

metro®



Banca

Prestiti Personali

SCEGLI IL PRESTITO CARREFOUR BANCA.

**195,28€ AL MESE PER UN PRESTITO
DI 13.000€**

TAEF 7,41%*



Carrefour Banca. Per le spese di ogni giorno.



Richiedilo su
www.carrefourbanca.it

NOVITÀ



Telefona al **840.32.00.99**
Attivo lun - ven 9.00 / 20.00, sab 9.00 / 14.00.
Costo scatto alla risposta 0,065€.

*Esempio valido per un prestito di importo pari a 13.000€ da rimborsare in 84 rate mensili da 195,28€ TAN 5,70% TAEF 7,41%; importo totale dovuto dal consumatore 16.563,23€. Il TAEF rappresenta il costo del finanziamento e comprende: Imposta Sostitutiva: 0,25% dell'importo finanziato con durata superiore a 18 mesi: 33,75€ (addebitata sulla prima rata), spese mensili di gestione pratica: 1,50€ e spese di apertura pratica: 500€. Offerta valida fino al 28/02/2014. Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per le condizioni contrattuali fare riferimento al documento "Informazioni Europee di base sul credito ai consumatori" e agli avvisi disponibili sul sito www.carrefourbanca.it o presso gli Sportelli Carrefour Banca dove attivo il servizio. Il Prestito può essere richiesto dai clienti che rimborsano tramite RID. Salvo approvazione Carrefour Banque.
Carrefour Banque Via Caldera 21, 20153 Milano C. F., n° Registro Imprese di Milano e P. I. 07527770965, R.E.A. di Milano n° 1964855 Albo Banche 5736 Succursale Italiana di Carrefour Banque, SA con capitale sociale 99.970.791,76€, 1 Place Copernic - 91080 Evry Courcouronnes (France) RCS Evry 313 811 515 - iscritta nell'elenco degli intermediari dell'Unione Europea, n. di registrazione stato d'origine 07 027 516 - www.carrefourbanca.it



Banca

Carta PASS MasterCard

SCOPRI TUTTA LA CONVENIENZA DI CARTA PASS MASTERCARD. UN MONDO DI VANTAGGI A COSTO ZERO.



ZERO COSTO ANNUALE
ZERO SPESE MENSILI
ZERO COSTO CARTA FAMILIARE
ZERO INTERESSI PER RIMBORSI A SALDO

SOLO PER RIMBORSI RATEALI TAN 16,90% **TAEG 21,67%***

Carrefour Banca. Per le spese di ogni giorno.



Richiedila online su:
www.carrefourbanca.it

NOVITÀ

*L'offerta si riferisce all'apertura di una linea di credito ad opzione fine mese e revolving a tempo indeterminato utilizzabile mediante carta, soggetta ad approvazione di Carrefour Banque e valida fino al 29/01/2014. Esempio rappresentativo relativo ad una Carta con Fido pari a: 1.500 € - TAN fisso 16,90% - TAEG 21,67% - Rata di rimborso mensile 60,00 €. Costo totale del credito (ipotizzando un solo utilizzo iniziale di 1.500 €): 161,29 €. Importo totale dovuto dal consumatore: 1.661,29 €. Quota associativa annuale: 0 €. Spesa mensile gestione pratica: 0 €. Imposta di bollo su Rendiconto mensile e di fine rapporto: 2 € per saldi/imporsi superiori a 77,47 €. Il TAEG rappresenta il costo totale del credito espresso in percentuale annua e include gli interessi ed i seguenti costi: quota associativa annuale (ove prevista), imposta di bollo, spesa mensile gestione pratica (ove prevista). Ulteriori costi (non inclusi nel calcolo del TAEG): Commissioni prelievo contanti (in Italia e all'estero) 3%; Commissione rifornimento carburante 0 €. Messaggio pubblicitario con finalità promozionali. Per le condizioni contrattuali fare riferimento al documento "Informazioni Europee di base sul credito ai consumatori" e agli avvisi disponibili sul sito www.carrefourbanca.it o presso gli Sportelli Carrefour Banca. Salvo approvazione Carrefour Banque. Carrefour Banque Via Caldera 21, 20153 Milano C. F., n° Registro Imprese di Milano e P. I. 07527770965, R.E.A. di Milano n° 1964855 Albo Banche 5736 Succursale Italiana di Carrefour Banque, SA con capitale sociale 99.970.791,76€, 1 Place Copernic - 91080 Evry Courcouronnes (France) RCS Evry 313 811 515 - iscritta nell'elenco degli intermediari dell'Unione Europea, n. di registrazione stato d'origine 07 027 516 - www.carrefourbanca.it



MAZZARRI LA SUA INTER ESCE KO DA NAPOLI ED È 5° OGGI MILAN-ROMA {Sport}

il quotidiano gratuito

metro



MILANO
lunedì 16 dicembre 2013
www.metronews.it

Min 1°
Max 6°

Metro è stampato
su carta riciclata

da € 19,00

I LOVE YOU
bracciali componibili oro rosa, oro giallo, argento...

da € 99,00

Quanto bene mi vuoi?
Tantocosi
by J. Rivière - Milano
gioielli - orologi - borse - accessori
APERTI TUTTI I GIORNI DOMENICHE COMPRESSE
Milano - Via Manzoni 11 tel. +39 02 877 881
Milano - Via Beera 2 tel. +39 02 72 02 38 02

Posto Stampato
SCONTO 10%

Forconi divisi Paura infiltrati

► Il fronte della protesta si spacca ► Da una parte i radicali che ora chiamano in piazza il movimento mercoledì a Roma ► Dall'altra, i movimenti di Veneto e Sicilia che temono facinorosi e disordini. E vogliono trattare col Governo {News}

Nuoto. Magnini è bronzo nel 200 stile libero

Federica,
vasca corta
oro nuovo

Non se l'aspettava, Federica Pellegrini. È stato un'oro sorprendente e forse insperato, quello arrivato ieri (200 stile libero) nella giornata conclusiva degli Europei in vasca corta in svolgimento in Danimarca. Nella stessa specialità Filippo Magnini ha conquistato il bronzo. {Sport}



► La venticinquenne nuotatrice veneta è arrivata davanti alla francese Bonnet e alla russa Popova.

L'ex comico non ci sta

Renzi: "Resto ribelle e ora sfido Grillo"

► Cita i Negriti il neosegretario del Pd, mette al centro lavoro, scuola e ius soli. E chiede al M5s un patto sulla legge elettorale {News}



Lineadiretta

(pag. 8)

barometr

Una preside di Prato ha deciso di sottostare 5 tra 18 insegnanti precari del proprio istituto. Agli estratti sarà pagato lo stipendio. I fondi a disposizione non bastano per tutti. Lavoro e scuola, dice Matteo Renzi, sono i due binari su cui l'Italia deve correre per diventare la locomotiva d'Europa. Oggi - racconta anche la triste ruffa natalizia della preside di Prato - siamo su un binario morto. In bocca al lupo, segretario, speriamo che il suo treno sia puntuale e ad alta velocità. GIAMPAOLO ROLDI



UNA CHITARRA SOTTO L'ALBERO*

Corsi di Pianoforte, Chitarra classica e moderna,
Canto moderno, Violino e Flauto traverso

L'Istituto Musicale Europeo di Milano REGALA UNA BELLISSIMA CHITARRA a tutti gli iscritti ai corsi semestrali! Durata: da gennaio a giugno 2014. Non ci sono limiti d'età, orari pomeridiani e serali.

* Offerta non cumulabile con altre promozioni, scade il 20/12/2013, fino a esaurimento posti disponibili

ISTITUTO MUSICALE EUROPEO v.le Lombardia, 5 - Milano
MM2 Piola, Tel. 02-70632252 (lun-ven, h. 9,30-13; 14-18,30) www.isme.it



1
news

In scuola a Prato



La scuola di Prato.

Stipendi supplenti a sorte

PRATO I soldi bastano per pagare meno di un terzo degli stipendi e allora vengono tirati a sorte i fortunati: 5 nomi tra i 18 insegnanti supplenti e personale Ata. È accaduto all'istituto comprensivo "Iva Pacetti" di Prato. «Per migliaia di docenti e Ata precari arriva un Natale davvero magro - denuncia l'Anief - il Miur non ha inviato a diverse scuole i fondi per pagare novembre e dicembre ai supplenti "brevi". Per motivi tecnici se ne riparerà a gennaio». METRO

Bari

È giallo su morte 29enne

BARI Si procede per omicidio volontario nelle indagini sulla morte della 29enne italo-brasiliana trovata senza vita giovedì nel suo centro estetico a Mola di Bari. Qualche certezza in più arriverà oggi al termine dell'autopsia. La 29enne potrebbe essere stata uccisa da una persona che conosceva bene. Qualche elemento di chiarezza in più potrebbe giungere dai tabulati telefonici.

I forconi si spaccano sulla marcia su Roma

► Siciliani e veneti: "Rischi di strumentalizzazione da parte della destra"

ROMA I rischi di "provocazioni" e "strumentalizzazioni" intorno alla manifestazione di mercoledì 18 dicembre a Roma spaccano i forconi. Quelli siciliani di Mariano Ferro, Life Veneto, Azione rurale Verona e gli autotrasportatori dell'Aitras non andranno nella capitale e proseguiranno i presidi: «Abbiamo deciso di dissociarsi dall'operato di Calvani del Cra e Baldarelli. Il timore è quello di "infiltrazioni" il 18 in piazza del Popolo: «Organizzazioni trasversali potrebbero creare di-



"Temiamo che possiamo esserci degli infiltrati che potrebbero creare disordini".

MARIANO FERRO,
LEADER DEI FORCONI

sordini - spiega Mariano Ferro - c'è una destra che vorrebbe strumentalizzare la protesta e non possiamo permetterlo né alla destra né alla sinistra». Questa ala annuncia che riorganizzerà un'altra

manifestazione a Roma e apre al confronto con il governo: «Ma solo se a convocarci sarà Letta e vogliamo una telecamera che riprenda tutto». «Abbiamo sempre detto che non vogliamo trattare con il go-

verno - replica per l'altro fronte Danilo Calvani - loro avranno cambiato idea... Mercoledì sarò a Roma anche per garantire che non ci siano disordini. Non sarà una protesta violenta e non ci sarà alcun accampamento». Intanto il premier Letta, citando Casa Pound, invita «tutti quelli che stanno lasciando le proteste a ricordare chi sono i capi: gente che sta da un'altra parte rispetto a tutti i valori». E il ministro dell'Interno Alfano invita tutti a «stare dentro le regole». ● METRO

Nuovo segretario Pd

Renzi: resto "ribelle" Ora scuola e lavoro

MILANO Matteo Renzi si insedia da segretario Pd e cita i Negrita: «Occorre restare ribelli». «Si è ribelli ha spiegato - se si rifiuta la cultura della superficialità, se si rinuncia alla logica declinista, se si ha il coraggio di parlare quando si dovrebbe tacere e si può dare un contributo al cambiamento». Renzi ha ribadito le tre priorità - riforme, scuola e lavoro - e lanciato la sfida ai Cinque Stelle. «Beppe ci stai o sei per l'ennesima volta un chiacchierone e l'espressione buffone vale per te?». Così il neo segretario ha chiesto a Grillo il suo appoggio per approvare in tempi brevi una nuova legge elettorale, la trasformazione del Senato in Camera della Autonomie e tagli per un miliardo ai costi della politica. In cambio, ha assicurato Renzi, il Pd rinuncerà ai 40 milioni di finanziamento pubblico ai partiti. Il sindaco di Firenze ha poi messo in chiaro che



Matteo Renzi insieme al premier Enrico Letta.

«se alle prossime europee si va con risultati di Governo balbettanti, la responsabilità non sarà di Grillo e di Berlusconi, ma cadrà tutta in testa al Pd».

Tra le proposte rilanciate da Renzi: un sussidio universale per chi perde il lavoro, il tema delle unioni civili, la modifica della legge Bossi-Fini e dello "ius soli" «che ci permetta di non vergognarci». Infine Renzi andrà nella "terra dei fuochi" campana con il ministro dell'Ambiente. ● METRO

La "grana"

«Renzi aveva annunciato una sorpresa. È stata invece solo una scureggiata». Così Beppe Grillo nel suo blog. «Quelli dei rimborsi elettorali sono soldi che i partiti hanno incassato aggirando un referendum e che la stessa Corte dei Conti ha denunciato come non dovuti - aggiunge Grillo - caccia la grana, Renzie, e cacciala tutta, non solo la seconda rata».

Padova

Commesso in fin di vita

PADOVA È ricoverato in gravissime condizioni il commesso di 23 anni ferito con un colpo d'arma da fuoco sabato sera in un discount di Albignasego in provincia di Padova. Il ragazzo è stato sottoposto ad un intervento chirurgico. Il tentativo di rapina è avvenuto quando l'in-

gresso principale del supermercato era già chiuso. Il rapinatore sarebbe entrato da un ingresso laterale e si è trovato di fronte il commesso che in quel momento era solo all'interno del discount. Dalle casse del supermercato, già chiuse, non è stato portato via nulla. ● METRO

Biella

Massacrata per rapina

BIELLA Tre persone sono state arrestate per l'omicidio di Vanda Vazzoler, la 63enne picchiata a morte nella sua abitazione a Vigliano. La donna, che fu trovata legata e imbavagliata, sarebbe stata uccisa in un tentativo di rapina finito male. ● METRO

Lega Nord

Il segretario Salvini: "L'euro è un crimine"

TORINO «L'euro è un crimine contro la nostra umanità e prima salta prima possiamo riprendere la battaglia per l'indipendenza». Così Matteo Salvini al congresso federale straordinario della Lega che lo ha eletto nuovo segretario. «Non ci fermiamo fino all'indipendenza», ha aggiunto Salvini parlando nell'auditorium del Lingotto di Torino dove campeggiava tra gli altri lo striscione: «Matteo, qui al Nord vogliamo il muro». «I forconi rispetto ai ladri di Bruxelles sono dei lord», ha proseguito Salvini annunciando una manifestazione di tutti i movimenti e i partiti "eurosceettici" da tenersi a Bruxelles in primavera. Infine, no assoluto ad ogni ipotesi di indulto o amnistia e «calci in culo» ai giornalisti «pennivendoli speculatori». ● METRO

Brescia

Uccide 'ladro', arrestato

BRESCIA È stato arrestato dai carabinieri della compagnia di Brescia il meccanico di 29 anni che con un colpo di fucile ha ucciso un ragazzo albanese di 26 anni che poco prima avrebbe tentato un furto nella sua abitazione a Serle nel bresciano. Il proprietario di casa, avvertito

GLI AFFITTI? IN MONETA

Avvocato Corrado Sforza Fogliani, presidente di Confedilizia.

Un emendamento alla legge di stabilità prevede la tracciabilità sui pagamenti degli affitti, vale a dire mai più contanti. È utile per far emergere dal "nero" il mercato delle locazioni?

A nostro avviso è solo uno strumento per fare un favore alle banche e mette in difficoltà categorie deboli come pensionati e lavoratori stranieri. Esiste una minoranza che non ha il conto corrente in banca e per i bonifici mensili c'è un costo sulle transazioni stimabile sui 30 euro l'anno a carico degli inquilini in affitto.

Però è un fatto che in tanti pagano in nero e che i padroni di casa intascano senza dichiarare al fisco.

E continueranno a farlo, perché chi si comporta così non registra il contratto d'affitto, o al massimo mette nero su bianco solo una parte della pigione, intascano il resto sottobanco.

Insomma non se ne esce. C'è uno strumento istituito per legge a giugno, il registro dell'anagrafe condominiale, che obbliga gli amministratori di condominio a censire gli appartamenti e chi ci abita. Ogni comune, tramite la polizia locale o altri uffici ispettivi, può consultare questi registri e stanare gli affitti in nero.

Sembra uno strumento efficace? Quanti comuni lo hanno adottato?

Non si stupisca: non lo ha fatto quasi nessuno.

● PAOLO CHIARIATI

Ue: lo smog uccide più della strada

► Mercoledì sarà presentato un pacchetto di misure contro l'inquinamento

UE Lo smog uccide 400 mila persone l'anno, fino a 10 volte più degli incidenti stradali. L'allarme arriva dal commissario europeo all'Ambiente Janez Potocnik, che ha quantificato anche i danni provocati dall'inquinamento dell'aria: una cifra tra i 330 e i 940 miliardi di euro all'anno.

Non solo: l'inquinamento atmosferico superiore alla soglia dei 50 mg per metro cubo è direttamente correlato con un aumento degli episodi acuti a carico dell'apparato cardiovascolare, come scompensi acuti (+32%), fibrillazione atriale (+57%), aritmie ventricolari (+39%) e sindromi coronariche acute (+14%). Lo ha rilevato un team di ricercatori dell'università di Brescia, guidato dalla professoressa Savina Nodari, in uno studio condotto per un periodo di tre anni e presentato nei giorni scorsi al 74esimo Congresso Nazionale della Società



“Per diventare un'economia verde, l'Ue ha bisogno di centrare i target su clima ed energia per il 2020” JANEZ POTOCNIK, COMMISSARIO UE ALL'AMBEINTE



► Smog a Milano. LAPRESSE

Oggi sciopero del trasporto locale

Si svolgerà oggi lo sciopero nazionale di quattro ore nel trasporto pubblico locale, con modalità che cambiano da città a città. A proclamarlo Filt Cgil, Fit Cisl, Ultrasport, Ugl Autoferrotranvieri e Faisa “per il rinnovo del contratto, scaduto il 31 dicembre 2007”. Secondo i sindacati, «è necessario che il negoziato contrattuale riprenda nell'ambito del nuovo ccnl della Mobilità e si chiuda in tempi rapidi».

italiana di cardiologia.

Per correre ai ripari prima che sia troppo tardi, l'Unione europea, per bocca di Potocnik, è pronta a

varare un pacchetto di misure per contrastare l'emissione di polveri sottili e sostanze inquinanti: un nuovo programma euro-

peo che stabilisce chiari obiettivi delle politiche fino al 2030: la revisione della direttiva sui tetti nazionali delle emissioni, la ratifica del protocollo di Göteborg sulle emissioni di inquinanti, più un'azione per ridurre le emissioni per gli impianti di combustione di medie dimensioni.

Secondo Potocnik, i benefici sarebbero enormi, a cominciare dalla diminuzione delle vittime dell'inquinamento da qui al 2025 di almeno il 50%.

