

metroexp

Il primo chef stellato d'Italia
è Ambassador Expo 2015

Marchesi:
“Rispettiamo
gli alimenti”

Semplice
è bello

GUSTO

IL NUOVO SEGGIOLONE PRATICO E COMPATTO

Inglesina

www.inglesina.it



Gusto si apre e si chiude con grande facilità ed è molto versatile, grazie all'altezza regolabile in 4 posizioni, alla seduta reclinabile ed alla pedana poggia piedi regolabile. Il vassoio di servizio è staccabile dal vassoio principale ed è lavabile in lavastoviglie. Estremamente compatto da chiuso, sta in piedi da solo e può essere agevolmente riposto. **Gusto, progettato per semplificare la vita di mamma e papà nell'ora della pappa.**



L'Inglesina Baby S.p.a. Via Lago Maggiore, 22/26
36077 Altavilla Vicentina (Vi) Italia

1 Art Sharing
El Viaje del Sabor

2 Primo Piano
Una torre
colora Milano

4 Il futuro
parte da qui

5 Il mondo
in un villaggio

7 Made In Italy
Gualtiero Marchesi
Il Rivoluzionario

11 Mondo Expo
Giappone
Un modello
vincente

13 Agenda

17 Scatta l'ora
dell'aperitivo

21 Fuori Expo
Bar to Bar

23 Appuntamenti

30 La mappa

32 Informazioni
utili

Art sharing



EL VIAJE DEL SABOR

È una valigia il simbolo del viaggio del sapore messo a punto da Antoni Miralda. Un'installazione audiovisiva dell'artista catalano che ci accoglie e via via ci accompagna nel padiglione spagnolo

Un viaggio nel sapore che inizia non appena si entra nel padiglione della Spagna con una gigantesca valigia di 5 metri per 4 sulla quale sfilano immagini di cibo. Si entra e altre 20 valigie a dimensione naturale segnano quello che Antoni Miralda, uno dei maggiori esponenti dell'arte Commestibile e della Food Culture, ha immagi-

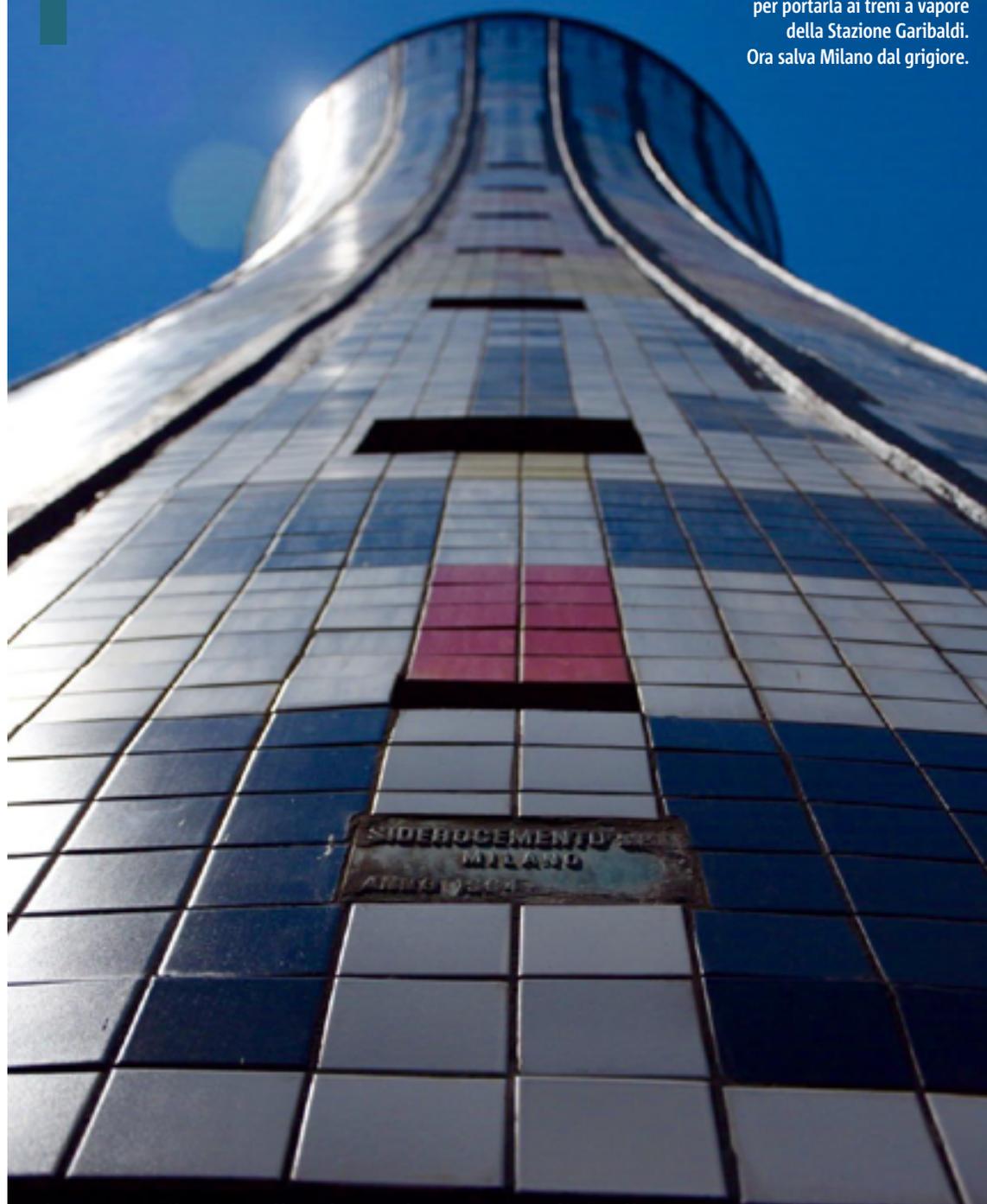
nato come un viaggio nel sapore. Ogni valigia proietta proposte visive dedicate a un alimento. Così, mentre ci si addentra nella bellezza della Spagna, Miranda insiste costringendo il visitatore a pensare sul lungo viaggio che il cibo compie per arrivare sulle nostre tavole. E non solo in senso pratico: un viaggio che vuol dire anche spostamento dei processi sociali e culinari

