merito è tutto delle stelle. Anche sul piano professionale non mancheranno novità interessanti, fatevi trovare pronti.



Vergine

O sì o no, basta mezze misure. Le stelle vi suggeriscono di prendere delle scelte precise e di non tornare indietro. Chiedete aiuto: amici e famiglia vi supporteranno sempre.



Bilancia

È il momento di gettare le basi per il futuro. Non lasciatevi distrarre dalle tentazioni primaverili (saranno parecchie) e sfruttate questo mese per scegliere la vostra strada.



Scorpione

Vi aspettano settimane piuttosto piacevoli, soprattutto perché i mille pensieri che vi hanno accompagnato nei mesi scorsi saranno solo un brutto ricordo.



Sagittario

Una vera e propria scossa, ecco il riassunto del mese che sarà. Amore oppure lavoro, un cambiamento è in arrivo e non per forza sarà positivo. Occhi aperti!



Capricorno

Imparate ad apprezzare ciò che vi circonda e soprattutto chi vi sta attorno. Niente è più prezioso e niente può aiutarvi come loro ad affrontare le sfide quotidiane.



Acquario

Sembra che si stia chiudendo un ciclo professionale e non per forza deve essere una notizia negativa. Cercate nuovi stimoli, rimettetevi in pista e tornerete come nuovi.



Pesci

Passione e grinta spingeranno, soprattutto i più giovani, in questi primi giorni del mese. L'amore va a gonfie vele e in ufficio finalmente qualcuno si accorgerà di voi.



TRA
NATURA
SELVAGGIA
E PURO
RELAX

Adaaran Select Meedhupparu. Un angolo incontaminato.



Situato nell'atollo di Raa, l'Adaaran Select Meedhupparu è composto da sistemazioni la cui privacy è garantita da una fitta vegetazione che rende quest'isola un piccolo paradiso costellato da antichi palmizi. Il Resort vanta una barriera corallina estesa facilmente raggiungibile e numerosi servizi.

Sporting Vacanze. Passione in Viaggio.

MALDIVE • SRI LANKA • OMAN • EMIRATI ARABI



PARTNER OF
MILLEMIGLIA



TRENTINO



ALTEMASI
TRENTODOC

ELEGANZA AUTENTICA.



Dai vigneti di montagna del Trentino nasce lo spumante metodo classico Altemasi Trentodoc. Le caratteristiche del clima e del territorio gli donano freschezza e personalità. Con Altemasi l'eleganza ha uno stile unico.