La Commissione europea presenterà la tanto attesa proposta di nuove regole per fronteggiare l'emergenza smog nell'Ue dopodomani, mercoledì 18 dicembre. La conferma arriva da fonti comunitarie, dopo l'appello di una quindicina di eurodeputati a Strasburgo perché il “pacchetto” sulla normativa della qualità dell'aria arrivi entro la fine del 2013, battezzato “Anno europeo dell'aria”. ●METRO

Notizie in breve



Mandela

SUDAFRICA Il feretro dell'ex presidente del Sudafrica Nelson Mandela, morto a 95 anni la settimana scorsa, ha fatto il suo ingresso nella tensostruttura innalzata nei pressi di Qunu, villaggio natale di “Madiba”, per la cerimonia funebre che si è conclusa ieri con la sepoltura. La bara, avvolta nella bandiera sudafricana, è stata accolta dal canto di un coro. Ai funerali hanno assistito 4.500 persone, tra cui la vedova Graca Machel, i familiari e l'attuale presidente sudafricano Jacob Zuma. ●METRO

Bronzi di Riace

REGGIO CALABRIA I Bronzi di Riace sono tornati in piedi. Le ope-

razioni si sono concluse nelle scorse ore a palazzo Piacentini, sede del Museo nazionale della Magna Grecia a Reggio Calabria. Il ministro dei Beni culturali Massimo Bray ha commentato sul suo profilo twitter: «Abbiamo finalmente rimesso in piedi due simboli di questo paese! Una speranza c'è». Il museo potrà riaprire prima di Natale con i meravigliosi Guerrieri bronzei. Intanto da sabato notte la facciata di palazzo Piacentini è illuminata da un'installazione virtuale che proietta i profili stilizzati dei Bronzi di Riace. ●METRO

Strage di bimbi

SIRIA Nuova strage di bambini in Siria, dove secondo gli attivisti dell'Osservatorio siriano per i diritti dell'uomo (ong vicina all'opposizione) raid aerei condotti ieri su alcune aree di Aleppo dalle forze governative avrebbero causato almeno trentasei morti. Fra le vittime, stando alla stessa fonte, si contano 15 bambini e un diciottenne. ●METRO



DA NOI L'ONESTÀ PAGA DI PIÙ

OGGI ACQUISTIAMO IL TUO METALLO A

QUOTAZIONI ORO PURO €/gr ORO USATO €/gr ARGENTO PURO €/kg

27,50 20,25 315,00



PRIMA DI VENDERE PASSA A TROVARCI!

MILANO

- Viale Abruzzi 16
- Viale Corsica 86
- Via Vitruvio 5

MILANO

- Via Porpora 63
- Viale Abruzzi 64

RHO

- C.so Europa 209 (fronte Ospedale)

MONZA

- Via Prina 3

POGLIANO MILANESE

- C.so Sempione 14

NON CI VUOLE UN GENIO PER CAPIRLO

Servizio Clienti Gratuito

800 58 69 69

www.oro-express.it

Quando il materialismo fa male

Soffocati dalle cose

SOCIETÀ I regali sotto l'albero di Natale vi riempiono di terrore? La vostra casa è piena di disordine inutile? Le cose che possedete sono più una maledizione di una benedizione?

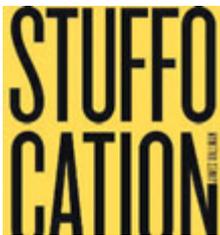
Se è così, potreste essere affetti da "Stuffocation" (letteralmente soffocamento da roba ndr.) il concetto e il titolo di un nuovo libro del trend forecaster (cacciatore di tendenze) James Wallman, per il quale è in atto una rivoluzione: il materialismo è in ritiro mentre si diffonde un sano stile di vita basato sulle esperienze.

Wallman cita la ricerca dal politologo Robin Inglehart che mostra come nel 1970, l'80% delle persone nei paesi sviluppati si autodefiniva materialista, una cifra che si è ridotta al 50% di oggi. Un sondaggio diverso rileva che la maggioranza nel Regno Unito, Francia e Stati Uniti vuole vivere più semplicemente, con meno cose possedute.

L'autore ha molte teorie sul perché, tra le quali il fatto che abbiamo raggiunto il punto di saturazione, o "peak stuff". Wallman sostiene che la donna britannica in media ha



► Negli ultimi 40 anni, è calato dall'80% al 50% la quota di coloro che si definiscono materialisti in Occidente.



22 pezzi di abbigliamento che non sono mai stati indossati.

Le nuove tecnologie hanno poi reso possibili forme di "consumo collaborativo", libri e CD sono sostituiti dai download. L'aumento dei costi e la consapevolezza degli impatti ambientali sono un

altro fattore.

Ma è lo status la chiave. «Prima a definire il nostro status erano le cose che possedevamo, ora sono le cose che facciamo», dice Wallman. «Se sei andato a Parigi o in un ottimo ristorante nel passato non lo avrebbe saputo nessuno. Ora, grazie ai social media la gente sa tutto molto rapidamente.»

Inoltre, il materialismo fa male, è associato a disturbi d'ansia, depressione e persino alla morte. La Tilburg University in Olanda ha recentemente identificato una curva della solitudine vissuta da persone che cercano di alleviare l'infelicità attra-

Shopping al via

► Al via lo shopping dei regali per quasi 2 italiani su 3 (65%) che per fare acquisti attendono le ultime settimane prima di Natale. Lo rivela un'analisi Coldiretti, in cui si evidenzia in particolare che una maggioranza del 37% degli italiani acquista i regali nelle ultime due settimane, mentre il 22% attende l'ultima settimana e il 6% la vigilia.

verso lo shopping. L'accaparramento compulsivo, riconosciuto quest'anno come un disordine dall'American Psychiatric Association, ha causato morti. «Il consumo di massa porta alla depressione di massa», dice Wallman.

In "Stuffocation", l'autore incontra i "minimalisti", persone che erano sempre più infelici con il loro consumismo e hanno ridotto drasticamente i loro beni. Ma l'abbandono del materialismo non deve essere doloroso, dice Wallman. «È facile provare, basta trascorrere una fine settimana senza comprare nulla e fare qualcosa, anche se è solo stare in

sella a una bicicletta o andare al cinema.»

Il trend forecaster dice che le innovazioni devono avere cinque qualità per avere successo: devono essere semplici da capire, facili da provare, compatibili, osservabili e migliori. «Lo Sperimentalismo è tutto questo.» Egli nega che possa diventare un'altra forma di consumismo. «Non ci sono due esperienze uguali, e le esperienze uniscono le persone, non le separano, come fa il materialismo. È molto più social». Wallman riconosce che il cambiamento non arriverà dall'oggi al domani. La nuova idea sarà adottata prima dagli innovatori, poi dagli early adopters prima di raggiungere la maggioranza. A questo punto attirerà le persone con ampio reddito che sono stati "stuffocated" al punto di crisi e sono pronti alla svolta. La rivista Wired ha previsto la rivoluzione per il 2014, sintetizzando così: "Possiedi di meno, fai di più". «Non c'è più modo di tornare indietro, adesso». www.stuffocation.org



KIERON MONKS
METRO WORLD NEWS

Tutti salvi

Barcone con 257 migranti

AGRIGENTO Sale il conto delle vite umane salvate dalle Unità del ventinovesimo gruppo navale dispiegato nello stretto di Sicilia per l'operazione Mare Nostrum. L'altra notte è stato infatti recuperato un barcone con a bordo 257 persone, che si aggiungono così alle 76 persone soccorse da Nave Cassiopea durante la mattinata di sabato. Ieri è intervenuta la Nave San Marco, sede del comando dell'operazione. Fra le 257 persone a bordo, c'erano 39 donne, 2 incinte, e 15 bambini, provenienti per lo più da Eritrea, Siria e Tunisia. ● METRO

Ucraina

In 200 mila in piazza

KIEV Almeno 200mila persone sono tornate a manifestare ieri a Kiev per chiedere la firma dell'accordo di associazione con l'Ue. Una manifestazione più ridotta di sostenitori del presidente Viktor Yanukovich, che non ha voluto firmare l'accordo, si è svolta in un parco più lontano. ● METRO

bikeitalia.it

“Cavalieri Jedi su bici a ruota fissa”

► In California stop alle due ruote con freno pedale ► La replica di Paolo “Rota Fixa” Bellino

La Contea di Ventura, nel sud della California, ha emesso un'ordinanza che vieta la circolazione delle biciclette “a scatto fisso”, o a ruota fissa; un particolare tipo di bici con un solo rapporto e nessun meccanismo di ruota libera, in cui la funzione dei freni è sostituita dai pedali, sia per rallentare che per arrestarsi. La decisione della contea di Ventura di vietare le fixed bike è stata presa dopo l'ultimo di una serie di incidenti che hanno coinvolto ciclisti su bici a scatto fisso “sprovvisi di freni tradizionali”. Già nel 2010 in Australia si era verificato un giro di vite sulla vendita di fixed bike e ad alcuni negozi che le commercializzavano era stato intimato di non farlo con multe fino a un milione di dollari australiani. In Italia le bici fisse sono “tollerate” in quanto dotate di un “sistema frenante” alternativo (i pedali). ● BIKEITALIA.IT

MOBILITÀ Paolo Bellino, ciclotattivista romano, è soprannominato “Rota Fixa”. Chi meglio di lui per parlare del divieto scattato negli Stati Uniti.

Cosa ne pensi dell'ordinanza varata in California? È sbagliata e mi fa rabbia. Nell'esperienza italiana - e io sono stato il primo a portare qui da noi le bici a ruota fissa - nessuno ha mai avuto problemi né incidenti. Certo per guidare questo tipo di bici ci vuole un periodo di pratica, quasi di iniziazione, durante il quale si tiene montato il freno anteriore. Ma poi è il mezzo stesso che fa sviluppare una concentrazione totale. **Dunque nessun rischio aggiuntivo di incidenti?** Assolutamente no. In tanti anni io ho avuto solo due incidenti e con bici a

ruota libera e freni “normali”. Se guidi la bici a ruota fissa diventi una sorta di Cavaliere Jedi: riesci a captare tutto ciò che ti accade

intorno e ad evitare gli imprevisti. Insomma, non si inchioda mai all'improvviso e si riesce a bloccare la bici nello stesso tempo dei freni da mano.

Quanto si è diffusa la moda della ruota fissa in Italia?

Tantissimo, soprattutto nei centri urbani. A Milano, ad esempio, ne girano molte e ogni negozio ne ha in mostra un paio di modelli. La moda è partita cinque anni fa, da allora la ruota fissa è entrata a far parte dell'immaginario collettivo ciclistico. Direi di più: sta prendendo la supremazia su altre tipologie di biciclette. **Cos'è che rende unico il mec-**



► La nuova fixed bike fluorescente “Illuminator”.

canismo a scatto fisso?

Innanzitutto la pedalata: la sinuosità e la sensualità del movimento continuo sono inarrivabili. Diventi un tutt'uno con il mezzo, come se andassi a piedi. Diventa così normale che non ti accorgi di pedalare e questo matrimonio essere umano-bici è anche clamorosamente efficace ed efficiente.

La ruota fissa non sembra la

cosa migliore per le salite, i romani hanno sette colli...

Io vivo a Roma e pedalo da anni senza problemi. Bisogna sfatare questa leggenda: Roma non ha vere pendenze pazzesche. E poi con le biciclette a ruota fissa si fanno benissimo anche le salite, perché il pedale sul quale non stai spingendo sale da solo e ti aiuta a tenere il ritmo.

● LORENZO GRASSI

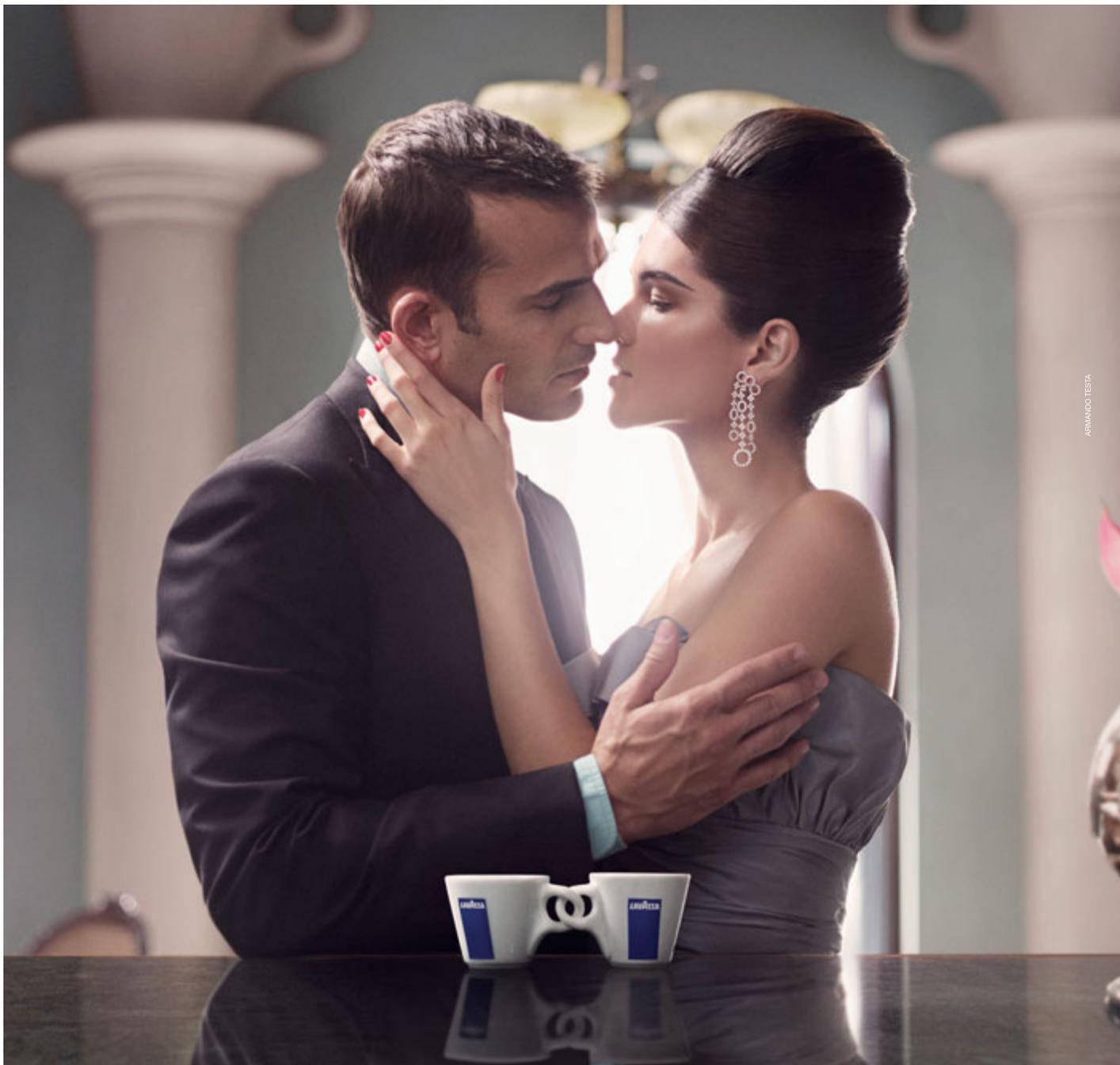
Notizie in breve

Fluorescente

GRAN BRETAGNA In Gran Bretagna arriva in vendita una fixed bike che si illumina da sola al buio grazie ad una vernice “attiva” che assorbe i raggi del sole durante il giorno e li restituisce in assenza di luce. Precisamente, un'ora di illuminazione al buio garantisce per ogni ora di pedalata alla luce del sole. Il prezzo della “Illuminator” è 420 sterline. ● BIKEITALIA.IT

Olanda volante

OLANDA Probabilmente avrebbe fatto un'ottima figura lo stesso, ma la città di Utrecht ha deciso comunque di investire 100 milioni di euro in infrastrutture per la ciclabilità urbana in previsione del Tour de France 2015, edizione che prenderà il via proprio dalla intraprendente città olandese. ● BIKEITALIA.IT



ARMANDO TESTA



L'ESPRESSO PERFETTO SU TUTTA LA LINEA.

Grazie alle nuove postazioni nella metropolitana di Milano, puoi avere il piacere del vero espresso ogni volta che lo desideri, garantito dal sistema a cialde Lavazza BLUE.

Lavazza BLUE, un momento di piacere ad ogni fermata.



www.lavazzalive.com

in collaborazione con **ivsitalia.com**
LEADER NELLA RISTORAZIONE AUTOMATICA

&
milano

Expo



Mascotte svelata ai bimbi

CITTÀ C'è l'aglio, l'anguria, l'arancia e la banana. Sono alcuni degli 11 elementi-alimenti che formano la mascotte di Expo. A disegnarla, la Disney Italia, che ieri l'ha svelata davanti a una platea di bambini al Franco Parenti. Il nome di ogni alimento sarà scelto con un contest dai più piccoli, che potranno proporre le loro idee sul sito www.expo2015.org e sui canali social di Expo 2015. OMNIMILANO

Un lunedì "nero" tra smog e scioperi

TRASPORTI Finito uno sciopero, ne parte un altro. E non fatevi illusioni: se l'astensione dal lavoro tra sabato e domenica dei lavoratori dell'Orsa su Trenord ha portato alla cancellazione "solo" del 55% dei convogli, quello di quattro ore previsto per oggi (dalle 8.45 alle 12.45) bloccherà la città. A incrociare le braccia sui mezzi Atm e su Trenord saranno infatti tutti i sindacati, confederali e autonomi, sul piede di guerra per il rinnovo del contratto nazionale. Fermi anche il pomeriggio i controllori, le guardie giurate e gli ausiliari della sosta, tutti di-



► Un vigile "antismog".

pendenti di Atm (in presidio dalle 14 in piazza Scala) che chiedono nuovi parametri contrattuali. Per oggi Area C sarà sospesa. A braccetto con la questione "sciopero mezzi", va quella dell'inquinamento: domenica è stato il nono giorno di Pm10 oltre norma. Al decimo (e fino a mercoledì è prevista alta

pressione), secondo il Protocollo provinciale del 2012, scatteranno automaticamente i blocchi per i diesel Euro 3 senza filtro (dalle 8.30 alle 18), il divieto di circolazione per i mezzi commerciali diesel Euro 3 (dalle 7.30 alle 10), un grado in meno per gli impianti di riscaldamento (da 20 a 19), porte chiuse nei negozi. Tuttavia, la Provincia sembra intenzionata a concedere la deroga chiesta Assolombarda e Unione del commercio, mentre Palazzo Marino è inflessibile. Si corre quindi il rischio di vedere una città bloccata e una provincia circolante...