di un alimento. Un viaggio che il cibo non fa da solo, ma accompagnato da una valigia che ne contiene il fardello della memoria, della cultura, della storia e del simbolismo. Il tutto con il sostegno delle composizioni musicali originali di Pablo Salinas per viaggiare anche attraverso la diversità musicale della Spagna e le sue influenze. Da vedere. Per riflettere. metro®

Metro Expo è un allegato speciale di **METRO**, 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. **Direttore Responsabile:** Giampaolo Roidi **Sede legale:** N.M.E. via Carlo Pesenti, 130 00156 Roma **Amministratore Unico:** Mario Farina **Realizzazione:** Effe Editore Srl - Via Carlo Pesenti, 130, 00156 Roma - tel. 06412103200 **A cura di:** Enrica Arcangeli **Foto:** Lapresse, Getty images, Expo 2015 / Daniele Mascolo, Expo 2015 **Pubblicità:** A. Manzoni & C. S.p.A via Nervesa 21, 20139 Milano - tel. 02.574941, www.manzoniadvertising.it **Stampa:** PUNTOWEB srl, via Variante di Cancelliera, Ariccia (Roma) - Via Aldo Moro 2, 20160 Pessano con Bornago (MI) **Diffusione:** per segnalare anomalie: diffusione@metroitaly.it

Primo Piano

La torre era una struttura che pescava l'acqua per portarla ai treni a vapore della Stazione Garibaldi. Ora salva Milano dal grigiore.



Oltre centomila piastrelle colorate donano nuova linfa alla Torre Arcobaleno, simbolo per troppo tempo dimenticato dalla città. Una riqualificazione che è un omaggio a Milano e ai suoi visitatori. Anche questo è l'effetto Expo

UNA TORRE COLORA MILANO

Torna a nuovo splendore la Torre Arcobaleno. Creata nel '64, era ormai lasciata al degrado dopo il primo restyling per i mondiali di Italia '90, il suo restauro riqualifica Porta Garibaldi

L'effetto Expo sta facendo brillare Milano di una luce che, ai piedi della Madonnina, non si vedeva da tempo. Per rendersene conto, basti dare un'occhiata alla Torre Arcobaleno, la cui restaurazione è stata tenuta a battesimo martedì scorso. L'opera è stata portata a termine in 71 giorni grazie al lavoro di 37 addetti, e si inserisce nel progetto Wonderline, sviluppato da Original Designers 6R5 Network che da anni collega al tema del colore iniziative d'arte e architettura. La struttura nel 1964 fu effettivamente



creata come torre piezometrica, una grande cisterna che pescava l'acqua da un fondo e la destinava alle locomotive della Stazione Garibaldi. Quando gli ultimi treni a vapore furono rottamati, nel '73, rimase attiva per

una decina d'anni con il ruolo di portare acqua ai vari servizi della stazione. Poi più nulla, fino a Italia '90. In occasione dei Mondiali di calcio ci fu una prima rigenerazione e la facciata di cemento fu rivestita da

centomila piastrelle colorate. Da allora le venne dato il nome di Torre Arcobaleno. A 25 anni da quel primo intervento, il degrado era tornato prepotentemente. Oltre 5000 piastrelle erano state rovinare, la parte inferiore era diventata giallognola per la polvere di ferro alzata dai treni, mentre quella superiore era oscurata dal grigio dello smog. Un graffito nella parte bassa completava il quadro.

Ma oggi, nell'anno dell'Expo, la torre è tornata arcobaleno per disegnare uno squarcio luminoso nella Milano che ospita il mondo. metropoli

Una storia che viene da lontano,
un presente che guarda al futuro.