Piazza Leonardo



► I piccoli giocatori di rugby con il console Molobi.

L'albero di Mandela

Decine di giovani giocatori di rugby e gente comune si sono ritrovati ieri in Piazza Leonardo dove è stata dedicata una magnolia e una pietra a Mandela. Presente il console sudafricano Molobi che si è impegnato a portare in questo luogo le squadre sudafricane di passaggio a Milano.

A giugno il numero unico per i taxi

TRASPORTI Un sistema virtuale che manderà in pensione le colonnine telefoniche nelle aree di sosta dei taxi e permetterà la creazione di un numero unico per tutti i taxi. Inoltre, i posteggi dei taxi si trasformeranno in nuovi

hotspot della rete WiFi comunale. È quanto prevede la delibera approvata venerdì in giunta. Un documento che prevede entro giugno la realizzazione del numero unico in grado di raggiungere il taxi più vicino al chiamante.

Il sistema permetterà di smistare le richieste anche ai taxi in sosta negli 80 posteggi privi di colonnina (su circa 160) e fornirà ai tassisti informazioni sulla distribuzione dell'offerta in rapporto alla domanda. ● METRO

Picchia agente Arrestato

CENTRALE È stato arrestato per lesioni e resistenza a pubblico ufficiale il romano di 30 anni, con precedenti, che sabato alle 15 ha aggredito un agente della Polmetro alla fermata di Centrale. ● METRO

STUDIO LEGALE CANDIANI

CONDOMINIO - SFRAATTI
RECUPERO CREDITI
IMPUGNAZIONI FISCALI
SEPARAZIONI & DIVORZI
PREVENTIVO GRATUITO

VIA VINCENZO FOPPA 28 MILANO
TEL 0248518259 - M_CANDIANI@VIRGILIO.IT

IL TUO ORO VALE TANTO!

VALUTAZIONE VERA
PIÙ ALTA D'ITALIA**VENDILO A CHI TI DA' DI PIU'!**

COMPRO ORO

18kt €20,50/gr

24kt €27,33/gr

SPECIALE COMPRO
ARGENTO
fino a €370,00/kg

Gioielli di Valenza

C. Comm. "IL VULCANO" S. S. Giovanni (MI) - Tel. 02 24839311
C. Comm. "FIORDALISO" Rozzano (MI) - Tel. 02 57507112
Gall. Comm. "OSP. NIGUARDA" Milano - Tel. 02 49663112
Gall. Comm. "OSP. SAN RAFFAELE" Milano - Tel. 02 26411735



OFFERTA PROMOZIONALE

**OCCHIALI DA VISTA
COMPLETI DI LENTI E MONTATURA****SOLO € 59,00****OCCHIALI DA VISTA
CON LENTI PROGRESSIVE E MONTATURA****SOLO € 115,00****OCCHIALI SU MISURA PER TUTTI I DIFETTI
OFFERTE ANCHE SU LENTI A CONTATTO
E OCCHIALI DA SOLE
CONTROLLO VISTA IN SEDE****Occhiale sole
sconto 45%
e 35% fino al
06/01/2014**

BI-EMME OCCHIALI

VIA N.A. PORPORA 14

MILANO - (30 METRI DA P.LE LORETO, METRO LORETO)

bi-emme2011@libero.it - tel. 02 92871595

RITAGLIA E PORTA IN NEGOZIO

E RICEVERAI ANCHE UN GENTILE OMAGGIO

N.B. IL PREZZO PUÒ VARIARE IN BASE ALLE PROPRIE DIOTTRIE



OBIETTIVO ARGENTO

La MIGLIORE QUOTAZIONE la trovi su www.iridemetalli.com

chiamaci allo 02 33004120

ACQUISTIAMO ARGENTO**360 € al Kg**
per argento 999,9**260 € al Kg**
per argento 800

LA QUOTAZIONE È RIFERITA AL GIORNO PRECEDENTE

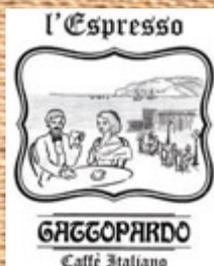




OUTLET

CAPSULE & CIALDE ADATTE
A TUTTE LE MACCHINE
**NESPRESSO,
LAVAZZA E BIALETTI**

**OLTRE 200 MISCELE COMPATIBILI
CON MACCHINE
NESPRESSO, LAVAZZA E BIALETTI
AI PREZZI PIÙ BASSI D'ITALIA**



Torrefazione
in Palermo



Torrefazione
in Napoli



Torrefazione
in Como

**VIENI A
PROVARE
GRATIS!
IL NOSTRO
CAFFÈ**



**viale Papiniano, 2 - Milano
(metropolitana Sant'Agostino)**

Vale € 2,00 di sconto
faciando spendibile
per l'acquisto
di una scatola
di caffè

Rinnova l'abbonamento ATM

Ricarica on-line su www.atm.it

Su www.atm.it chi ha la tessera elettronica può trovare le istruzioni per abbonarsi direttamente on line. La tessera deve essere attivata **in uno dei circa 90 totem presenti nelle stazioni della metropolitana o in uno dei 500 parcometri in città.**

Per sapere dove si trovano basta visitare la sezione "GiroMilano" del sito.

Si può ricaricare anche...

*Ai bancomat
Intesa Sanpaolo e Unicredit*

*Ai 500 parcometri
in città*

È possibile eseguire la ricarica agli sportelli bancomat del circuito Unicredit e Intesa Sanpaolo. Si possono acquistare gli abbonamenti urbani, interurbani e cumulativi. È necessario **attivare l'abbonamento ai totem in metropolitana o ai 500 parcometri.**

Sui parcometri è possibile ricaricare e attivare il proprio abbonamento in **un'unica operazione.**

È necessario inserire nell'apposita boccetta la tessera ATM e seguire le indicazioni sul display.

RICARICA ONLINE IL TUO ABBONAMENTO ATM



① Ricarica su www.atm.it
il tuo abbonamento ATM



② Attiva l'abbonamento sui totem
presenti nelle stazioni della metropolitana
o presso i 500 **parcometri** in città



③ Viaggia in tutta libertà

NUMERO VERDE: 800 80 81 81

www.atm.it



ProfessionalProgress

MEDIAZIONE CREDITIZIA



Capitale Sociale € 120.000 interamente versato.

Società di Intermediazione Creditizia iscritta al OAM al n. **15372/12**

A MILANO siamo presenti in:
Via Panfilo Castaldi, 41
Ang. Corso Buenos Aires
Metro Porta Venezia
uscita C.so B. Aires



Siamo presenti con sedi dirette in
tutta Italia

Fogli analitici in loco

Prestiti Personali

**Dipendenti, Autonomi
e Pensionati fino a 90 anni
Da 2.500,00 a 50.000,00**

RESTITUIBILI ANCHE CON C/C POSTALI DA 6 A 120 MESI
IN CONVENZIONE CON I MIGLIORI
ISTITUTI BANCARI E FINANZIARI

CONSOLIDAMENTO DEBITI

UNIFICARE IN UN 'UNICA RATA PIU' PRESTITI IN CORSO

CONSULENZE MIRATE su: MUTUI - AFFIDAMENTI CARTE DI CREDITO

in presenza di DECRETI INGIUNTIVI – PIGNORAMENTI – ASTE –
RIENTRI IMMEDIATI - BLOCCO C/C- CHIUSURA C/C

**Non aspettare ancora per un'analisi puntuale della tua posizione,
non costa nulla e potresti risolvere i tuoi problemi per sempre!**

PROFESSIONAL PROGRESS Srl – La soluzione alle tue esigenze

2

life

Bellezza e bisturi

La top a 11 anni dal chirurgo

Alessandra Ambrosio.
LA PRESSE

GOSSIP Top model non si nasce, si "diventa". Lo sa bene Alessandra Ambrosio, l'angelo di Victoria Secret, che ha confessato di essere ricorsa al chirurgo estetico a 11 anni per un "ritocchino" alle orecchie, che lei riteneva a sventola.

La "vendetta" delle polpette

CINEMA Dopo solo 60 secondi dalla fine del primo film. È da lì che riparte il secondo capitolo di "Pio-ono polpette". Flint Lockwood ha distrutto - o pensa di averlo fatto - la sua più grande invenzione, il "Replicatore di Cibo Super Mutante Diatonico Dinamico", che trasforma la pioggia in cibo, scatenando tempeste che rischiavano di distruggere il mondo. Ma la macchina è ancora attiva e sforna ibridi di cibo-animati, gli Animacibi, che hanno invaso la sua isola. Che cosa succede dopo, ce lo racconta Cody Cameron che firma con Kris Pearn la regia di questo "Pio-ono Polpette 2-La rivincita degli avanzi" dal 25 dicembre nei cinema.

Cameron, da dove ripartiamo?

Dall'isola, dove la città di Flint è stata invasa da un'enorme giungla e il cibo si è evoluto!

In che senso?

Addio orsetti gommosi e pezzi di pizza, qui c'è un universo di mutanti: dagli

Flint Lockwood.
METRO

Scalognosauri alle Elefanturie, pachidermi nati dal frutto, dalle Banana-Struzz, banane giganti con gambe di struzzo, alle Torte a sonagli, passando per Bufali Grill, Meloni Cornuti, Cetrioli volanti, Zanzatoast, Orangambetri. C'è persino IL Tacodrillo, il noto antipasto latinoamericano diventato carnivoro.

Quindi avete puntato tutto sugli "animacibi"?

Sì, e fatta questa scelta, io stesso ho cominciato a comprare frutta e verdure, a ritagliarle e a trasformarle in nuovi animaletti.

L'idea del primo film arricchita?

Sì, da fan dell'originale volevo mantenere lo stesso aspetto e lo stesso livello di energia, ma anche trasportare e arricchire i personaggi in un nuovo scenario, aggiungendo idee che erano rimaste fuori dalla prima pellicola. Quindi l'universo del film continua ad essere un universo familiare, ma con elementi completamente nuovi.

Il film conta molte citazioni...

Ci sono rimandi a "Jurassic Park", come quando compaiono per la prima volta gli "Animacibi", ma omaggiamo anche "E.T.", "Il ritorno dello Jedi" e "I Goonies". Insomma, dobbiamo molto al grande cinema degli anni '80.

● SILVIA DI PAOLA

Miley Cyrus al "Jingle Ball"

L'ex star Disney sul palco di New York.
LA PRESSE

Twierking "natalizio"

Un twierking con Babbo Natale e un paio di leccatine al microfono (sostituito del martello) al "Jingle Ball" di New York. E, subito dopo, una foto di sé in topless postata su Twitter. Non si fa mancare nulla Miley Cyrus in queste serate prenatalizie. E a chi ha polemizzato sulla foto osè, ha ribattuto che non si tratta di una provocazione, ma di una campagna per l'uguaglianza dei sessi...

sotto costo

FINO AL 24 DICEMBRE



sotto costo

CAFFÈ QUALITÀ ROSSA
LAVAZZA
g 250x2 (al Kg € 6,98)

€ 3,49

disponibilità 65.000 pezzi



sotto costo

SALMONE NORVEGISE
AFFUMICATO
CON LEGNO DI FAGGIO
FIORD
busta g 400
(al Kg € 22,48)

€ 8,99

disponibilità 20.000 pezzi



Più a meno



sotto costo

PASTA FRESCA RIPIENA
SFOGLIAVELO
RANA
g 250 (al Kg € 7,96)

€ 1,99

disponibilità 90.000 pezzi

iPad mini Wi-Fi



32GB

€ **349,00***

INVECE DI € ~~429,00~~

RISPARMI
€ **80,00**

64GB

€ **409,00***

INVECE DI € ~~529,00~~

RISPARMI
€ **120,00**

*OFFERTA VALIDA SUI CODICI MD529TY/A, MD530TY/A, MD532TY/A, MD533TY/A.
FINO AD ESAURIMENTO SCORTE E NON CUMULABILE CON ALTRE OFFERTE.

GOPRO Hero 3

Black Adventure

€ **339,00***

INVECE DI € ~~389,00~~



SOLO PER
I TITOLARI

MONDADORI
CARD

RISPARMI
€ **50,00**

*OFFERTA VALIDA FINO AD ESAURIMENTO SCORTE.

Dalla Russia i maestri del balletto

DANZA Fondato a fine secolo da una famiglia di solisti del Teatro Mariinsky, il Balletto di San Pietroburgo ha condotto più di 50 tournée in tutto il mondo e tiene alta la tradizione dei grandi maestri della scuola russa. Da domani al 22 dicembre sbarcherà al Teatro degli Arcimboldi per proporre due balletti cult come "Il lago dei cigni" e "Lo schiaccianoci". ● **A.G.A.R.**

Premio Testori ecco i vincitori

SCRITTURA A 20 anni dalla morte dello scrittore, drammaturgo e critico d'arte Giovanni Testori, nasce il premio a lui intitolato per la scrittura contemporanea. Stasera, alle 19.30, con ingresso gratuito, al Teatro Studio Melato proclamazione dei vincitori e lettura degli scritti d'arte di Testori dedicati a Leonardo, con Massimo Popolizio. ● **A.G.A.R.**

Un lunedì all'italiana

► Stasera i concerti di Laura Pausini, Patty Pravo e Sergio Caputo

MUSICA Sarà un lunedì a tutta musica italiana. Precedenza alla regina del pop nostrano, Laura Pausini, che stasera (ore 21, euro 44/80.50) al Mediolanum d'Assago apre la parte milanese del "The Greatest Hits World Tour", concerto dedicato ai suoi vent'anni di carriera, con una scaletta ricca di successi. Si replicherà mercoledì, giovedì e sabato.

Un live speciale si terrà anche domenica 22: un vero "Family Christmas Show", alle ore 17, dedicato alle famiglie con bambini che potranno usufruire di speciali promozioni. Un'altra diva, dalla storia ben più lunga, sarà in scena al Dal Verme: si tratta di Patty Pravo, che darà un saggio del suo ca-

risma nel corso di un live antologico, che spazierà da "La bambola" a "Pensiero stupendo" (ore 21, euro 34.50/46). Al Nuovo, invece, debutterà ufficialmente il tour teatrale di Sergio Caputo che celebra i trent'anni di "Un Sabato Italiano": per l'occasione (ore 20.45, euro 29.50/45) verrà eseguito l'intero album con una band di sei elementi con sezione fiati. Non mancheranno gli altri classici dell'artista romano, che di recente ha pubblicato un'autobiografia. Alla Salumeria della Musica ritroveremo il busker milanese Soltanto con "Le chiavi di casa mia" e altre canzoni per una festa di Natale sui generis (ore 21.30, euro 10). Altri appuntamenti: al teatro

Grassi, per "Jazz al Piccolo", serata con "Schiaccianoci & Peer Gynt secondo Duke Ellington e Billy Strayhorn" con la Civica Jazz Band (ore 21, euro 16), mentre per "La musica dei cieli" nella Chiesa di San Martino a Bollate si

esibiranno Michael M. Smith Ministries (ore 21, gratis). Oggi e domani allo Spazio Tertulliano saranno di scena i "monologhi pop" di Martino Corti nello spettacolo "Le cose non contano nulla" (ore 21, euro 16). ● **DIEGO PERUGINI**



► Laura Pausini.

Torna "Libri a Teatro"

LETTURA Da stasera, alle 19.30, al Teatro Leonardo quinta stagione di "Libri a Teatro", appuntamenti dedicati alla lettura in senso spettacolare e creativo. Nata da una collabo-

razione tra Marcos y Marcos e Quelli di Grock, la rassegna proporrà tre serate. Si inizia con "Strane avventure di Sherlock Holmes in Giappone" di Dale Furutani. ● **A.G.A.R.**

Centro Dentistico F. Fumagalli

Ablazione tartaro 40 €
Otturazione estetica 50 €
Protesi totale 900 €
Corona in ceramica 500 €
Impianto 800 €
Estrazione da 50 €

Finanziamenti a tasso 0%

www.centrodentisticofumagalli.it
Via zuccaro 2 angolo lorenteggio
Tel 02.42.31.522



Il regalo più bello?
Trovare una casa sotto l'albero
L'augurio migliore?
Che possiate realizzarlo nel 2014*

È una proposta



* Magari con noi, acquistando una delle bellissime residenze di via Rubattino a Milano. L'ufficio vendite è aperto o se preferite, prenotate la vostra visita chiamando lo 02.2641.3612


borghettino

È una commercializzazione



GRANDI RISULTATI

CON LA CURA A RAGGI INFRAROSSI
INNALZI IL METABOLISMO E MANTIENI IL PESO FORMA

LASER "3 PUNTO ZERO"
L'ALTERNATIVA NON INVASIVA
ALLA LIPOSUZIONE !!!

SEDUTE
A PARTIRE
DA 39 €



VIVERESNELLA
MEDICAL

dal 1999

LE NOSTRE METODICHE

RAGGI INFRAROSSI

- dimagrimento

OSSIGENO TERAPIA

- viso e corpo

LASER

- per grassi localizzati

DEPRESSURIZZAZIONE

- per la cellulite

RADIO FREQUENZA

- viso e tono

LIPOCAVITAZIONE

- rimodellamento

BIORIVITALIZZAZIONE

- smagliature

EPILAZIONE PERMANENTE

www.viveresnella.it



TUTTE LE NOSTRE FOTO
SONO DOCUMENTATE

MARINA LOREY
PERSI 30 KG IN 6 MESI

PERCHÉ SCEGLIERE VIVERESNELLA

VivereSnella un nome che investe nello studio metabolico dei cibi, con un team di dottori che già nei primi cinque giorni, riesce a dare uno scossone al metabolismo dei suoi clienti e una perdita immediata di peso.

Successivamente, dopo un test delle urine, vengono inseriti gli alimenti in modo da valutare come vengono metabolizzati, in quanto spesso a livello intestinale i cibi fermentano, creando enormi gonfiori e rallentamenti dell'assimilazione.

Di frequente gli alimenti di cui ci nutriamo giornalmente non sono tollerati dal nostro organismo e grazie alla professionalità dei centri VivereSnella è possibile scoprire quali sono. VivereSnella negli anni si è specializzata investendo sempre in nuovissime tecnologie, arrivando ad oggi ad avere più di 14 metodiche.