Il Gruppo Mapei ha contribuito alla realizzazione di oltre 65 padiglioni, cluster e opere complementari di Expo Milano 2015, fornendo prodotti a clienti ed imprese accreditate. Inoltre ha sponsorizzato con prodotti e assistenza il Consorzio Degoglio Brescia al fine della realizzazione dell'Albero della Vita, il Padiglione USA, il "Sema dell'Altissimo", e ha anche aderito all'iniziativa di Intesa Sanpaolo "Ecco la mia impresa".

mapelfood.com

www.mapei.it

MAPEI

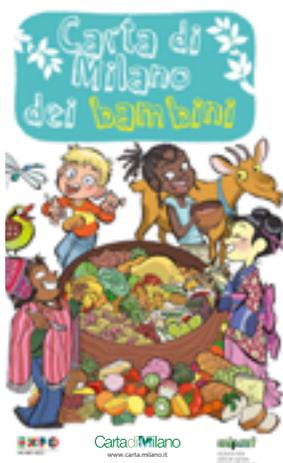
www.mapei.it

IL FUTURO PARTE DA QUI

Anche i bambini firmano la loro Carta di Milano, il documento che Expo 2015 lascia in eredità agli adulti di domani per uno sviluppo sostenibile e un'alimentazione corretta

Un'eredità per le generazioni future. Ecco la missione di Expo 2015. Proprio in quest'ottica si inserisce la Carta di Milano dei bambini, presentata lunedì scorso all'Esposizione Universale e il cui motto è "Cibo buono per tutti". «Expo Milano 2015 è costruita a misura di famiglie e bambini - ha dichiarato Giuseppe Sala, Commissario Unico di Expo delegato del Governo - per questo il tema educativo deve partire dai più piccoli, che costituiscono un tassello fondamentale per

il nostro futuro». La Carta, rivolta ai bambini tra i 5 e i 13 anni, è stata realizzata grazie alla Fondazione Feltrinelli e Laboratorio Expo e divisa in tre sezioni sotto la guida scientifica di Salvatore Veca e molti altri collaboratori. Spiega con un



linguaggio semplice e tanti disegni colorati i concetti base del documento che vuole essere eredità culturale dell'Esposizione Universale: diritti e impegni che cittadini e le imprese possono sottoscrivere per trovare soluzioni comuni per risolvere i problemi legati al cibo e alla malnutrizione. Il documento si apre con una citazione di Gianni Rodari: «Quanto pesa una lacrima? Dipende: la lacrima di un bambino capriccioso pesa meno del vento, quella di un bambino affamato pesa più di tutta la terra». Ma si parla anche di responsabilità dei bambini, perché saranno gli adulti di domani e allora è bene che comprendano alla perfezione la sfida globale dell'Expo: attenzione massima agli sprechi e sensibilità verso il riuso.

mondo[®]
CAMERETTE
ragazzi felici.. genitori di più!

SCONTO
50%
SU TUTTE LE CAMERETTE
NUOVE - DA ORDINARE

OLGIATE OLONA (VA)
via SAN GIORGIO, 12 - PRESSI ESSELUNGA

INAUGURAZIONE
OLGIATE OLONA

SABATO 4
LUGLIO

DIRETTAMENTE DA
ART
ATTACK

GIOVANNI
MUCIACCIA

ci trovi anche a..
ARCORE (MB) - S.GIULIANO M.SE (MI)

Numero Verde
(800 199 018)
www.mondocamerette.it

IL MONDO IN UN VILLAGGIO



C'è un villaggio a Rho dove si mescolano culture e abitudini di 71 Paesi. È la casa dei delegati. Qui si parla italiano, francese, inglese, tedesco, spagnolo, russo, cinese, arabo... e ci si capisce

di Lucio Lavrans

C'è un Expo fuori dalle luci, dalle telecamere, dalla folla del cardo e del decumano della grande spianata di Rho. È quello che si svolge a poche centinaia di metri dal sito dell'Esposizione, a Cascina Merlata, in sette modernissimi palazzi dalle facciate colorate e fra i 10 e i 15 piani d'altezza. È l'Expo Village, la casa di un migliaio di delegati di 71 Paesi diversi, che partecipano all'evento. Luogo inaccessibile, recintato come un condominio esclusivo, il villaggio ha una vita propria, scandita dagli orari del vicino Expo, a cui è collegato da una grande passerella bianca, che passa

sopra l'autostrada Milano-Torino.

Al mattino, dal portone di acciaio escono a frotte i delegati, spesso vestiti coi costumi nazionali, incamminandosi verso il sito espositivo in una colorata processione che risuona di accenti di ogni continente. Un flusso ininterrotto per un'ora, che si inverte, a sera, quando i padiglioni di Expo si chiudono. Con le sue architetture moderne, con i suoi grandi spazi, l'Expo Village ricorda un villaggio olimpico in sedicesimo, con aree comuni - dalle lavanderie all'ambulatorio, al luogo di preghiera multiconfessionale - dove gente di culture e tradizioni diverse si mescola. Accade anche