VivereSnella da oltre due anni porta i suoi iscritti a due trasmissioni televisive, per dimostrare la serietà del loro metodo e i grandi risultati che è in grado di dare, sia su adulti che anche su adolescenti.

Approfitta dell'OFFERTA

CHIEDI
UNA SEDUTA
DI CRYO,
IDEALE X GRASSI
LOCALIZZATI

FINO AD ESAURIMENTO POSTI
PER I NUOVI ISCRITTI
FINO AL 31.12.2013



SEGUI LE NOSTRE TESTIMONIANZE ALLE TRASMISSIONI TANTA SALUTE E HAPPY HOUR O SU CANALE VIVERE SNELLA YouTube

T MERCOLEDÌ
ORE 23,15
TELELOMBARDIA

T Happy hours
GIOVEDÌ ORE 19,30
TELELOMBARDIA

5 SABATO ORE 19,15
MERCLEDÌ ORE 8,15
ANTENNA 3

MILANOW

SABATO ORE 16,30
DOMENICA ORE 11,15
DOMENICA ORE 22,45

SEDI:

Via Grigna, 12
Mi | Tel. 02. 89.07.30.57
12 | 90-91

Via Modestino, 1
Mi | Tel. 02. 89.41.58.24
M S. Agostino

Via Brunelleschi, 1
(Zona Navigli) Mi | Tel. 02. 42.29.33.27
14 | 95

Mais for eni

arriva fixa superLuce,



scopri la speciale offerta luce di eni, all'800 900 700

oggi eni gas e luce ti viene ancora più incontro. Se sei cliente solo per il gas e passi a eni anche per la luce, in esclusiva per te bloccato per 2 anni, a un prezzo speciale pensato apposta per te.

il costo della componente energia è pari a circa il 49% della spesa annua ante imposte di un cliente tipo. Le restanti componenti di spesa sono stabilite e periodicamente aggiornate dall'AEEG.

eni gas e luce la soluzione più semplice

esprimi la tua arte responsabilmente, solo negli spazi autorizzati

dedicata ai clienti eni gas



o in uno dei negozi energy store eni

c'è la nuova offerta fixa superLuce: così avrai il costo della componente energia*

Scopri l'offerta valida fino al 19/01/2014



eni

eni.com

metro

Metro è un quotidiano indipendente del mattino pubblicato dal lunedì al venerdì e distribuito gratuitamente da N.M.E. - New Media Enterprise Srl. Registrazione RS Tribunale di Roma 254/2000. Sede legale: Via Carlo Pesenti, 130, 001056 ROMA. Amministratore unico: MARIO FARINA

Direttore Responsabile: **Giampaolo Roidi**
Caporedattore: **Paola Rizzi** (Milano)
Capo servizio: **Sergio Rizza** (Milano)
Capo servizio grafico: **Paolo Fabiani** (Roma)
Redazione:
Roma: via Carlo Pesenti, 130 tel. 06 49241237-200
Milano: via Ugo Bassi, 25 tel. 02 50721268-200

PUBBLICITÀ - contatti: A. Manzoni & C. S.p.A. via Nervesa 21, 20139 Milano - tel. 02.5749411, www.manzoniadvertising.it
Concessionaria clienti locali:
Milano e provincia: via Nervesa 21, 20139, Milano, Tel.: 02.57494571
Torino e provincia: via Bruno Buozzi 10, 10123 Torino, Tel. 011-6565111
Bologna e provincia: viale Silvani 2, 40122 Bologna, Tel.: 051-5283811
Firenze e provincia: via Lamarmora 45, 50121 Firenze, Tel.: 055-5539200
Roma e provincia: via Cristoforo Colombo 98, 00147 Roma, Tel.: 06-514625802; 06-514625817
Concessionaria clienti locali per Genova e provincia: Publiroma S.p.A. Piazza Piccapietra 21, 16121 Genova, Tel. 010 5388200, email: info@publiroma.it
Responsabile del trattamento dei dati (D.Lgs. 196/2003): **Giampaolo Roidi**; Stampo: **LITOSUD SRL**, via Carlo Pesenti 130, Roma - Via Aldo Moro 2, 20160 Pessano Con Bornago (MI)
DIFFUSIONE: per segnalare anomalie: diffusione@metroitaly.it



Commenti gratuiti

EMANUELA SAIN

PITTRICE



NATALE DI CRISI CON PIÙ SLANCI

Pochi giorni al Natale e tutti - ma proprio tutti - siamo di fronte al nostro foglietto. È la lista di parenti e amici ai quali vogliamo (qualche volta: dobbiamo) fare gli auguri con un presente, un regalo, un pensiero. È tradizione, ormai inossidabile. Si fanno doni e si ricevono, anche quando non si è più bambini. Da qualche anno (stavolta ancora di più) le cose stanno cambiando. Non è una libera scelta, ma un obbligo imposto dalla crisi. È la più grande e duratura crisi economica dal 1929, dicono storici ed economisti. Sarà vero, ma ancora di più è vero che questa situazione rende la vita molto complicata. Chi era povero lo è ancora di più. E chi arrivava giusto giusto a fine mese, è stato risucchiato in basso. Precarietà e paura di non farcela. Insomma, per moltissimi quella lista di Natale può diventare un problema in più.

Proprio la crisi ci offre un'occasione davvero preziosa: trasformare i regali in pensiero

Ma forse proprio la crisi ci offre un'occasione davvero preziosa: trasformare i regali in pensiero. Simboli di affetto e di amicizia. Va riscritta una scala di valori in cui al primo posto c'è una vita dignitosa, in cui quello che conta davvero viene molto prima di quello che conta poco o niente. Un bel libro è più prezioso del nuovo modello di tablet. Un maglione di lana tiene più caldo di un cashmerino misto seta. E per il cenone il sapore delle uova di lompo somiglia davvero a quello del caviale e costa cento volte meno. I tempi di crisi possono rinforzare il carattere di un popolo e dargli nuovo slancio. È la storia dei nostri genitori, nonni e bisnonni a insegnarcelo.



lettere@metroitaly.it

Comunicato sindacale

Cari lettori, da oggi su Metro tornano le firme dei redattori poiché il Cdr ha scongiurato le richieste inaccettabili proposte dall'editore, firmando un accordo al tavolo nazionale con le rappresentanze sindacali dei giornalisti. Ancora una volta i redattori di Metro, facendosi carico responsabilmente di un ulteriore pesante aggravio delle proprie condizioni lavorative, ribadiscono l'impegno prioritario a garantire e difendere sempre la qualità del giornale.

IL CDR

lettere

Uomini di Stato timorati di Dio

POLITICA. Gandhi, De Gasperi e Mandela. Un indiano induista, un italiano tirolese cattolico e un sudafricano protestante. Tre statisti affascinanti dalla figura di Gesù Cristo. Nessuno di loro era ateo, nessuno esterofilo internazionalista. Tutti patrioti e timorati di Dio. Vogliamo ricominciare ad affidare i nostri comuni, le nostre regioni e l'Europa a politici votati perché patrioti, timorati di Dio e con una statura morale che non il carcere né l'assassinio possano piegare?

MATTEO MARIA MARTINOLI

Cuori bloccati nel traffico

BASTA CON I RICORDI



MARIA BEATRICE DE CARO
LETTERE@METROITALY.IT

Cara Beatrice, l'anno che si chiude porta via con sé le sue storie, ricche di emozioni... provate, agurate e (spero) regalate. L'anno nuovo non porterà di altre... chissà, forse più gratificanti, ma ciò che conta è guardare avanti, mai voltarsi indietro verso quelle storie, finite per incompiute o sfiducia. E se manca la fiducia tutto il resto si sfalda, anche il rapporto più suggestivo e originale che sembrava voluto dal destino. Troppi "NO" scoraggiano le migliori intenzioni, a volte basta un "SÌ" per vivere

meglio. La speranza di ritrovarsi un giorno, e chiarirsi, non muore mai, ma intanto come sotterrare le ceneri di vicende dolorose che bruciano i residui di sentimenti contrastanti?
MARCELO

Caro Marcello, dicembre, tempo di bilanci e di progetti, regalarti un buon proposito per il nuovo anno: smetti subito di rosolarti a fuoco lento nei ricordi e ricomincia a scottarti con la vita vera. Non te ne pentirai, buon anno.

Divorziati e comunione

SOCIETÀ. Il cardinale Kasper, membro della Congregazione per la dottrina della fede, ha ipotizzato aperture della Chiesa su temi scottanti, quali la comunione ai divorziati. Meglio tardi che mai. Forse sarebbe ora di finirli con l'ipocrisia dei matrimoni (dei ricchi) annullati dalla Sacra Rota e di quelli che invece, non potendosi permettere avvocati e cause lunghe, devono rinunciare per sempre alla comunione. **LUISA CORRINI**

Cosa nostra è cambiata

SOCIETÀ. Totò Riina torna a minacciare il sostituto pm di Palermo, Nino Di Matteo, che indaga sulla presunta trattativa tra mafia e Stato. Purtroppo più volte la mafia si è fatta Stato. Fortunatamente ora però i tempi sono cambiati. I boss sono al carcere duro, in Sicilia c'è un governatore in aperto contrasto con Cosa Nostra e come seconda carica dello Stato è stato eletto un magistrato impegnato per quarant'anni in indagini antimafia. Dal 1992 qualcosa è cambiato. In meglio.

MARIO PULIMANTI

EMAIL LETTERE@METROITALY.IT
SCRIVETE A METRO ROMA, VIA CARLO PESENTI 130, ROMA. TEL. 06 492 412 00
FAX 06 492 412 67 E A METRO MILANO, VIA UGO BASSI 25, MILANO. FAX 02 507 212 52.
INDICATE NOME E INDIRIZZO ANCHE SE VOLETE RESTARE ANONIMI. NON SARANNO PUBBLICATE LETTERE PIÙ LUNGHE DI 10 RIGHE. LA REDAZIONE POTRÀ RIDURRE I TESTI.

ca mediamente 100 euro al giorno, ha un reddito che va dai 10.000 ai 25.000 euro l'anno, che è di genere maschile, che ha mediamente 58 anni, ed è sposato con due figli e che lavora. A prescindere dal fatto che un accanimento compulsivo al gioco si denota nelle donne anziane e pensionate, ci viene da riflettere sui dati economici sciorinati. Infatti se il soggetto gioca mediamente 100 euro al giorno vuol dire che spende mediamente 3.000 euro al mese, pari a 36.000 euro all'anno. Come fa quindi a mantenere una famiglia se guadagna 25.000 euro lordi all'anno? Ci troviamo di fronte ad un nuovo filone di falsi poveri con il vizio del gioco tanto c'è paperone che paga? **GIUSEPPE SALVATI**

Affitti e inutili provvedimenti

WELFARE. Gli affitti non si possono pagare in contanti: un "provvedimento antievasione", ha detto il governo. Ma per chi registra il contratto, come si paga non ha importanza, il fisco un documento lo ha. Per chi non lo registra è inutile vietare l'uso del contante, no? Quindi il provvedimento è "un provvedimento inutile". **FRANCESCO DEGNI**

Vizio del gioco e falsi poveri

SOCIETÀ. Ad un convegno regionale è emerso, dati del Comitato Italiano Solidarietà, che nel Lazio un individuo dedicato al gioco di azzardo gio-

L'uomo del tempo

Ancora anticiclone e nebbie

Nuovo temporaneo rinforzo dell'anticiclone sull'Italia, con tempo ben soleggiato su monti e fascia costiera, mentre sulle zone pianeggianti intensificazione delle nebbie, che potranno risultare persistenti in Valpadana e localmente anche nelle valli del centro. La scarsa ventilazione favorirà il ristagno delle sostanze inquinanti nelle grandi aree urbane. Possibili parziali cambiamenti nella seconda parte della settimana, a causa del transito della coda di una perturbazione atlantica, che potrebbe portare deboli precipitazioni al nord e sulla Toscana con qualche nevicata in montagna; da sabato di nuovo sole e mitezza.

Alessio Grosso www.meteolive.it



Milano

	Max.	Min.	
OGGI	7°	1°	
DOMANI	10°	3°	
DOPODOMANI	9°	5°	

Per la pubblicità su **metro**

am

A. MANZONI & C. S.p.A.

Via Nervesa 21,
20139 Milano,
centralino: 02.574941

3 sport

Il Sydney vince 2-1



► Alex Del Piero

Pinturicchio torna e va in gol

CALCIO Alex Del Piero segna il quarto gol stagionale e apre la strada alla vittoria del Sydney: 2-1 sui Melbourne Heart. In classifica gli Sky Blues sono terzi a 6 punti dalla vetta. Fermo la settimana scorsa per un affaticamento del flessore, Pinturicchio segna al 43': si libera in area di tre uomini e insacca di destro. **METRO**

Coppe europee

Sorteggi le Italiane al bivio

CALCIO Oggi alle 12, a Nyon il Milan, unica italiana superstita in Champions, conoscerà gli avversari degli ottavi di finale (andata 18-19 o 25-26 febbraio, ritorno 11-12 o 18-19 marzo). Non avendo vinto il girone, i rossoneri affronteranno un avversario di alto rango. Un'ora dopo si svolgeranno i sorteggi dei sedicesimi (20 e 27 febbraio) e degli ottavi (13 e 20 marzo) di Europa League, che coinvolgono Fiorentina, Lazio, Napoli e Juventus. **METRO**

L'Inter a Napoli prende 4 sberle

- La squadra di Mazzarri segna 2 gol ma mostra limiti preoccupanti
- Rosso per Alvarez e Rolando
- E ora Thohir deve intervenire

CALCIO Napoli e Inter onorano il calcio con una partita spettacolare. Vincono i partenopei 4-2 e ora i nerazzurri sono al quinto posto, dietro anche alla Fiorentina. Ma l'Inter deve rivedere la sua difesa. Il primo tempo è ad alto tasso adrenalinico. Alla prima azione (9') il Napoli passa in vantaggio, con un gran gol al volo di sinistro di Higuain. L'Inter non demorde e comincia a fare la partita. Al 35' Guarin mette in area un palla bassa che Alvarez prolunga verso un Cambiasso

che pareggia. Passano solo 7 minuti e il Napoli segna due magnifiche reti in altrettanti chirurgici contropiedi: (39' Dzemali e 42' Mertens). Ma l'Inter ha sette vite e sempre dal piede di Guarin parte il tiro che Rafael non trattiene e Nagatomo (45+2') mette dentro per il 3-2. Altri ritmi anche nel secondo tempo, ma l'Inter al 71' perde Alvarez, espulso per doppia ammonizione. In precedenza Mazzarri aveva mandato in campo Kovacic al posto di Taidar. Ma è il Napoli ad an-



► Lo sconcerto di Esteban Cambiasso. A sinistra Mertens.

dare ancora in rete con Callejon (80') su cross basso di Insigne. Mazzarri mette anche il ritrovato

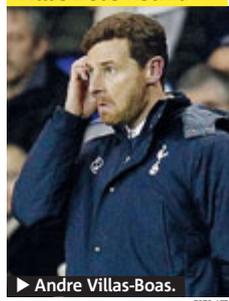
Icardi. Poi c'è solo il tempo per vedere Handanovic parare un rigore a Pandev. **FRANCESCO NUCCIONI**



Thaler terzo "risveglia" lo sci azzurro

SCI «Dedico questo podio a tutta la mia famiglia, ma in modo particolare a mia sorella Sonja, che sta attraversando un momento difficile». Così Patrick Thaler dopo il 3° posto nello slalom speciale di Coppa del Mondo a Val d'Isère vinto dall'austriaco Mario Matt (secondo lo svedese Mattias Hargin). «È una grandissima soddisfazione questo podio, che arriva dopo tre anni difficili, in cui tutto andava in salita e il podio era molto lontano -aggiunge Thaler-. In questo momento riesco a fare in gara esattamente quello che voglio». **METRO**

Villas Boas rischia



► Andre Villas-Boas.