nella modernissima palestra, dove si possono vedere belle kazake correre sui tapis roulant a fianco di aiutanti svizzeri tedeschi, oppure atletici delegati caraibici sfidare nelle flessioni gli omologhi cinesi. Una diversità impegnativa da gestire, per questo il Village è stato affidato da Expo alla Fondazione Collegio università milanesi, che vanta un'esperienza pluridecennale nell'accoglienza di studenti, anche stranieri. Fondazione che ha organizzato una reception con 12 giovani laureati in lingue, aperta notte e giorno, dove si parlare arabo, cinese, russo, oltre che spagnolo, inglese e francese, e anche uno sportello di mediazione

culturale, per prevenire le tensioni interetniche e religiose. Per adesso, dicono all'Expo Village, nessun problema, anzi lo sportello è servito a sensibilizzare lo staff e quindi, tramite la reception, anche gli ospiti, sul Ramadan in corso, che coinvolge alcune centinaia di ospiti islamici, provenienti soprattutto dai paesi del Golfo. Forse anche, per questo, a sera, dopo il tramonto, nell'area relax del villaggio, quando la delegazione del Qatar offre a tutti Balaliat, un piatto a base di riso, pollo, cardamomo, e thè allo zafferano, si uniscono spesso delegati di altri Paesi. Nutrire il pianeta, come dice lo slogan di Expo, anche di tolleranza.

Scopri qui il tuo affare, e risparmi.



Diventa proprietario e risparmi 5-10-15%
ORA IN
**PRONTA
CONSEGNA**

classe energetica A+ I.P.E. edificio L1 11,59
kWh/mq, valore di progetto

È il momento giusto per fare buoni affari con gli appartamenti in pronta consegna qui a Segrate, nella più prestigiosa classe energetica A+, vicino ad un parco cittadino di 50.000 mq. con centro sportivo polifunzionale.

Chiamaci e parliamone.



GIARDINI MILANO® LIFE

Abita subito il tuo nuovo appartamento.

 **cmbcasa.it**

info ► **via Trento 38, Segrate**

► 02 21.35.468 ► www.giardiniMilanoLife.it

Made in Italy



Gualtiero Marchesi
Ambassador Expo.

“Basta che questo Paese lo voglia ed è capace di saltare qualsiasi ostacolo. Ricominciamo, oggi, a saltare gli ostacoli che abbiamo di fronte e tutti, noi per primi, ritroveremo l'Italia che si fa rispettare, forse anche temere»

IL RIVOLUZIONARIO

Gualtiero Marchesi, Ambassador di Expo 2015, va oltre le apparenze dell'Esposizione universale :
 “Per realizzare qualcosa, bisognerebbe decidere cosa fare di questo Pianeta.
 Noi possiamo fare poco, forse solo la rivoluzione”. E lui, la sua, la sta facendo da sempre

di Francesca Guinand



Primo a ricevere le Stelle Michelin in Italia (nel 1985) e primo a rifiutare il giudizio delle guide più famose del mondo culinario (nel 2008). Lo chef Gualtiero Marchesi, milanese doc, è nato nel 1930 nell'albergo “Mercato” dei genitori. Dopo aver girato mezzo mondo, apre il suo primo ristorante nel 1977 in via Bonvesin de la Riva a Milano. Dove solo un anno fa ha inaugurato l'Accademia Gualtiero Marchesi. Un po' un “ritorno al futuro” per lui. Oggi, in veste di Ambassador di Expo 2015, ha dichiarato che l'esposizione universale «è una grande occasione per dimostrare quello che possiamo fare. Sottolineo “possiamo”, perché basta che questo Paese lo voglia ed è capace di saltare qualsiasi ostacolo. Ricominciamo, oggi, a saltare gli ostacoli che abbiamo di fronte e tutti, noi per primi, ritroveremo l'Italia che si fa rispettare, forse anche temere». A Metro confessa che «tanti ci vanno solo per lo “spettacolo”, e a me sembra solo una fiera. Per realizzare qualcosa, bisognerebbe decidere cosa fare di questo Pianeta. Noi possiamo fare poco, forse solo la rivoluzione». Marchesi fa parte delle principali associazioni mondiali che promuovono l'alta cucina: Les Grandes Tables du Monde, Les Grands Chefs Relais & Chateaux, Le Soste. E spiega che «tutta la cucina è alta, quando è fatta bene. Certo, se si usano le materie prime costose come il caviale o le aragoste, hanno un costo elevato. Ma qualcuno si è inventato la cucina pop: hanno fatto una formula con elementi per i quali non si spende tanto. In fondo basta eliminare le cose costose. Ma se sappiamo rispettare la materia

OMNIUM
SERVIZI IMMOBILIARI



**CESANO
BOSCONE**



BILOCALI/TRILOCALI AFFITTO + SPESE da € 500/MESE

Milano tel. 02.89620880 - Cesano Boscone tel. 02.49751286

prima, la semplicità è la prima cosa». Rispettare la materia è un mantra per il primo chef stellato d'Italia. Anche per questo Marchesi dichiara di amare così tanto la cucina giapponese: «Adoro il Giappone - confessa lo chef a Metro - per il semplice motivo che sanno rispettare la materia prima, il cibo. Noi non dobbiamo fare la cucina giapponese, ma imparare da loro a fare quello che fanno: la semplicità vuol dire esaltare i cibi» spiega lo chef. Il legame con il Paese asiatico ed il Maestro è ormai consolidato. Oltre ad aver aperto ristoranti laggiù, nell'ambito del suo impegno come Ambascador di Expo, Marchesi ospiterà il prossimo 12 e 13 luglio nella sua Accademia e nel ristorante Il Marchesino alla Scala l'evento "Cucine del mondo": un corso e una degustazione con i maestri di Ginza sushi Kou, due stelle Michelin, e i professori dell'Accademia Hattori. Ma la sua passione per la cucina semplice e rispettosa delle materie prime, non va di pari passo con la moda diffusa in Italia in questo momento per la "cucina del benessere". «Socrate diceva: "il cibo sia la tua medicina". Ma questa moda per la cucina del benessere di

oggi non la condivido, perché se ne parla solo. Se il cuoco si rendesse prima conto che deve conoscere la materia e non distruggerla, saremo già avanti. Il cuoco deve cucinare in maniera corretta, e non deve fare pasticci. Poi il cliente anche deve sapere cosa mangiare» riflette lo Chef. Che continua: «Anche tutto questo parlare di cucina a Km 0, che vuol dire? Il pesce di acqua salata ha un sapore diverso, ma non dobbiamo snobbare il pesce di lago. La nostra è una cucina microclimatica, non a Km 0. Perché è il microclima che detta quello che dobbiamo mangiare. Adesso anche in montagna vogliono il pesce di mare, ma ci sono i gamberi di lago qui sul lago di Como vicino Milano, che sono buonissimi». Lo Chef Marchesi per la sua ricetta dedicata ad Expo 2015 ha scelto il grano, perché lo ama: «Ognuno di noi ha un antenato che zappava la terra e aspettava i frutti come si attende

un figlio. Cacciare può essere eccitante, ma coltivare ci fa sentire meno indifesi. I greci usavano una bellissima metafora, chiamando gli uomini: mangiatori di pane, il contrario di bruti. Anche se furono gli arabi a inventare i maccheroni, la pasta è l'ingrediente che più ci caratterizza». Quindi per Expo ha creato la ricetta "I trucioli di Marchesi allo zafferano". Il Maestro si è ispirato all'amico Maurizio Riva, grande imprenditore del legno. Il truciolo non è altro che una conchiglia incompiuta, una spirale aperta che si può anche gustare, e da residuo, da rifiuto, si trasforma in una scultura, che ricorda la corolla di un fiore o una rosa del deserto. Arte nel piatto, insomma. In perfetto stile Marchesi.



la ricetta

Il piatto per Expo

I TRUCIOLI
DI MARCHESI
ALLO ZAFFERANO

Ingredienti
per 4 persone:
- gr. 320 trucioli
- gr. 80 burro
- gr. 20 riso crunchy
nero
- gr. 1 zafferano
in stigmi
- gocce di limone
- sale fino

Mettere lo zafferano in infusione in poca acqua calda per 20 minuti. Sciogliere il burro in una casseruola a fuoco basso per evitare che sfrigoli, aggiungere alcune gocce di limone, aggiungere di sale ed emulsionare con l'infusione di acqua e zafferano; tenere in caldo. Cuocere i trucioli di pasta in abbondante acqua salata fino a cottura, scolare, condire con la salsa allo zafferano, impiattare preferibilmente su un piatto nero, cospargere con i chicchi di riso crunchy nero e servire.

NAVIGA IL LAGO DI COMO

...Ogni volta sull'onda dell'emozione



navigazionelaghi.it





nei negozi: **SPECIALE BIRRA**

fino al 15 luglio

VINO GARZELLINO IGT
CIV & CIV
Secco o dolce
0,75 Lt (€ 2,65 al Lt)

€ 1,99

BIRRA
BAVARIA
66 cl (€ 1,20 al Lt)

€ 0,79



DETERSIVO POLVERE
LAVATRICE
SOLE
100 misurini

€ 7,99



GELATO
BARATTOLINO
SAMMONTANA
gusti assortiti
500 g
(€ 2,96 al Kg)

€ 1,48



€ 1,99



YOGURT ACTIMEL
DANONE
gusti assortiti
conf. 6 vasetti da 100 g
(€ 3,32 al Kg)

OLIO
EXTRAVERGINE
DI OLIVA
FARCHIONI
1 Lt (€ 3,99 al Lt)

€ 3,99

acquisto
massimo
6 PEZZI



€ 1,79

Jocca KRAFT
conf. 2 porzioni da 150 g
(€ 5,97 al Kg)



€ 4,99

50 GHIACCIOLI
ALPIGEL
gusti assortiti
3,5 Kg (€ 1,43 al Kg)

PREZZI IMBATTIBILI

www.superdi.it

OLTRE 700 PRODOTTI IN OFFERTA!