Il Liverpool asfalta (5-0) il Tottenham

CALCIO Un Liverpool travolgente si impone per 5-0 in casa del Tottenham nel posticipo domenicale della 16/a giornata di Premier League e mette sempre più in crisi la panchina di Andres Villas Boas. I Reds raggiungono il Chelsea al secondo posto in classifica con 33 punti, a 2 dall'Arsenal capollista. Protagonista della partita come sempre Luis Suarez, il centravanti uruguayiano sblocca il risultato al 18'. Liverpool che raddoppia al 40' con Henderson. Nel secondo tempo il Tottenham resta in dieci per l'espulsione di Paulinho e i Reds dilagano. Flanagan al 30' firma il 3-0, ancora Suarez a sei dalla fine per il 4-0 (15° centro stagionale), chiude i conti Sterling al 44' per il 5-0. **METRO**

"Volanti liberi"

Formula 1 quattro posti da "piazzare"

FORMULA 1 L'arrivo del messicano Sergio Pérez alla Force India e quello di Adrian Sutil alla Sauber hanno sgombrato alcune delle ultime incognite della stagione di Formula 1 2014, per quanto riguarda i "volanti liberi". Pérez sarà compagno di scuderia del tedesco Nico Hulkenberg, mentre Sutil attende di sapere se il giovane russo Sergei Sirotkin otterrà la superlicenza per la F1, questo lascia solo quattro monoposti disponibili: un posto alla Sauber, uno alla Marussia e due alla Caterham. Con il messicano Esteban Gutiérrez, pilota della Sauber nel 2013, che è tra quelli che non ha ancora un posto assicurato. **METRO**

Berlusconi: "Con la Roma una vittoria convincente"

CALCIO «Quando sono arrivato (ieri ndr) erano tutti contenti. Purtroppo in Champions League le altre squadre italiane non si sono qualificate. È un peccato, noi cercheremo di fare la nostra parte». Così Silvio Berlusconi in esclusiva a Milan Channel al termine della giornata nel Centro Sportivo di Milanello. «Anche contro la Roma (stasera ore 20.45 diretta Sky e Mediaset Premium), la missione è sempre la stessa -prosegue il presidente rossonero- scendere in campo, essere padroni del gioco e vincere convincendo». Un Berlusconi che ha visto «Tutta la squadra motivata, la qualificazione agli ottavi ha inciso sul morale di tutti, ho parlato con alcuni di loro. Per esempio a Balotelli ho detto che si va in campo per vincere, quindi biso-



► Un Milan rigenerato affronterà stasera la Roma.

gna fare gol e per fare questo c'è bisogno di tirare in porta, quindi deve stare vicino all'area di rigore». Il tecnico del Milan Massimiliano Allegri ha convocato 21 giocatori per la sfida con la Roma: Abbiati, Coppola,

Gabriel, Bonera, De Sciglio, Mexes, Zaccardo, Zapata, Cristante, Emanuelson, De Jong, Kakà, Montolivo, Muntari, Nocerino, Poli, Saponara, Balotelli, Matri, Niang, Pazzini. Out El Shaarawy e Abate. **C.C.R.**

Notizie in breve

Bundesliga

CALCIO La classifica della Bundesliga dopo la 16/a giornata: Bayern M. 44 punti; Bayer Leverkusen 37; Borussia Dortmund e Borussia Moenchengladbach 32; Wolfsburg 29;

Schalke 27; Hertha Berlino 25; Augsburg 23; Mainz 21; Stoccarda 19; Hoffenheim e Hannover 18; Amburgo e Werder Brema 16; Eintracht Francoforte 14; Friburgo 11; Norimberga 10; Eintracht Braunschweig 8. **METRO**

Mercato "hot"

CALCIO Si parla di corsa a

due per Fredy Guarin. Secondo il tabloid inglese "Metro", il colombiano sarebbe conteso da Chelsea e Manchester Utd. **METRO**

Nba italiana

BASKET Entrambi vittoriosi e autori di ottime prestazioni i due italiani impegnati nella serata Nba. Andrea Bargnani fir-

ma 23 punti e 6 rimbalzi e insieme a un ispirato Carmelo Anthony (35 punti) trascina i NY Knicks a una vittoria casalinga per 111-106 contro gli Atlanta Hawks. Marco Belinelli realizza 11 punti con uno spettacolare 3/3 nella vittoria dei San Antonio Spurs per 100-84 sul campo degli Utah Jazz Conference. **METRO**

Pellegrini: "Sono la n°1" 200sl d'oro agli Europei

► "Sono tornata la n°1" ► Bronzi da Magnini e Pizzamiglio

NUOTO Federica Pellegrini ha vinto la medaglia d'oro nella finale dei 200 stile libero femminili nell'ultima giornata degli Europei in vasca corta di Herning (Danimarca). L'olimpionica azzurra, con il crono di 1'52"80, ha battuto la francese Charlotte Bonnet (1'53"26) e la russa Veronika Popova (1'53"62). Ottavo posto per Alice Mizzau in 1'55"96. La Pellegrini, già bronzo nei 400 sl, regala all'Italnuoto il primo titolo nella rassegna danese. «Sono sorpresa, non pensavo di scendere sotto l'1'53"». Così Federica a Raisport. «Sono stralucida, era dal 2009 che non vincevo nel libero in vasca corta, sono contenta di essere tornata la numero uno in Europa». Sempre ieri Filippo Magnini ha vinto il bronzo nei 200 sti-



► Federica Pellegrini esulta: ha vinto la finale dei 200 sl in vasca corta agli Europei.

le libero maschili. Il 31enne pesarese ha toccato con il tempo di 1'43"34 ex-aequo con l'ungherese Dominik Kozma. La gara è stata vinta dal russo Daniil Izotov in 1'41"70. Un altro bronzo arriva da Stefano Mauro Pizzamiglio che ha conquistato il podio nei 100 misti. Il milanese ha

terminato in 52"81. La vittoria è andata al russo Vladimir Morozov (51"20). Alla fine sono 12 medaglie il bottino conquistato dall'Italia agli europei danesi Oltre alle medaglie della Pellegrini, Magnini e Pizzamiglio di ieri, da mettere in cassaforte le medaglie d'argento di Andrea

Mitchell d'Arrigo nei 400 sl, Marco Orsi nei 50 sl, staffetta 4x50 sl maschile, staffetta 4x50 mista maschile, staffetta 4x50 sl mixed. Altri bronzi con Federico Turrini nei 400 misti, Gabriele Detti nei 1500 sl, ancora di Federica Pellegrini nei 400 sl e Marco Orsi nei 100 sl.

Basket Serie A

Brindisi riprende la marcia

BASKET Riprende la marcia l'Enel Brindisi, che in casa vince con un po' di fatica contro la Giorgio Tesi Group Pistoia 68-60 e rimane in vetta con Sassari e Siena entrambe vittoriose. Bene Snaer e Lewis per i brindisini. Cade in casa la Cimberio Varese: 82-77 per l'Acqua Vitasnella Cantù che fa sua la gara solo nei minuti finali. Sugli scudi per i canturini il solito Pietro Aradori (19 punti e 6 rimbalzi). Umana Venezia asfalta Sidigas Avellino 84-69 con una grande prova di squadra, ad Avellino non bastano i 23 di Thomas. Si rialza la Pasta Reggia Caserta, che al PalaMaggiò supera una grintosa Granarolo Bologna 65-57. Ottimo Moore per i casertani (20 punti e 8 rimbalzi). Bologna ha avuto un grande Walsh (14 punti e 11 rimbalzi).

Nel posticipo, il Montepaschi Siena supera una buona Acea Roma 82-70. Green e Cournooh bene per i toscani, Hosley e Goss per Roma. Negli an-



► Dyson (Brindisi).

ticipi, vittoria della Grissin Bon Reggio Emilia, che in casa supera la Vanoli Cremona 93-75. Matatore per gli emiliani Troy Bell (24 punti), bene anche l'esordio dell'ultimo arrivato Rimantas Kaukenas (9 punti in 15'). Ok anche Banco Sardegna Sassari che batte a Montegranaro la Sutor 88-69, con 18 punti di Drake Dier e Omar Thomas.

EA7 in campo

Stasera contro Pesaro

► Ore 20.30 Ancora basket questa sera all'Adriatic Arena di Pesaro (ore 20.30), dove l'EA7 Armani Milano sarà ospite della Victoria Libertas Pesaro ultima in classifica.

Pallone d'oro

Ronaldo ancora indeciso

CALCIO «Ne sto parlando con il club, vedremo cosa succederà». Il portoghese Cristiano Ronaldo, ieri a Madeira per l'inaugurazione di un museo a lui dedicato, non ha sciolto i dubbi in merito alla sua partecipazione alla cerimonia Fifa di Zurigo del 13 gennaio prossimo nel corso della quale sarà assegnato il Pallone d'Oro. L'attaccante delle merengues, insomma, fa il prezioso. Una delle ipotesi circa la sua riluttanza a partecipare all'evento è che non sopporterebbe di salire solo sul podio,



► Ronaldo con il suo clone al museo a lui dedicato.

magari battuto dall'outsider Ribéry. Ronaldo preferisce parlare di Brasile 2014: «Vogliamo disputare una grande Coppa del Mondo - ha sottolineato - Abbiamo un gruppo difficile e faremo del nostro meglio per

passare il turno». A proposito del museo, che ripercorre tutta la sua carriera con i premi individuali e collettivi, l'asso portoghese sottolinea che «C'è sempre spazio per la Decima (Champions League ndr).

Notizie in breve

Combinata

SCI Eric Frenzel ha vinto la combinata nordica di Ramsau, la gara non ha visto al via l'azzurro Alessandro Pittin che

non si era qualificato dopo il provisional round di venerdì, salvo conquistare il podio sabato con Samuel Costa. Frenzel ha tagliato il traguardo con il tempo di 21'52"4.

Super Armin

SLITTINO «Prima della ga-

ra ero ottimista perché sentivo di avere un buon feeling con la pista. Ma non credevo di vincere così nettamente». Armin Zoeggeler torna sul successo n°56 in Cdm di slittino di sabato a Park City. «La pista di Park City mi piace perché lì è la guida che fa la differenza».

SERIE A

16ª giornata

■ Catania - Verona	0-0
■ Chievo - Sampdoria	0-1
■ Fiorentina - Bologna	3-0
■ Genoa - Atalanta	1-1
■ Lazio - Livorno	2-0
■ Parma - Cagliari	0-0
■ Udinese - Torino	0-2
■ Juventus - Sassuolo	4-0
■ Napoli - Inter	4-2
■ Milan - Roma	ore 20.30

Prossimo Turno (22/12/2013)

Livorno - Udinese	sab. 18	Sampdoria - Parma	20.45
Cagliari - Napoli	sab. 20.45	Sassuolo - Fiorentina	12.30
Bologna - Genoa	12.30	Torino - Chievo	15.00
Atalanta - Juventus	15.00	Verona - Lazio	20.45
Roma - Catania		Inter - Milan	20.45

La classifica

Juventus	43
Roma*	37
Napoli	35
Fiorentina	30
Inter	28
Verona	26
Torino	22
Lazio	20
Genoa	20
Parma	19
Cagliari	19
Milan*	18
Atalanta	18
Sampdoria	17
Udinese	17
Chievo	15
Sassuolo	14
Livorno	13
Bologna	12
Catania	10

Marcatori

13 reti	Rossi G. (Fiorentina)
10 reti	Tevez C. (Juventus)
9 reti	Palacio R. (Inter)
8 reti	Cerci A. (Torino), Higuain G. (Napoli), Callejon J. (Napoli)
7 reti	Berardi D. (Sassuolo), Gilardino A. (Genoa), Jorginho (Verona)
6 reti	Balotelli M. (Milan), Cassano A. (Parma), Denis G. (Atalanta), Hamsik M. (Napoli), Immobile C. (Torino), Pandev G. (Napoli), Paulinho S. (Livorno), Vidal A. (Juventus)

SERIE B

18ª giornata

■ Reggina - Siena	0-2
■ Bari - Carpi	2-2
■ Empoli - Cesena	0-0
■ Juve Stabia - Novara	1-2
■ Latina - Crotona	2-3
■ Modena - Brescia	0-1
■ Padova - Ternana	1-1
■ Palermo - Cittadella	3-1
■ Trapani - Avellino	1-1
■ Varese - Spezia	4-0
■ Lanciano - Pescara	0-1

Prossimo Turno (21/12/2013)

Ternana - Trapani (ven. 19.00), Pescara - Padova (ven. 21.00), Brescia - Varese, Carpi - Palermo, Cesena - Reggina, Cittadella - Bari, Crotona - Juve Stabia, Novara - Empoli, Siena - Latina, Spezia - Lanciano, Avellino - Modena (dom. 12.30)
--

La classifica

Palermo	34
Empoli	33
Crotona	31
Lanciano	30
Avellino	30
Pescara	28
Varese	26
Cesena	26
Latina	26
Siena (-5)	24
Spezia	24
Brescia	23
Trapani	23
Carpi*	21
Modena	21
Novara	20
Ternana	19
Bari (-3)	19
Padova*	17
Cittadella	17
Reggina	13
Juve Stabia	8

Marcatori

12 reti	Mancosu M. (Trapani)
11 reti	Pavoletti L. (Varese), Tavano F. (Empoli)
10 reti	Hernandez A. (Palermo), Maniero R. (Pescara)
9 reti	Antenucci M. (Ternana), Babacar K. (Modena)
8 reti	Caracciolo A. (Brescia), Ebagua O. (Spezia), Giannetti N. (Siena), Maccaroni M. (Empoli)
6 reti	Belotti A. (Palermo), Galabinov A. (Avellino), Galano C. (Bari), Jonathas C. (Latina), Ragusa A. (Pescara)

Totocalcio

L'ego

X 1 X X 2 2 2 X 1 X 1 1 X X

*una partita in meno

Sebino Nela non ha dubbi “È una partita da tripla”

► L'ex terzino giallorosso non si fida del Milan
“Non si chiuderanno, può segnare chiunque”

MILANO. Altro che fasi di studio e tatticismi esasperati, a decidere il match fra Milan e Roma sarà un singolo episodio. Parola di Sebino Nela, ex idolo della Curva Sud e oggi apprezzato opinionista televisivo. Ma anche se i 19 punti di distacco farebbero pensare a una partita in discesa per i giallorossi, il terzino del secondo scudetto non riesce proprio a fidarsi dei rossoneri. Che partita sarà Milan-Roma? Io non credo che ci sia da pensare. Entrambe le squadre hanno bisogno di vincere. La Roma per rimanere in scia della Juve, il Milan per avvicinarsi all'Europa. Ora i rossoneri sono spinti anche dalla soddisfazione per il passaggio del turno in Champions, sono carichi e stanno bene di testa. Tanto la Roma quanto il Milan proveranno a vincere.

Fra Roma e Milan ci sono davvero 19 punti di differenza?

Per quello che hanno fatto vedere fino ad oggi sì. Se invece scriviamo 22 nomi su un foglio di carta, no. Il Milan è comunque una buona squadra, anche se ha una classifica determinata da una serie di errori tecnici e tattici.

Chi può rompere l'equilibrio?

Per vincere ci vuole poco. Basta un'autorete, un rigore. Può segnare anche chi non ti aspetti, magari un terzino o un difensore.

Il giocatore della Roma che l'ha più impressionata? Benatia sta facendo cose straordinarie. Non avevo dubbi sul suo valore, ma la continuità di prestazioni sta stupendo tutti. Si sta confermando uno dei migliori difensori d'Italia e d'Europa.

Che idea si è fatto di Rudi

Garcia?

Non lo conosco, ma mi sembra che abbia delle grandi capacità. Il secondo posto in classifica è frutto del suo lavoro. Ci ha messo tanto a livello tecnico, tattico e mentale. È riuscito a ricostruire un gruppo uscito da due annate disastrose. Gervinho può essere considerato un top player?

Le sue capacità si sono viste tutte. Chi non lo conosceva è rimasto stupito, chi mastica un po' di calcio internazionale no. Ha grande corsa, buona tecnica, riesce a mettere in difficoltà tutti i terzini che affronta.

Possano bastare Honda e Rami rendere di nuovo competitivo il Milan?

Credo che il Milan ne abbia comunque bisogno. Vedremo se andranno a completare la rosa o se finiranno per fare i titolari.

Le vicende societarie rischiano di distrarre i gio-



► Sebino Nela e Roberto Pruzzo alla festa degli 80 anni della Roma.

atori del Milan?

I rapporti fra i dirigenti rimangono tali. La squadra deve pensare al campo disinteressandosi del resto. Il mercato dipende da tante cose: condizioni economiche, disponibilità dei calciatori e dei loro procuratori. Qualche errore ci può stare. Ora il Milan deve con-

centrarsi sul suo obiettivo: cercare di risalire dopo una brutta partenza.

La Roma può lottare fino in fondo per lo Scudetto? Credo proprio di sì. Ha dimostrato di essere forte sul piano tecnico, tattico e mentale. Poi non ha le coppe e può perparare al meglio ogni partita. La classi-

fica al momento dice questo, ma i conti si fanno a fine stagione.

Secondo Lei, come finirà la partita?

Sarà una sfida apertissima. Vediamo chi sarà a prendere la partita in mano e chi si chiuderà cercando di sfruttare le ripartenze.

Andrea Romano

UN RACCONTO SUL VINTAGE DESIGN

ARREDAMENTO BICCHIERI CHAISERONGUE DESIGN ECLISSE
FRIGOBAR GIRADISCHI HOTEL ILLUMINAZIONE MOBILE
NOVECENTO OFFERTA POLTRONE QUADRO
RADIO SPAZIO TAVOLO UNICO
VINTAGE ZONAGIORNO

Original vintage design e modernariato con un'esposizione permanente e unica, SPAZIO900 è il punto di riferimento per il design e il modernariato. Arredi vintage, usati, ricondizionati, fine serie. Vasta è la gamma di poltrone, sedie, lampade, tavoli e mobili anni '50-'80 originali in pronta consegna. SPAZIO900 acquista design e complementi d'arredo firmati.

SPAZIO900

Viale Campania 51, MI - Tel. 02 70125737 - Orario: 15.30/19.30
Corso Garibaldi 42, MI - Tel. 02 72001775 - Orario: 10.30/12.30 - 15.30/19.00

www.spazio900.com

REGALO SOLIDALE?

SPAZIO900 E HANDICAP...SU LA TESTA!
presentano

TEMPORARY STORE DI NATALE

La più assortita esposizione di vintage design a prezzi solidali

dal 7 al 24 dicembre
via Archimede 6, Milano
Info 02 48951894

VINTAGE A NATALE!

DURANTE L'INIZIATIVA PARTE DEL RICAVATO SARÀ DEVOLUTO ALL'ASSOCIAZIONE HANDICAP... SU LA TESTA!

PEZZI ORIGINALI DI DESIGN D'AUTORE E MODERNARIATO. USATI, RESAURATI E FINE SERIE, ANNI '50, '60, '70 E '80 A COSTI ACCESSIBILI UN REGALO CHE FA LA DIFFERENZA E DURA NEL TEMPO: OGGETTI, CERAMICHE, VETRI, LAMPADE, MOBILI, POLTRONE E TAVOLI.

7-8 dicembre: dalle 10 alle 19
dal 9 al 13 dicembre: dalle 13 alle 19
dal 14 al 24 dicembre: dalle 10 alle 19

www.spazio900.com
www.handicapsulatesta.org

SPAZIO900
MODERNARIATO & DESIGN

Non riesci a ottenere un finanziamento?

chiama SOLO il 331/3443719
per una consulenza a domicilio

Chiama il:

02/89092580 (r.a.) - **331/3443719** (Tim) - **380/7854067** (Wind)
389/4384825 (Wind-servizio stranieri)

e-mail : iltuoprestitofacile@email.it - Piazzale L. Cadorna, 9 (5° piano)
Milano (MM1 e MM2 Cadorna) - Iscrizione OAM A8395

PRESTITI PERSONALI:

da 1.000,00 a 50.000,00 euro a dipendenti, autonomi, pensionati,
italiani e stranieri in regola fino a **120 MESI**

PRESTITI PERSONALI PER CONSOLIDAMENTO DEBITI:

a tutte le categorie, con un'unica rata più bassa potrai estinguere tutti i finanziamenti che stai pagando

NOVITÀ: PRESTITI FINO A 5.000,00 EURO IN 48 ORE!!!

CESSIONI V STIPENDIO:

a dipendenti pubblici, privati, pensionati con ACCONTI RAPIDI !!!

MUTUI:

per acquisto, ristrutturazione, liquidità e **CONSOLIDAMENTO DEBITI**
(con un'unica rata più bassa potrai estinguere tutti i finanziamenti che stai pagando),
FINO A 40 ANNI!!! DELIBERE RAPIDE !!!