Mondo Expo



Un modello vincente

Diciassettemila pezzi di legno fanno da cornice a uno dei padiglioni più all'avanguardia dell'Expo che l'11 luglio celebra il National Day. Intanto la dieta made in Japan punta al riconoscimento Unesco come bene dell'umanità



Artigianale eppure hi tech, con i piedi saldi nella tradizione e lo sguardo già spinto verso il futuro. Il padiglione del Giappone è lo specchio fedele di uno dei Paesi, e delle culture, più affascinanti di tutto il pianeta. E sabato 11 luglio sarà ancora più sfarzoso, vestito a festa per celebrare il National day nipponico all'Expo. Una data imperdibile per visitare una delle strutture più belle dell'intera Esposizione: una struttura composta da diciassettemila pezzi di legno incastrati tra loro in modo da lasciar penetrare la luce del sole, ospita un ristorante da dieci tavoli sedendosi ai quali è possibile fare un pranzo virtuale. Il cibo, infatti, appare sul piano del tavolo con una spiegazione delle sue caratteristiche. È proprio questa l'idea alla base

di tutto, proporre la propria cultura alimentare come esempio di nutrimento sano, sostenibile ed equilibrato, come modello per alleviare i problemi mondiali relativi alla fame e all'ecologia. Allo stesso tempo, è la giusta occasione per rilanciare l'immagine del Paese dopo il terremoto del 2011. Il governo lavora dal 2005 per educare le famiglie alla consapevolezza alimentare e si sta impegnando per far riconoscere dall'Unesco la propria dieta come patrimonio dell'umanità. Il tutto alla propria maniera, una fusione tra tradizione e modernità, rispetto dell'ambiente e perfezione estetica. Il padiglione si estende su 4.170 metri quadri, costruito con materiali naturali come bambù e legno, tutto integrato da tecnologie informatiche e sistemi per il risparmio energetico. metr®



PALAZZO BELTRADE:

ESPRESSIONE DELL'ABITARE MODERNO.



A pochi passi da Piazza Duomo, in Piazza S. Maria in Beltrade, si manifesta **l'espressione più raffinata ed elegante dell'abitare moderno**. La coerenza stilistica meticolosamente perseguita dal Portaluppi rende Palazzo Beltrade un precursore del design contemporaneo. Le **ampie vetrate** che donano agli ambienti interni una straordinaria luminosità e le **sorprendenti terrazze** che dominano il panorama della Milano storica sono i preziosi segreti racchiusi in Palazzo Beltrade.



VENDITA PALAZZO BELTRADE

- Dal bilocale fino all'attico con ampie terrazze con vista panoramica
- Tecnologia all'avanguardia nel rispetto dell'ambiente e del risparmio energetico
- Materiali di grande pregio
- A pochi passi, le principali attrazioni artistiche, culturali e commerciali di Milano
- Classe energetica B Eph: 37,48 kWh/m²a

SANTANDREA
luxury houses

Siamo a vostra completa disposizione per ogni ulteriore informazione:
Via Torino 22 - Milano • +39 02 89.00.571
info@palazzobeltrade.it • www.palazzobeltrade.it

Agenda

Una settimana che vede protagonista il Cluster Cereali e Tuberi con una serie di iniziative e National Days. E mentre Expo Milano 2015 si prepara alla giornata del Giappone, l'Azerbaijan dà spettacolo.

a cura di Alanews e Metro

#500DAY

Il cinquantesimo compleanno della Fiat 500 inizia a Expo dove gli Stati Uniti brindano con il loro partner commerciale ma continua al Parco Sempione per tutta la giornata di sabato 4 luglio con una grande festa con artisti di strada, tanti ospiti e i DJ di Radio 105.



L'INDEPENDENCE DAY ALL'EXPO

Gli Stati Uniti festeggiano il 4 luglio il loro 239° compleanno e lo fanno alla grande anche intorno al loro padiglione di Expo. Si inizia alle 10 con l'alzabandiera all'Expo Center per poi continuare con la parata lungo il Decumano dei Trojans, la banda della University of Southern California con tanto di cheerleaders. Per tutta la

giornata la terrazza del Padiglione USA si trasformerà in un grande picnic con giochi, dolci e intrattenimenti vari in salsa a stelle e strisce.



INTOLLERANZE ALIMENTARI

- DIFFICOLTÀ A DIMAGRIRE
- STANCHEZZA NON GIUSTIFICATA
- ADDOME CHE TENDE A GONFIARSI
- VERTIGINI
- UNGHIE FRAGILI
- ANSIETÀ INGIUSTIFICATE
- SVOGLIATEZZA MENTALE
- COLITI
- STITICHEZZA
- DOLORI MUSCOLARI
- PRURITI CUTANEI
- FACILITÀ ALLE INFEZIONI DA CANDIDA
- CISTITI SENZA EVIDENZE BATTERICHE
- FACILE CADUTA DEI CAPELLI
- FORFORA
- FREQUENTI MAL DI TESTA
- RITENZIONE IDRICA E CELLULITE
- FACILITÀ ALLE ALLERGIE PRIMAVERILI

SONO TUTTI SINTOMI CHE, SINGOLARMENTE O COMBINATI FRA LORO, POSSONO ESSERE CAUSATI DA UNA INTOLLERANZA ALIMENTARE FACILMENTE INDIVIDUABILE DAL

VEGA TEST



Per i lettori di Metro che entro il **5 Luglio** chiameranno i numeri di tel: 0276022924 - 0276023417 studio medico Corso Europa, 14 Milano, avranno diritto a uno sconto del 20% per il Vega Test



Le immagini che rappresentano l'immobile non costituiscono alcun elemento contrattuale né di misura. Appartamenti in classe energetica A, I.P.E. 14/28 kWh/m2

Abitare all'Aventino.