Buone convenzioni per prestiti e mutui a CITTADINI EST - EUROPA:
badanti, colf, baby sitter, operai, impiegati
CON NAZIONALITÀ: UCRAINA, RUSSA, MOLDAVA, RUMENA, BULGARA, GEORGIANA



... E se hai subito un protesto, sei segnalato come cattivo pagatore o semplicemente hai tanti finanziamenti in corso?



Allora chiama la Fi. Nord srl

 **AZIENDA ITALIANA LEADER NEL SETTORE!**

02/49435354 (r.a.)

380/7854067 (Wind) – e.mail: info@finord.eu

**consulenza per vendita
di immobili
con o senza ipoteche**

Piazzale Luigi Cadorna n°9 (5° piano) – Milano (fermata MM1 e MM2 Cadorna)

Tramite i nostri servizi, nel rispetto del codice deontologico e se in presenza dei requisiti fondamentali richiesti dallo stesso codice, **PROVVEDEREMO A RICHIEDERE LA CANCELLAZIONE** mettendoti nelle condizioni di poter successivamente richiedere **IL FINANZIAMENTO DA TE DESIDERATO!!!**

Siamo infatti una società che si occupa **ESCLUSIVAMENTE** di volontaria giurisdizione specializzata nelle pratiche di rettifica dati nelle singole centrali rischio

**CANCELLAZIONI COME CATTIVO PAGATORE – CANCELLAZIONI PROTESTI –
CANCELLAZIONI PREGIUDIZIEVOLI**

“Tutto nei piedi di Kaká”



► Mazzola, Iuliano, Prati, Facchetti e Ferrante ai Mondiali di Messico 1970.

MILANO. Ogni volta che Milan e Roma si affrontano, il suo cuore soffre un pochino. Troppo difficile non lasciarsi trasportare dalle emozioni dopo sei stagioni passate in rossonero e quattro in giallorosso. E anche se di anni ne sono passati parecchi, per Pierino Prati è impossibile non considerare quelle due maglie come una seconda pelle. Così, a poche ore dal posticipo della sedicesima giornata, l'attaccante di Cinisello Balsa-

mo racconta le sue sensazioni in vista del suo personalissimo derby. Cosa si aspetta da questo Milan - Roma? È una partita che mi sta molto a cuore, visto che la mia carriera si è divisa fra queste due squadre. Mi aspetto un grande match, ma spero che non penalizzi né il Milan né la Roma. Sarà comunque una partita spettacolare. I giallorossi sono in un gran momento, sono gli unici imbattuti e questo

vuol dire che hanno trovato un'identità di squadra ben delineata. La Roma è l'unica che può creare qualche problema alla Juve, mentre il Milan sarà un po' stanco. Il passaggio del turno in Champions ha rasserenato l'ambiente, ma ora devono rimboccarsi le maniche perché la classifica piange. Quanta differenza c'è fra Roma e Milan? Queste prime giornate hanno detto che la Roma ha fatto tutto nel migliore dei

► Pierino Prati racconta la sfida di questa sera “Il brasiliano decisivo, ma occhio a Gervinho”

modi. Per me è una sorpresa visto che ha cambiato l'allenatore e qualche giocatore importante. Il momento dei rossoneri è dovuto anche ai tanti infortuni che non hanno mai permesso ad Allegri di schierare i titolari. Chi farà la differenza? Per la Roma dico Gervinho. Lui può creare problemi nell'uno contro uno e mettere in difficoltà la difesa avversaria. Per il Milan, invece, Kaka. Gli basta una giocata.

Questa Roma ha un punto debole?

Sono riusciti a trasformare un gruppo in una squadra. Quando hanno perso Totti, che inventa calcio come nessuno, e Gervinho, che diventa importante negli spazi, hanno sempre continuato a fare gioco e, anzi, possono recriminare anche per qualche situazione sfavorevole in quei quattro pareggi consecutivi.

Rudi Garcia e Allegri, un suo giudizio?

Allegri ha dimostrato di saperci fare, è stato bravo per-

ché è uscito da alcune situazioni critiche. So che non è ben voluto dai tifosi, ma è uno che almeno il minimo sindacale è sempre riuscito ad ottenerlo. Garcia, invece, è la grande novità. Ha un grande temperamento e dopo qualche problema iniziale con i tifosi ha convinto i suoi calciatori a seguirlo. Sta ottenendo dei risultati che sembravano impossibili, devo fargli i miei complimenti.

La Roma può lottare fino in fondo per lo Scudetto?

Credo proprio di sì, anche perché la Roma non gioca le coppe. Non solo è ancora imbattuta, ma non è neanche mai andata vicino alla sconfitta. La Roma ha fame

e ha un grande pubblico. Non sarà facile per nessuno giocare all'Olimpico.

Il ricordo più bello di Milan e Roma

Ho segnato gol importanti con tutte e due le squadre. Sono due città che mi hanno riempito di gioia. È chiaro che quando giocavo io il Milan era una società molto più ambiziosa, mentre quando siamo arrivati terzi con la Roma è stato un risultato incredibile. Non scorderò mai il mio gol al derby che ci ha permesso di battere la Lazio per 1-0, ma con il Milan ho segnato tre gol nella finale di Coppa Campioni del 1969. Come faccio a non amare queste due squadre?

Andrea Romano



► Prati con la maglia del Milan durante un'amichevole.

MILANOFIORI
tutto un altro stile

Carrefour planet

Un Natale di magiche emozioni!

In regalo tante idee per i tuoi desideri!

- 21-22 Dicembre
- Degustazione di dolci Natalizi.
- dal 9 al 24 Dicembre
- Confezionamento gratuito dei regali.
- 22-23-24 Dicembre
- Tutti insieme in compagnia di Babbo Natale.

seguici anche su www.centromilanofiori.it

VIA MILANOFIORI
ASSAGO - MILANO
ORARIO
LUNEDÌ - VENERDÌ 9-22
SABATO 8.30-21
DOMENICA 9-21

Trazione integrale 4MATIC. Disponibile sulla più ampia gamma di terreni.

Dopo 110 anni di evoluzione, Mercedes-Benz 4MATIC rappresenta il miglior sistema di trazione integrale permanente della categoria: tre differenziali gestiti elettronicamente dal sistema 4ETS, per la massima stabilità e dinamica di guida in ogni condizione. Mettete alla prova 4MATIC su oltre 50 modelli Mercedes-Benz.

Scopri la trazione integrale 4MATIC al Mercedes-Benz Center Milano.



Mercedes-Benz

Mercedes-Benz Milano S.p.A.

Concessionaria Ufficiale di Vendita e Assistenza Mercedes-Benz

Milano, Via Daimler, 1/Via Gallarate, 450 - Filiale: Milano, Via Tito Livio, 30

Tel. +39 02 3025.8100 - mercedes-benz-milano.com

Caccia ai saldi di gennaio

► Milan e Roma puntano l'acquisto intelligente: Gabriel Silva, Parolo e D'Ambrosio i nomi caldi



► Marco Parolo è finito nel mirino di Roma e Milan.

MILANO. Obiettivi diversi da perseguire nello stesso modo. Come? Intervendendo sul mercato per puntellare due squadre che hanno ancora molto da dire in questo campionato. Dopo quindici giornate, infatti, Roma e Milan si sono ritrovate con ambizioni molto distanti (i giallorossi sognano di poter contendere alla Juve lo Scudetto, i rossoneri sperano di avvicinarsi alla zona Europa League, lontana ancora nove punti) ma con l'identica necessità di rinforzi.

NON SOLO D'AMBROSIO
Con una Roma capace di scalare la classifica oltre ogni più rosea aspettativa, Walter Sabatini sta studiando il mercato alla ricerca di giocatori più utili che blasonati. L'identikit è quello di calciatori non troppo costosi, che siano relativamente giovani ma allo stesso tempo capaci di dare un contributo immediato alla causa giallorossa. Il primo a finire nel mirino del ds romanista è stato Tony Sababria, stellina della cantera del Barcellona che difficil-

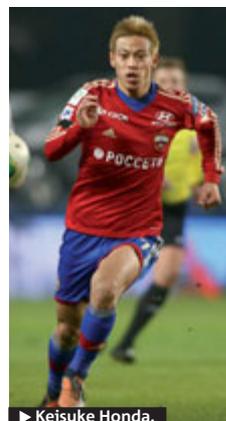
mente resterà ancora a lungo in blaugrana. Secondo la stampa spagnola, infatti, l'asso paraguaiano avrebbe rifiutato l'Arsenal per legare il suo futuro alla squadra di Garcia. In attesa di conferme, però, Sabatini sembra deciso a portare a Roma anche un difensore (due nel caso di addio da parte di Burdisso). Il nome più caldo è quello di Danilo D'Ambrosio, esterno del Toro il cui contratto scade a fine stagione. Per evitare lo "sgarbo" di acquistare a zero uno dei punti di forza della squadra di Ventura, a gennaio la Roma potrebbe mettere sul piatto due milioni di euro oppure la comproprietà di uno fra Nico Lopez (ora all'Udinese) e Caprari. Ma anche se la trattativa sembra essere a un passo dalla chiusura, i giallorossi hanno messo le mani avanti chiedendo all'Udinese informazioni su Gabriel Silva, giovane difensore che ha tutte le carte in regola per diventare protagonista. Ai giallorossi, però, serve anche un cambio di qualità a centrocampo. Con De Rossi,

Strootman e Pjanic che si stanno esprimendo a livelli importantissimi, Garcia vorrebbe una pedina in grado di far respirare i titolari senza perdere troppo in qualità. Per questo, l'ultima pista di Sabatini porta dritta a Marco Parolo, centrocampista del Parma che è riuscito a ritagliarsi anche uno spazio in Nazionale.

IL MILAN SOGNA LAMELA
Ma se la Roma cerca qualche pedina per rimpolpare la rosa, la squadra di Allegri è alla ricerca di interpreti che possano aumentare la qualità della squadra. Presi Honda, che arriverà il 3 gennaio e vestirà la maglia numero 10, dal CSKA e Adil Rami dal Valencia, i rossoneri starebbero guardando all'ex romanista Erik Lamela. Il talento argentino ha avuto un avvio di stagione assolutamente deludente con il Tottenham e potrebbe lasciare l'Inghilterra. Su di lui ci sarebbero anche Atletico Madrid, Inter e Fiorentina. Molto più semplice, invece, la pista che potrebbe portare a Milanello un cen-

trocampista. Il Milan voleva Kucka, ma lo slovacco si è rotto il crociato e il suo trasferimento potrebbe slittare in estate. Proprio per questo anche Galliani sta monitorando con attenzione Marco Parolo. Per arrivare al centrocampista, i vertici rossoneri potrebbero mettere sul piatto, come parziale contropartita, il cartellino di M'Baye Niang.

METRO



► Keisuke Honda.

LO SHOPPING CAMBIA VOLTO... MA LA QUALITÀ RESTA

Tra crisi economica e negozi online, anche la caccia all'abito alla moda si rinnova: metodi nuovi, senza accantonare valori antichi

Il mondo si trasforma velocemente, e anche il vecchio caro shopping si aggiorna. Oggi, complice la crisi economica, non è più sfrenato come una volta, soprattutto per quanto riguarda l'abbigliamento: per acquistare si attende il periodo dei saldi, si spulcia tra le vecchie collezioni o si opta per marche minori. E c'è chi allo shopping dice addirittura addio. Quelli che invece non demordono oggi si spostano online. È su Internet la nuova frontiera dello shopping degli anni Duemila. Qui spopola il "click-and-collect": si sceglie l'abito sul sito web, scorrendo foto e prezzi, si clicca, si acquista con la carta di credito e poi si va dal negoziante per il ritiro. Ma si può anche scegliere di attendere a casa che un celere

corriere consegnerà la camicia o il cappotto prescelto direttamente nel nostro salotto: addio alle file e alle gomitate ricevute da acquirenti un po' troppo "appassionati". I vantaggi però non si fermano qui: online è possibile trovare personal shopper virtuali pronti a consigliare il meglio per ogni occasione. E con un paio di click si possono mettere a confronto le offerte di produttori di tutto il pianeta: i prezzi, in molti casi, sono davvero irresistibili. Di contro, in questa continua corsa al risparmio, a volte si rischia di perdere di vista la qualità, un elemento essenziale quando si parla di abbigliamento. Fortunatamente, però, oggi è ancora possibile acquistare



prodotti belli, alla moda, con la garanzia della lunga tradizione della sartoria e della maglieria italiana. È il caso di Calzificio Tris, realtà milanese che dal 1964 produce calze e collant di qualità partendo dai filati migliori. Modelli classici e di tendenza, all'interno di un vastissimo assortimento, sia per uomo sia per donna. Distribuita al dettaglio con i marchi Tris e Crissa, la linea di produzione di Calzificio Tris comprende anche intimo, pigiama e una vasta scelta di accessori. Un "Made in Italy" della massima convenienza, che vi attende nel fortissimo outlet di via Gluck 50.

Calzificio Tris
OUTLET CALZE - INTIMO E ACCESSORI UOMO E DONNA
DA 40 ANNI SOLO QUALITÀ MADE IN ITALY
IL MIGLIOR RAPPORTO QUALITÀ PREZZO

**VIENI A SCOPRIRE
IL NATALE...
CON TANTE IDEE REGALO**

- Gambaletto donna fantasia euro 2,90
- Gambaletto uomo euro 3,90
- Gambaletto cashmere e guanti di lana a soli euro 9,90
- Pigiama, cappelli, sciarpe e tanto altro per i tuoi acquisti

VIA GLUCK, 50 (CORTILE INTERNO) - 20125 (MI) - Tel. 02.66.97.555
Orari: da lunedì a venerdì dalle 11,30 alle 18,30
I sabati di dicembre dalle 10,00 alle 17,00 - il 23 e 24 dicembre sempre aperti
www.calzificiotris.it

2^a EDIZIONE

**BROCANTAGE
DI NATALE**

Trova il tuo regalo di Natale
tra oggetti di antiquariato
e non solo...

Chiesa di S. Alessandro
via Zebedea, 2
Milano

**dal 30 novembre
al 24 dicembre 2013**

Lun-Sab: 11.30 - 19.00
Dom: 10.00 - 19.00

PARTE DEI PROVENTI SARÀ
DEVOLUTA IN BENEFICENZA

Per informazioni: 335-8241638
333-7906435
antiquariato.zebedea@gmail.com

Ho fatto i plantari e ho ancora male ai piedi!!

È bene sapere che IL PLANTARE NON È UNA SOLETTA, IL PLANTARE È UN DISPOSITIVO MEDICO e se scelto e se usato correttamente, può essere MOLTO UTILE. I plantari sono come una medicina, che fa bene, ma va presa "ALLA GIUSTA MANIERA". Se avete utilizzato un plantare, E QUESTO NON HA RISOLTO IL PROBLEMA, NON È DETTO CHE DEBBA ESSERE SOSTITUITA LA TERAPIA, SPESSO, SI PUÒ RICONSTRUIRE CHE È STATA "MAL ESEGUITA/PRESCRITTA" O MAL UTILIZZATO.

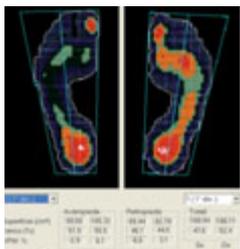
Quando un plantare non è efficace, è opportuno analizzare: come è costruito, dove è utilizzato, come viene utilizzato, quanto tempo viene utilizzato.

La scelta del plantare corretto

Per realizzare un plantare è necessario uno studio preliminare approfondito delle caratteristiche e delle problematiche del piede. «Ultimamente – spiega il dottor Nicola Perrino, titolare del Centro Ortopedico Rinascita di Cinisello Balsamo – si rivolgono a noi pazienti che indossano plantari e lamentano dolori ai piedi. Sono sfiduciati perché, invece di notare un miglioramento dopo l'acquisto del plantare, notano un peggioramento della situazione, tanto da mettere in dubbio la correttezza della terapia consigliata dallo specialista. Il problema di fondo è una scarsa informazione su chi sia realmente in grado di confezionare un plantare su misura, abbinandolo a una calzatura adeguata, che risponda in toto alle esigenze funzionali. Premessa indispensabile per garantire il successo terapeutico.

Chi lo può realizzare con professionalità? Il Tecnico ortopedico

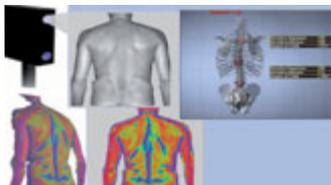
La figura professionale abilitata a svolgere questo tipo di attività è il Tecnico Ortopedico. Il Tecnico Ortopedico è un operatore sanitario in possesso di un titolo universitario che lo abilita all'esercizio della professione, è l'unico operatore sanitario abilitato a erogare un dispositivo medico e in grado di progettare e di istruire all'uso il paziente. Non tutti sanno che, alle spalle, ogni tecnico ortopedico ha un iter accademico lungo e articolato, che lo forma e lo prepara a proporsi al paziente come valido referente per capire il problema e per proporre soluzioni ortopediche concrete. In una fase preliminare il Tecnico Ortopedico effettua una valutazione funzionale e di acquisizione dei dati, attraverso l'impronta statica e dinamica.



Esame statico



Esame dinamico



Biometria digitalizzata per valutazione posturale

«Il nostro Centro – continua Perrino – dopo aver effettuato tale valutazione, adotta procedure che garantiscono il raggiungimento degli obiettivi terapeutici. Il paziente ce lo conferma già dopo quindici giorni di utilizzo del dispositivo medico, con una visita di controllo tecnico».

Un meticoloso protocollo

La sicurezza del conseguimento dei risultati dipende dall'adozione di standard di lavoro altamente professionali, rafforzati da un know-how ultraventennale. «Prima di procedere nella rilevazione dell'impronta – continua Perrino – devono essere perfettamente chiari gli obiettivi, gli strumenti utilizzati per raggiungerli, le modalità e le precauzioni da adottare durante l'utilizzo del plantare. È infatti molto importante non solo come prendere l'impronta, ma anche quale tecnica di costruzione e quale materiale utilizzare e per quanto tempo indossarlo. Ma non è tutto. È altrettanto importante dove viene inserito e come viene utilizzato dal paziente, effettuando le opportune verifiche con strumentazione adeguata che permette di valutare i sovraccarichi. Il nostro protocollo di lavoro è così meticoloso che prevede un controllo dopo quindici giorni di utilizzo del plantare. Questo accorgimento ci permette anche di evidenziare anomalie che possono subentrare con il passare del tempo vanificando tutti i vantaggi.

La calzatura ideale per il plantare

Spesso quando acquistiamo una calzatura, siamo portati a sceglierla cercando di soddisfare le esigenze estetiche trascurando quelle funzionali del piede. Molti sono i particolari che fanno la differenza nel individuare la calzatura giusta per il ns piede, partendo dalla tipologia della pelle che compone la tomaia, la fodera utile per le allergie e la sudorazione, altezza tomaia, tipo di allacciatura, altezza della punta, accollatura, rinforzo nel mesopiede che deve essere iper-rinforzato per chi ha i piedi piatti, adeguata aderenza al suolo ecc... ecc...

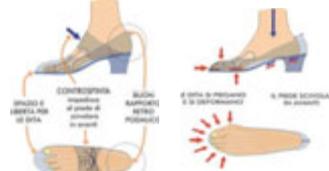


in alto figura di suola conformata in calzatura nuova, in basso usura inadeguata di calzatura che non ha un buon rinforzo



Il dr. Nicola Perrino è il Direttore del Centro Ortopedico Rinascita. Laureato in tecniche ortopediche, è docente a contratto di Scienze Tecniche Mediche applicate al Corso per Tecnici Ortopedici dell'Università di Milano.

Non tutti sanno che la calzatura ideale per utilizzare il plantare è quella predisposta per impedire lo scivolamento in avanti del piede e lasciare libere le dita da compressioni.



Modalità calzatura adeguata

Modalità calzatura inadeguata

Apposite formule matematiche regolano poi la valutazione dell'altezza ideale del tacco per salvaguardare piede, ginocchia e colonna, così come un tacco basso genera talalgie,



altezza tacco (2 cm per uomo – 3 max 5 cm donna)

un tacco alto sponstando il carico nella parte anteriore del piede, è causa di duroni o callosità spesso dolorose. Un buon plantare deve ridurre le

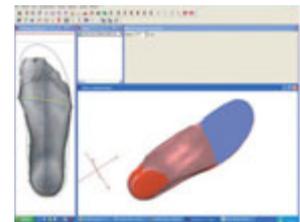


parti di eccessivo sovraccarico del piede che sono spesso cause di duroni o callosità. Al Centro Ortopedico Rinascita sono disponibili 12.500 paia di calzature. Qui il paziente può trovare scarpe predisposte per plantare per ogni esigenza: per piedi con pianta larga e collo basso, per piante larghe e collo alto e con tallone largo o stretto, con velcro o stringhe, con tomaia imbottita per pazienti diabetici, per sportivi o per chi ha difficoltà a indossare le calzature antinfortunistiche, perché l'alluce tocca contro il puntale in acciaio o perché sono pesanti. Qui insomma, è possibile trovare una soluzione per qualsiasi problema ai piedi, grazie all'ausilio di sistemi quali la baropodometria e le scansioni laser che riproducono con estrema precisione i volumi.



Acquisizione dei volumi con modalità tridimensionale del piede

Tutte strumentazioni che risultano utili sia per costruire un plantare con la fresa a controllo numerico (utile per visionare la corrispondenza dell'ortesi al piano terapeutico dello specialista), sia per costruire una scarpa su misura.



Elaborazione con il CAD di un PLANTARE

Funzionalità ed estetica

Anni di intenso lavoro hanno permesso di arrivare a costruire una scarpa ortopedica, cercando di soddisfare anche gli aspetti estetici. «In realtà – conclude Perrino – anche a noi piace realizzare calzature belle che riescono a mascherare i "difetti", assecondando anche i gusti estetici del paziente. Lo invitiamo infatti a portarci la foto di una calzatura dal design particolarmente gradito, e cerchiamo di riprodurla esattamente come da modello. A volte capita che il paziente stesso stenti a credere che si tratti di una calzatura ortopedica. Tutto questo è possibile anche perché, rispetto al passato, oggi l'industria ci mette a disposizione materiali molto più leggeri, flessibili e confortevoli». Per arrivare a questo, è necessario però dedicarsi alla propria attività con professionalità, etica e passione. Tutte doti che è possibile trovare al Centro Ortopedico Rinascita, un'azienda che ha ottenuto la certificazione di qualità e ha

raggiunto il 97% di soddisfazione dei pazienti. E dove il paziente, se non è soddisfatto, viene rimborsato: se infatti il dispositivo non soddisfa le richieste del piano terapeutico dello specialista o le esigenze estetiche del paziente, il dispositivo viene rifatto ex novo. I Tecnici Ortopedici del Centro sono anche disponibili per trovare la soluzione più adeguata per: calze, corsetti, tutori, materassi e cuscini, elettromedicali, protesi, carrozzine e igiene.

ASSOCIATO



F.I.O.T.O. : professionalità e qualità garantite

Il Centro Ortopedico Rinascita è associato a F.I.O.T.O. Federazione Italiana degli Operatori in Tecniche Ortopediche, che da oltre 40 anni riunisce le imprese che erogano prestazioni di assistenza protesica rispettando criteri e requisiti di elevata competenza e qualità di servizio. Oggi l'associazione è un inequivocabile punto di riferimento per le aziende che operano nel comparto con serietà e etica professionale. www.fioto.it



Centro Ortopedico Rinascita

Via Lincoln 1
20092 Cinisello Balsamo MI
Tel. 02.6173566
info@ortopediarinascita.it
www.ortopediarinascita.it



Totti e Mario, amici mai

► Due campioni molto diversi, uniti dalla rivalità nata nella finale di Coppa Italia del maggio 2010

MILANO. Due personaggi così diversi da essere quasi inconciliabili. Due poli contrapposti che non hanno niente a che spartire se non il talento cristallino che gli è stato affidato dalla Natura. Sì perché Totti e Balotelli non si assomigliano in niente. Neanche nel modo in cui giocano a pallone. Francesco è il genio messo al servizio della squadra, l'uomo capace di trasformare un palleggio al limite dell'area in un contropiede micidiale, lo scoglio al quale

aggrapparsi quando le cose non vanno per il verso giusto. Mario è l'individualità che non si mescola con il gruppo, lo strapotere fisico di ha fame di arrivare a tutti i costi, l'attaccante che in soli 6 mesi è capace di trascinare il Milan in Champions a suon di rigori realizzati in campionato. Difficile trovare un punto d'incontro. A 37 anni il romanista è ancora un giocatore capace di indirizzare una stagione intera, a quasi 24 il milanista è ancora vittima

del suo carattere difficile, un ragazzo capace di giocare sensazionali e di lunghi periodi di eclissi. Ed è normale che, stasera, gli occhi di tutta Italia siano puntati su loro due. Perché il posticipo della sedicesima giornata sarà la gara del rientro del numero 10 giallorosso a quasi due mesi di distanza dallo stop col Napoli causato da una lesione miotendinea al flessore della coscia destra. E anche se non potrà ovviamente essere al massimo della forma, la sua sola presenza in campo regalerà alla sfida un sapore tutto diverso.

UNA RIVALITÀ ANTICA

Già perché quella fra Totti e Balotelli è una rivalità che affonda le sue radici nella finale di Coppa Italia del 2010. È il 5 maggio del 2010 e a 3 minuti dal termine, con la Roma in svantaggio, il capitano giallorosso insegue l'interista e lo colpisce duramente da dietro. Un gesto che verrà stigmatizzato addirittura dal Capo dello Stato e per il quale Totti chiederà scusa.



► Nell'ultimo Milan - Roma Totti è stato espulso per una gomitata a Mexes.



► Totti e Balotelli durante la finale di Coppa Italia 2010.

Ma non senza fornire alcuni chiarimenti. "Sentire che un calciatore alle prime armi (Balotelli, ndr), ma con grandi doti, offenda ripetutamente i miei tifosi, la mia città, il mio senso di appartenenza a Roma, oltre a me personalmente, dicendomi che sono finito, è insopportabile - ha spiegato il numero dieci della Roma - non si può tollerare che Balotelli abbia sempre la possibilità di provocare tutti, compresi i suoi tifosi e quelli avversari e nessuno

prenda in considerazione preventivamente i suoi atteggiamenti. Al momento della mia espulsione - ha concluso - non c'è stato nessun mio avversario che abbia preso le difese... di lui". Questo qualcosa mi fa pensare".

IN NAZIONALE

Da quel momento in poi i contatti fra i due sono stati minimi e per lo più riguardo alla maglia azzurra. Nel novembre del 2011, prima di un'amichevole all'Olim-

pico fra Italia e Uruguay, Totti è sceso negli spogliatoi per salutare gli azzurri. Stretta di mani di circostanza con Balotelli che rispose "crepi" al consueto in "bocca al lupo" del Capitano. Poi poco altro, con l'attaccante del Milan che apriva a un ritorno di Francesco in Nazionale e con il giallorosso ancora riluttante sul futuro di Mario. "Balotelli un fenomeno? Diciamo che può diventarlo, ma dipende dalla testa che avrà, dai comportamenti".

● METRO

Una firma importante per i ragazzi **5x mille**



0270107070

www.sorrisotelefonogiovani.it

aiuta i giovani a trovare sempre qualcuno che li possa ascoltare

"Il Sorriso - Telefono Giovani - Onlus" è una associazione di aiuto telefonico, forum ed email dedicata agli adolescenti e ai giovani, fondata nel 1993 da alcune persone che avevano avuto contatti con il disagio adolescenziale. È l'unica associazione dedicata solo ai giovani e al loro disagio e si posiziona fra la famiglia e le istituzioni. L'ascolto telefonico, il forum, l'email, offrono sostegno, aiuto ed indirizzo ai giovani con volontari formati ad un ascolto empatico e su tutte le problematiche giovanili. L'associazione adotta il counseling come metodologia di ascolto. Chi telefona viene posto nella condizione di trovare soluzioni personali in un clima di accoglienza e comprensione.

Perché funziona: La linea telefonica, il forum e l'email permettono di par-

lare, nel più assoluto anonimato, dei propri problemi senza l'obbligo di affrontare il timore o l'imbarazzo di recarsi presso un servizio socio-sanitario o una associazione per parlare direttamente con un operatore.

Queste caratteristiche del servizio predispongono i ragazzi a comunicare i loro disagi e i loro problemi e quindi essi fanno un primo importante passo verso un chiarimento con se stessi, su ciò di cui hanno bisogno e sulle risorse a cui possono attingere.

Considerando la crescita del fenomeno del disagio giovanile e la scarsa diffusione di linee di aiuto telefonico e mediato (forum), soprattutto se parliamo di aiuto di elevata e costante qualità, è estremamente importante dare supporto alla Associazione.

Vuoi aiutare chi aiuta il disagio degli adolescenti
Lo puoi fare versando il tuo contributo presso
C/C presso Banca Popolare di Milano
agenzia 500 - Via Mazzini 9/11
Codice IBAN: IT21M055840170000000024694

Hotel Miramonti
RESORT & SPA

*Soggiorni rilassanti e
giornate di gusto e benessere
vi aspettano ai piedi del Resegone*

- Hotel a conduzione familiare in posizione panoramica e soleggiata
- Esclusivo centro benessere Bio-Spa Carera con cosmetica biologica certificata
- Piscina interna ed esterna riscaldata con idromassaggi e solarium
- Rinomato ristorante Gritti con veranda estiva e specialità del territorio
- Barbecue e live music con vista valle ogni venerdì sera di luglio e agosto
- NOVITA' 2013: auto e bici elettriche a noleggio per scoprire la nostra splendida valle nel rispetto della natura

ECO-SOGGIORNO Active Spa Break

Offerta soggiorno di 2 notti abbinata a un'esperienza Elettrizzante!!!

- EcoGiro in valle con Reanult Twizy elettrica (2 p. - 40 km) oppure Bici elettrica
 - Pranzo presso un ristorante convenzionato in Valle (possibilità di ricarica auto e bici)
 - Trekking con mappe e app smartphone per i sentieri della Valle
 - 2 pernottamenti con prima colazione a buffet in veranda
 - 2 Cene con menu a scelta di 3 portate e buffet di verdure
 - 1 giro a cavallo presso la Scuderia della valle oppure 1 ingresso di 2 ore al Parco avventura di Roncola raggiungibili entrambi con auto o bici elettriche
 - Libero accesso alla Spa per due giorni
 - Utilizzo borsa Spa con accappatoio e telo bagno
 - Buono Spa del valore di € 20,00 per trattamenti e massaggi
- Prezzo a persona per l'intero soggiorno:
- camera doppia classic € 185,00 - camera doppia superior € 205,00
- Supplemento pensione completa € 15,00 a persona al giorno
Sconto del 15% su notti supplementari
Offerta valida fino al 31 ottobre - Escluso dal 10 al 18 agosto

Hotel Resort & Spa Miramonti - Rota d'Imagna - Bergamo
Tutte le altre fantastiche offerte su www.hotelmiramontibergamo.com
Tel. 035 868 000 - info@hotelmiramontibergamo.com



IL NATALE BUONO DI EATALY

BONIFANTI x EATALY

PANETTONE MILANESE
BASSO
con uvetta, scorze d'arancia e cedro

1 KG
€14,80



PERCHÉ È BUONO

È un panettone a lievitazione naturale prodotto con solo lievito madre e 30 ore di lievitazione con l'aggiunta di uvetta, scorze d'arancia e cedro

Eataly ha selezionato per voi tanti panettoni buoni, prodotti con le migliori materie prime e con tempi di lievitazione e di raffreddamento molto lunghi, come impone la tradizione... c'è l'imbarazzo della scelta! Ecco alcuni esempi:

G. COVA & C.

PANDORO CLASSICO



Uno dei più tipici dolci della tradizione pasticceria di G. Cova & C. È perfetto per qualsiasi momento della giornata.

750 G

€9,90

BONIFANTI x EATALY

PANETTONE MILANESE ALTO



Panettone a lievitazione naturale con uvetta, scorze di arancia e cedro.

750 G

€9,90

G. COVA & C.

PANETTONE CLASSICO Linea Milano



La bontà racchiusa nella linea di carte Milano che prende come riferimento stilistico i disegni delle confezioni degli anni 30 della "G. Cova & C."

1 KG

€15,90

EATALY PUÒ AIUTARE LE AZIENDE E I PRIVATI NELLA REGALISTICA DI QUALITÀ

Sfoggia il catalogo su eataly.it nella sezione "Regali" o contattaci allo +39 011-19506801 - regali@eataly.it. Ecco alcuni esempi:

PACCO N°5

LA MACCARONERIA DI GRAGNANO



€29,90

RIGOROSA
LINGUINE + SPAGHETTI
+ BUCATINI + RIGATONI + CALAMARI
+ PACCHERI (due confezioni)
+ PENNE RIGATE

AFELTRA
POMODORI SAN MARZANO

PACCO N°6

LA DISPENSA DI EATALY



€35,90

GLI AIRONI RISO CARNAROLI
LA GRANDA RAGÙ DI CARNE
ANTIGNANO TAJARIN ALL'UOVO
I SETTE NANETTI MELALO E PERALO
LURISIA CHINOTTO E GAZZOSA
BALADIN SUPER E ISAAC
RIGOROSA CALAMARI
GOLOSI DI SALUTE DI LUCA MONTERSINO
BARRETTA CIOCCOLATO AL LATTE E FONDENTE

PACCO N°9

BUONE FESTE



€46,90

FONTANAFREDDA ASTI SPUMANTE
ANTICA TORRONERIA TORRONE CON NOCCIOLE IGP
LEONE TUBETTO GIANDUIOSO
BONIFANTI PANETTONE MILANESE BASSO
PALMIERI COTECHINO GOTTO
MULINO MARINO FARINA DI MAIS OTTOFIOLE 'LA POLENTA'
ANTIGNANO TAJARIN ALL'UOVO
LA VALLETTA LENTICCHIE

PER DARVI UN SERVIZIO MIGLIORE:

EATALY MILANO SARÀ APERTO ANCHE MARTEDÌ 24 DICEMBRE DALLE 10 ALLE 19
E MARTEDÌ 31 DICEMBRE DALLE 10 ALLE ORE 19

EATALY MILANO SI TROVA ALL'INTERNO

DI **coincasa**

IN PIAZZA 5 GIORNATE



EATALY MILANO
Piazza 5 giornate, I A
presso COINCASA al piano -1

Orario continuato tutti i giorni
dalle 10 alle 20 (Sabato dalle 10 alle 20.30)
tel. 02 92870066

mangi meglio, vivi meglio

MILANO

ANTEO
via Milazzo 9 - tel.026597732
The Lunchbox 14.30-16.30-18.30
Dietro i candelabri 15.10-17.30-20.00-22.30
Blue Jasmine 14.50-16.40-18.35-20.30-22.30
Still Life 15.00-16.50-18.40
Still Life 20.30-22.30

APOLLO SPAZIOCINEMA
galleria De Cristoforis 3 - tel.02789390
La mafia uccide solo d'estate 13.00-15.30-17.50-20.00-21.50
Notre-Dame de Paris 15.30-20.00
Venere in pelliccia 13.00-17.50
Blue Jasmine 13.00-15.20-20.10-22.00
Molière in bicicletta 13.00-15.30-17.40
Molière in bicicletta 19.50-22.00
Dietro i candelabri 13.00-15.00-17.20-21.50

ARCOBALENO FILMCENTER
viale Tunisia 11 - tel.899399816
Blue Jasmine 20.00-22.30
Il passato 20.00-22.30
Hunger Games 21.15

ARIOSTO
via Ariosto 16 - tel.0248003901
L'ultima ruota del carro 15.40-18.20-21.00

ARLECCHINO
via San Pietro all'Orto - tel.0276001214
Still Life 15.15-17.00-18.45-20.35-22.30

CENTRALE
via Torino 30-32 - tel.02874826
Pompei 14.30-16.30-18.30-20.30-22.30
La vita di Adele 14.30-18.00-21.30

COLOSSEO
viale Montenero 84 - tel.0259901361
Blue Jasmine 14.45-16.40-18.35-20.30-22.30
La mafia uccide solo d'estate 17.50-20.30-22.30
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 15.00-19.35
Un fantastico via vai 14.45-16.40-18.35-20.30-22.30

Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 16.00-19.00-22.00
Hunger Games - La ragazza di fuoco 16.30-22.30
La mafia uccide solo d'estate 14.45

DUCALE
piazza Napoli 27 - tel.0247719279
Un fantastico via vai 20.00-22.30
Blue Jasmine 20.00-22.30
Don Jon 22.30
Sole a catinelle 20.00
Hunger Games - La ragazza di fuoco 21.15