**SONO IN VENDITA GLI APPARTAMENTI
DI DOMUS AVENTINO.**

- Posizione esclusiva nel cuore dell'Aventino
- Oltre 60 appartamenti già venduti nell'edificio centrale
- Arredi Made in Italy • Tecnologia domotica e classe energetica A • Box auto privati • Area fitness
- Servizio Post Vendita incluso.



VISITA IL NOSTRO UFFICIO VENDITE: 06 85 19 700 - Via di Santa Prisca, 28 - Roma

Commercializzata da

SANTANDREA
luxury houses

domusaventino
La tua nuova casa nel cuore di Roma

ALL'EXPO A NUOTO

Lo scorso anno Ernst Bromeis, 47enne dei Grigioni, ha impiegato 44 giorni per nuotare i 1247 chilometri dalla sorgente del Reno al suo sbocco nel Mare del Nord. L'impresa di quest'anno è sicuramente di dimensioni più umane: lo svizzero parte il 7 luglio da Locarno per raggiungere a nuoto l'Expo attraverso il Lago Maggiore, il Ticino e il Naviglio. Il percorso, nei piani di Bromeis, dovrebbe richiedere un paio di giorni e pertanto il suo arrivo nei pressi dei Expo è atteso per giovedì 9 luglio



IL GIORNO DI HAITI, CONDIVIDENDO L'EREDITÀ

Una settimana densa di eventi quella al Cluster dei Cereali e Tuberi. A fare la sua parte è anche la Repubblica di Haiti che il 10 luglio festeggerà il suo National Day. Tra parate d'onore, balli in costume tipico e degustazioni per i visitatori, l'incantevole terra presenta al mondo il suo messaggio per questo Expo: valorizzare l'eredità storica dei nativi americani legata alla cultura dei

cereali e dei tuberchi che rappresentano la ricchezza dell'alimentazione degli oltre 10 milioni di persone che popolano il paese caraibico. Ma non solo, Haiti vuole condividere questa eredità con coloro che visitano l'Esposizione Universale e che, a loro volta, possono arricchirla attraverso una chiave di lettura personale. Per questo nel Cluster mette in mostra i sistemi trovati per coniugare la tradizione culturale con l'innovazione, grazie agli sforzi che il governo sta attuando per migliorare la qualità e la quantità della produzione di cereali e tuberchi. Il tutto in un padiglione su due piani dove prende vita un ensemble di tradizioni e sapori che affonda le sue radici nella cultura francese e spagnola, passando per il continente africano.



Miss Haiti Universe: la bellezza a Haiti è di casa.

La festa del Burundi

È fissata per il 5 luglio al Cluster del Caffè il National Day del Burundi che, il primo luglio ha festeggiato la sua giornata dell'indipendenza ottenuta nel 1962.

F Fashion City Outlet®
SAN GIULIANO

MY
FASHION
SUMMER

SALDI DAL 20% AL 70%
SPRING - SUMMER COLLECTION

A SOLI 10 MINUTI DA MILANO!



LA DIMORA DELLA **TRADIZIONE MILANESE**



Il complesso di **pregio architettonico**, oggetto d'interesse monumentale, sorge all'interno del **tessuto storico cittadino** di S. Ambrogio, in **Via Lanzone**, in un'area a spiccata vocazione residenziale e caratterizzata dalla presenza dell'Università Cattolica del Sacro Cuore.

Nell'intero edificio si leggono chiaramente i segni della autenticità: dai tratti principali delle facciate fino ai particolari del portone intarsiato interno e delle decorazioni lignee dell'area del casellario di posta che disimpegna la portineria.

VENDITA VIA LANZONE

- **Appartamenti di varie metrature da personalizzare internamente**
- **Soluzioni ideali come investimento e come residenza**
- **Contesto di grande riservatezza**
- **Location strategica per il raggiungimento del centro cittadino**

Unità immobiliari non soggette ad obbligo di certificazione energetica ed unità immobiliari in classe F (Eph 54.64 kwh/m³a - cat. A10) e G (Eph da 226.25 kwh/m²a - cat. A3)