ELISEO MULTISALA
via Torino 64 - tel.0272008219
The Lunchbox 15.15-17.30-20.15-22.30
Blue Jasmine 14.45-16.40-18.35-20.30-22.30
Molière in bicicletta 15.30-17.50-20.20-22.30
Dietro i candelabri 15.00-17.30-20.00-22.30

GLORIA MULTISALA
corso Vercelli 18 - tel.0248008908
Dietro i candelabri 15.10-17.50-20.10-22.30
Gloria 17.40
Sole a catinelle 15.30-20.30-22.30

MEXICO
via Savona 57 - tel.0248951802
Blancanieves 16.00-18.00
Notre-Dame de Paris 20.30

THE SPACE CINEMA ODEON
via Santa Radegonda 8 - tel.027769007
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 14.40-18.10-21.35
Thor: The dark world 12.00
Un fantastico via vai 12.05-14.30-17.00-22.00
Blue Jasmine 12.10-14.35-17.00-21.55
Stai lontana da me 19.30
Hunger Games - La ragazza di fuoco 11.55-15.05-18.15-21.30
Planes 12.00-14.20-16.40
Notre-Dame de Paris 19.05-21.25
Free Birds - Tacchini in fuga 11.55-14.10-16.25
Hunger Games - La ragazza di fuoco 18.50
Stai lontana da me 22.00
Fuga di cervelli 12.20-14.50-19.25-21.50

Stai lontana da me 17.00
Sole a catinelle 13.10-15.20-17.35-19.50
Jobs 22.05
Il segreto di Babbo Natale 12.00-14.10-16.20-18.30
Blue Jasmine 19.30
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 22.00

ORFEO MULTISALA
viale Comi Zugna 50 - tel.0289403039
Il segreto di Babbo Natale 15.20-17.30
Hunger Games - La ragazza di fuoco 19.25-22.30
Blue Jasmine 15.15-17.40-20.05-22.30
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 15.30-19.05-22.15

PALESTRINA
via Palestrina 7 - tel.0267602700
Zoran, il mio nipote scemo 16.30-18.45-21.00

PLINIUS MULTISALA
viale Abruzzi 28-30 - tel.0229531103
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 15.00-18.00-21.00
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 15.30-18.30-21.30
Blue Jasmine 15.00-17.30-20.20-22.30
Il segreto di Babbo Natale 15.00-17.00
Blue Jasmine 19.30-21.30
Thor: The dark world 15.00-17.30-20.10-22.30
Sole a catinelle 15.30-17.50-20.10-22.30

SPAZIO OBERDAN CINETECA ITALIA
viale Vittorio Veneto 2 - tel.0277406300
Natale in musica 21.00

UCI CINEMAS BICOCCA
viale Sarca 336 - tel.892960
La mafia uccide solo d'estate 14.00-16.10-18.20-20.25-22.45
Un fantastico via vai 15.30-17.40-20.20-22.45
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 14.45-18.20-21.45
Hunger Games - La ragazza di fuoco 15.40
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 20.10
Thor: The dark world 14.30-17.15-20.00-22.40
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 14.00

Still Life 14.40-17.35-20.05-22.35
Un fantastico via vai 15.30-18.30-21.30
Sole a catinelle 15.00-17.30-20.00
Hunger Games - La ragazza di fuoco 22.15
Hunger Games - La ragazza di fuoco 14.25-17.45-21.15
Blue Jasmine 14.20-17.10-22.45
Notre-Dame de Paris 20.30
Fuga di cervelli 15.15-17.45-22.35
Blue Jasmine 20.05
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 21.10
Il segreto di Babbo Natale 14.25-17.05-19.15
Don Jon 22.30
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 16.30
Un fantastico via vai 14.20-17.10-19.50-22.15
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 14.20-18.10-21.30
Free Birds - Tacchini in fuga 15.15-17.40

UCI CINEMAS CERTOSA
via Stephenson 29 - tel.892960
Hunger Games - La ragazza di fuoco 18.45-22.15
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 18.20-21.50
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 18.10-21.40
Il segreto di Babbo Natale 17.45
Fuga di cervelli 22.40
Thor: The dark world 17.00-19.40-22.20
Un fantastico via vai 17.30-20.00-22.40
Sole a catinelle 17.00-19.20-22.15
Blue Jasmine 17.00-19.25-21.50

UCI CINEMAS MILANOFIORI
viale Milano Fiori - tel.892960
Hunger Games - La ragazza di fuoco 18.30-22.00
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 18.20-21.45
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 18.10-21.30
Fuga di cervelli 17.40-20.10-22.35
Un fantastico via vai 17.30-20.05-22.40
Il segreto di Babbo Natale 17.40
Sole a catinelle 17.15-19.40
Thor: The dark world 17.00-19.40-22.20

La mafia uccide solo d'estate 17.00
Blue Jasmine 19.50-22.30
La mafia uccide solo d'estate 22.20
Un fantastico via vai 19.15-21.50

BELLINZAGO LOMBARDO
ARCADIA BELLINZAGO LOMBARDO
str. Padana Superiore 154 - tel.0295416444/5
Sole a catinelle 17.50-20.50-22.50
La mafia uccide solo d'estate 17.50-20.00
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 17.40-21.00-22.10
Thor: The dark world 17.30-20.05-22.35
Un fantastico via vai 17.25-20.15-21.15-22.25
Hunger Games - La ragazza di fuoco 17.20-19.50-22.30
Il segreto di Babbo Natale 17.15
Dietro i candelabri 17.15
Blue Jasmine 17.10-20.05-22.20
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 17.00-20.20
Fuga di cervelli 20.10
Don Jon 22.45

BUSNAGO
MOVIE PLANET CENTRO COMMERCIALE GLOBO
via Berlinguer 48 (presso Centro Commerciale Globo) - tel.0396956516
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 21.15
Un fantastico via vai 19.15-21.30
Il segreto di Babbo Natale 19.15
Hunger Games - La ragazza di fuoco 21.30
Fuga di cervelli 19.10-21.30
Blue Jasmine 19.10-21.30
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 21.15

CERRO MAGGIORE
THE SPACE CINEMA SPA
autostrada A8 uscita Legnano - tel.0331744324
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 16.30-20.05
Blue Jasmine 17.00-19.20-21.50
Planes 17.30
Sole a catinelle 19.45-22.00

Stai lontana da me 17.40-22.10
Fuga di cervelli 15.55-19.30-22.00
Un fantastico via vai 16.15-18.40-21.05
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 17.30-21.00
Il segreto di Babbo Natale 17.15
Un fantastico via vai 19.40
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 22.00
Notre-Dame de Paris 19.00-21.15
Hunger Games - La ragazza di fuoco 17.45-21.00
Free Birds - Tacchini in fuga 17.10-19.30
Thor: The dark world 21.40

VIMERCATE
WARNER VILLAGE TORRIBIANCHE - THE SPACE CINEMA
via Torri Bianche 16 - tel.0396612573
Lo Hobbit: La desolazione di Smaug 3D 18.10-21.40
Sole a catinelle 16.45-19.05-21.20
Planes 17.35
Don Jon 19.55
Stai lontana da me 22.15
Il segreto di Babbo Natale 17.25
Battle of the year - La vittoria è in ballo 3D 19.35
Dietro i candelabri 22.05
Un fantastico via vai 16.40-18.55-21.15
Blue Jasmine 16.25-18.45-21.05
Fuga di cervelli 17.05-19.30-21.55
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 18.00-21.30
Hunger Games - La ragazza di fuoco 18.25-21.45
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 16.50-20.20
Hunger Games - La ragazza di fuoco 17.40-20.50
Thor: The dark world 18.35-21.10
Free Birds - Tacchini in fuga 16.55
L'arte della felicità 21.25
La mafia uccide solo d'estate 19.10
La mafia uccide solo d'estate 16.35
Notre-Dame de Paris 18.45-21.00
Un fantastico via vai 17.30-19.50-22.10
Lo Hobbit: la desolazione di Smaug 18.30-22.00

BENVENUTI IN PRINT 3.0

STAMPA IN LIBERTÀ



Acquista una stampante* multifunzione MFC-J4510DW a soli € 199 e avrai

GRATIS

una iTunes Card** da €25



Il primo canale in Italia dedicato al mondo Mac

Juice



Milano, P.za Caneva ang. Via Cenisio 61, mi.caneva@juice.it
Milano, C.so XXII Marzo 8, mi.22marzo@juice.it
Milano, C.so San Gottardo 5, mi.gottardo@juice.it
Milano, P.za Firenze 4, mi.usato@juice.it
Milano, Galleria Borella 3, mi.borella@juice.it

Pavia, C.so Mazzini 1/c, pv.mazzini@juice.it
Monza, Via V. Emanuele II 21, mz.emanuele2@juice.it
Varese, Via Morosini 3/7, va.morosini@juice.it
Lecco, Centro Comm. Meridiana, lc.meridiana@juice.it
Genova, Via Sestri 46, ge.sestrie@juice.it

Torino, Centro Comm. Lingotto, to.lingotto@juice.it
Torino, C.so Ferrucci ang. F.lli Bandiera, to.usato@juice.it
Novara, Via Bianchini 10, no.bianchini@juice.it
Alessandria, Centro Comm. Melchionni, al.melchionni@juice.it
www.juice.it

*Prodotto in promozione: MFCJ4510DW Promozione valida dall'1 al 31 dicembre 2013. Info e regolamento su www.brother.it
** Le carte regalo iTunes sono il modo più semplice per regalare a chi vuoi canzoni, album, film, app, giochi, libri o videoclip.



RAIUNO

14.10 Verdetto finale
15.20 La vita in diretta
16.55 Scambio di auguri tra il
Presidente Napolitano e
le alte cariche dello Stato
18.50 L'eredità Game show
20.00 Telegiornale Notiziario
20.30 Affari tuoi Game show
23.50 Porta a Porta Attualità

21.10
Film: THE HELP. Jackson,
Mississippi. La storia di
Skeeter, la domestica Ai-
bileen e Minny, tre don-
ne straordinarie del
profondo Sud nel 1962



RAIDUE

16.15 Ghost Whisperer TF
17.00 Private Practice Serie
17.45 Tg2 Flash Lis Notiziario
17.50 Tg sport
18.15 Tg 2 Notiziario
18.45 NCIS Telefilm
20.30 Tg 2 20.30 Notiziario
21.00 Lol Serie
23.45 Tg 2 Notiziario

21.10
Varietà: MADE IN SUD.
Elisabetta Gregoraci, Gi-
gi e Ross e Fatima Trotta
ancora insieme per rac-
contare l'Italia dal punto
di vista del Sud



RAITRE

15.05 Piazza Affari Attualità
15.10 Terra nostra Telenovela
16.00 Aspettando Geo
16.40 Geo Documentari
19.00 Tg 3. Tg Regione. Meteo
20.00 Blob Videoframmenti
20.15 Sconosciuti Attualità
20.35 Un posto al sole SO
22.50 Sfide Sport

21.05
Attualità: REPORT. Il set-
timanale d'inchiesta di
Milena Gabanelli e Sig-
frido Ranucci. Le segna-
lazioni possono essere
inviare a report@rai.it



CANALE 5

14.10 CentoVetrine SO
14.45 Uomini e donne
16.10 Il segreto Telenovela
16.55 Pomeriggio cinque
18.50 Avanti un altro!
20.00 Tg 5. Meteo.it
20.40 Striscia la notizia
23.30 Il peccato e la vergogna
Miniserie

21.10
Musicale: IO CANTO
CHRISTMAS. In compa-
gnia di Gerry Scotti, i
giovani talenti di "lo can-
to" interpretano le melo-
die più belle del Natale



ITALIA 1

15.30 Salvi chi può Varietà
15.45 Alla fine arriva
mamma! Telefilm
16.40 Le regole dell'amore TF
17.35 Top One Quiz
18.30 Studio Aperto. Meteo
19.20 CSI Miami Telefilm
23.20 Tiki Taka - Il calcio è il
nostro gioco Attualità

21.10
Film: OLÉ. Gli insegna-
nti Archimede e Salvato-
re vengono scelti per
accompagnare la scola-
resca in una gita in Spa-
gna



RETE 4

14.00 Tg4 - Telegiornale
14.45 Lo sportello di Forum
15.30 Hamburg distretto 21 TF
16.40 Agatha Christie: Miss
Marple nei Caraibi Film-tv
18.55 Tg4 - Telegiornale
19.35 Il segreto Telenovela
20.30 Tempesta d'amore SO
23.50 Terra! Attualità

21.10
Film: L'AMORE INFEDELE
UNFAITHFUL. Edward e
Connie sono felicemen-
te sposati. Ma un giorno
lei incontra Paul e nasce
la passione

LA7

14.00 Tg La7 Cronache
14.40 Le strade di San Franci-
sco Telefilm
16.35 La libreria del mistero -
La stanza chiusa Film-tv
18.10 Commissario Cordier TF
20.00 Tg La7 Notiziario
20.30 Otto e Mezzo Attualità
21.10 Piazzapulita Attualità
0.00 Tg La7 Night Desk

MTV

15.10 Scrubs
16.00 Ginnaste - Vite Parallele
16.50 Diario di una nerd su-
perstar
17.20 Catfish: False Identità'
18.20 Ginnaste - Vite Parallele
19.20 Gandia Shore
20.15 Scrubs
21.10 Gandia Shore
23.00 The Valleys

SATELLITE

21.00 Sky Cinema 1 Sky Cine
News - Frozen RUBRICA
Sky Family Coach
Carter FILM
Sky Passion Marigold
Hotel FILM
Sky Max Ghost Rider -
Spirito di vendetta FILM
21.10 Sky Hits Vacanze di
Natale FILM

Sky Cinema 1 Le 5 leg-
gende FILM
22.45 Sky Max Paranormal
Activity 4 FILM
22.50 Sky Hits Natale a Rio
FILM
Sky Cinema 1 Il
mistero delle pagine
perdute - National
Treasure FILM

DIG. TERRESTRE

19.30 Joi Trust Me TELEFILM
19.35 Premium Action
Moonlight TELEFILM
20.25 Premium Action Nikita
TELEFILM
21.15 Joi Duro a Morire
TELEFILM
Mya Parenthood TELEFILM
Premium Action 666
Park Avenue TELEFILM

22.05 Mya Dallas TELEFILM
Premium Action
Alcatraz TELEFILM
22.55 Joi Psych TELEFILM
Premium Action Arrow
TELEFILM
22.58 Mya Dance Academy
TELEFILM
23.40 Premium Action Nikita
TELEFILM

NON C'È REGALO PIÙ GRANDE DI UN VOLO.

Nasce Apri&Vola.
In ogni cofanetto,
una destinazione diversa.
Da regalare a chi vuoi tu.
Scopri di più su:
www.aprievola.it

Meridiana
QUESTO SI CHIAMA VOLARE.
meridiana.com

RegalONE
IL MERCATINO DI NATALE

Vieni a visitare il primo mercatino di Natale dei cofanetti regalo

Per te la fantastica promozione **Regala & Raddoppia**:
 compra un cofanetto e scopri subito come riceverne un altro.
 In più **consegna questo invito** e *ricevi subito un gadget!*

Soggiorno, benessere, gusto
e tanto altro a partire da 29,90 €

Temporary Store RegalONE Milano Via Dante 14

Siamo aperti dal 7 al 24 dicembre, tutti i giorni dalle 10,00 alle 20,00.
 Visita il sito www.regalone.it

metro  www.metronews.it 

**Edisis Porte e finestre
& Ceramiche Speretta**

Vicini di casa

SHOWROOMS
1600 + 3000 =
4600 m²
di scelta...

*Il tuo sogno,
le nostre realizzazioni*



FINESTRE, PERSIANE, TAPPARELLE
 PORTE INTERNE, PORTE BLINDATE (IN 48 ORE)
 GRATE DI SICUREZZA, TENDE DA SOLE
 OPERE DA FABBRO



PAVIMENTI, RIVESTIMENTI BAGNO
 RIVESTIMENTI CUCINA, PARQUET,
 SANITARI, ARREDOBAGNO
 RUBINETTERIA, BOX DOCCIA

Ora anche a **Monza**
 con un nuovo **showroom**

SHOWROOMS
CUSANO MILANINO VIA ALESSANDRINA, 45
MILANO VIA GENERAL GOVONE, 19
MONZA VIA MANZONI, 14/16

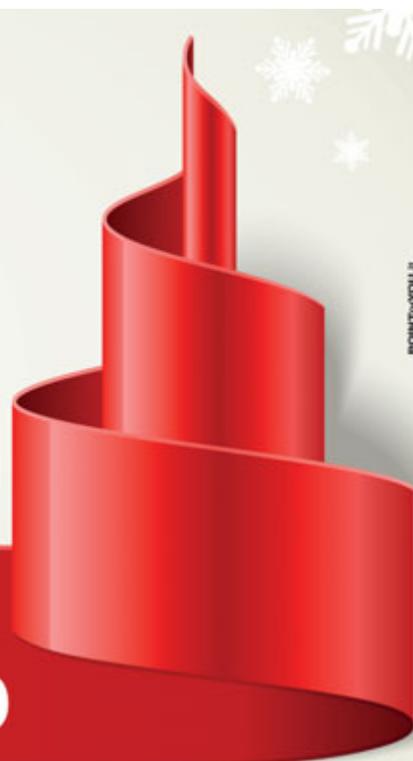
SHOWROOM
CUSANO MILANINO VIA MANZONI, 35
 da martedì a sabato orari 9.00 - 12.30 / 14.00 - 19.00
 SABATO ORARIO CONTINUATO

www.edisis.it | Tel. 02 919888

www.ceramichesperetta.com | Tel. 02 6131661

ipercoop

coop
Lombardia



DAL 20 AL 24 DICEMBRE

**ANCORA PIÙ BUONI
SOTTO L'ALBERO**

**BUONO
SCONTO* di 12 €
ai Soci Coop**



ogni 60 euro di spesa

**BUONO
SCONTO* di 10 € ai Clienti**
ogni 60 euro di spesa

*Ogni buono è valido dal 26 dicembre 2013 al 31 gennaio 2014 su una spesa di almeno 50 euro.
Massimo 3 buoni per scontrino.

Sono esclusi dal totale della spesa farmaci e prodotti in vendita nel reparto COOP Salute e al banco oro, periodici quotidiani e riviste, libri, contributi economici sui premi, ricariche (telefoniche e tv, satellitari e digitale terrestre), bollette, carte e confezioni regalo (gift card e smart box).