Per ogni ulteriore informazione:
+39 02 77.55.343
frazionamentiecantieri@gabetti.it

gabetti
FRAZIONAMENTI



Cluster cereali e tuberi

Scatta l'ora dell'aperitivo

Tutti i giorni dalle 19 alle 21, gli speaker di Radio2 curano il Dj Set che accende l'happy hour dell'Expo. E tra musica, balli e cocktail, nel cluster più trendy del polo espositivo la notte si fa piccola

di Flavio Di Stefano

Dalla mattina fino al calare del sole, Expo è un evento da vivere a 360 gradi. Perché all'ora del tramonto arriva l'appuntamento più cool con l'aperitivo dell'Esposizione a ritmo di musica. proprio così, a luglio si inaugura l'happy hour che, tutti i giorni dalle 19.30 alle 21.00, allietterà le serate degli ospiti del polo fieristico di Rho. La location è il Cluster Cereali e Tuberi, senza ombra di dubbio uno dei più festaioli dell'Esposizione. Ovviamente, oltre ai cocktail, sarà possi-

bile assaggiare le prelibatezze del buffet. Ma non finisce qui, perché i conduttori musicali di Radio2 si alterneranno alla consolle per i Dj set di accompagnamento. Ogni protagonista, una proposta differente. Elisa Bee, ad esempio, porterà le sue commistioni di tempi e spazi diversi: miscele House, sapori Techno, passato, contemporaneità e futuro, mentre Gianluca Quagliano, intratterrà i visitatori di Expo con l'energia dell'hip hop. E poi c'è il guru dell'elettronica, Lele Sacchi, protagonista delle consolle

non solo italiane da oltre vent'anni che è anche uno dei più fulgidi esempi di vero suono globale. Ma tra i Dj più attesi c'è anche Carlo Pastore, conduttore di Babylon, in onda il sabato e la domenica alle 21.00. Pastore, secondo cui la musica è cibo per l'anima, si troverà particolarmente a suo agio nel contesto dell'Expo. Matteo Bordonone aprirà ai visitatori dell'Expo il suo spazio domestico, familiare, invitando il pubblico ad accomodarsi per ascoltare musica e storie. Lo spettacolo sta per iniziare, non vi resta che

mettervi comodi, l'unica cosa di cui dovrete preoccuparvi è la scelta del drink da accompagnare ai vassoi da cui potete servirvi. Mentre domenica 5 luglio, dalle 15 alle 18, l'appuntamento è con lo show cooking del cluster Cereali e Tuberi. Debora Cantarutti, Clara Granatieri e la chef Laura Farassino ci accompagneranno in un percorso chimico-gastro-nomico che ha per tema la centralità dei cereali dall'antipasto al dolce. L'obiettivo è riscoprire il valore dei cereali integrali e dei semi antichi in chiave molecolare.

LO STUPORE DELLA PERLA DEL CAUCASO un padiglione di effetti speciali

L'Azerbaijan, dopo i recenti Giochi Europei di Baku, non dovrebbe più stupirci con i suoi incredibili effetti speciali. Ma per il suo Nationa Day prevediamo di doverci ricredere. Già guardando il padiglione si capisce che stupire è la cosa che gli riesce meglio. Un susseguirsi di spettacolari sorprese aspetta il visitatore che viene invitato a seguir eun percorso che si snoda attraverso tre sfere di vetro su più livelli e che siboleggiano le tre diverse biosfere: i paesaggi, le 9 zone vlimatiche azerbaijiane e la cultura tradizionale mista a innovazione. Non a caso il suo messaggio per Expo 2015 è "Azerbaijan - Treasure of Biodiversity". I tre livelli sono collegati da scale mobili, a sottolineare come il



paese abbia da sempre svolto la funzione di 'ponte' fra Nord e Sud, Est e Ovest del mondo. E al centro, le mille lamelle di legno, rappresentano un albero capovolto. Inutile dire che tra tutto questo ci si muove su alta tecnologia, tra i sorrisi dei delegati che con l'ospitalità tipica dell'Azerbaijan invitano a gustare piatti locali e ammirare le bellezze del posto sui dispositivi che spuntano tra le quinte di una stupefacente scenografia.



ALLA SCOPERTA DELL'ETNA

Dal 6 al 19 luglio, all'interno del cluster Bio-Mediterraneo saranno protagonisti i prodotti del vulcano siciliano: il vino tipico dell' Etna, l'arancia rossa, il fico d' India, il pistacchio, l' olio, le mele dell' Etna e tutti i prodotti d'eccellenza dell'area etnea. Da gustare anche con gli occhi.



IMV ITALIAN
EXPO 2015 | MAKERS
VILLAGE
Italian Excellence, Food & Style

Discover the real Italian excellence.

Milano, via Tortona 32

Tutti i giorni degustazioni gratuite
di prodotti regionali e birre artigianali

INGRESSO LIBERO

FUORI EXPO BY Confartigianato Imprese

Con il patrocinio di

Un evento

Scopri le bellezze dell'Emilia Romagna
a Italian Makers Village, fino al 29 giugno!

Sabato 27 giugno

INGRESSO
GRATUITO

Cristiano Militello

da Striscia La Notizia
Spettacolo Live – dalle 21.00



Sabato 27 e domenica 28 giugno

Pastry & Kids – dalle 14.00 alle 17.00

Lunedì 29 giugno

INGRESSO
GRATUITO

Gualtiero Marchesi

Chef Ambassador di Expo Milano 2015
presenta "La cucina italiana, Il grande ricettario" – dalle 18.30

**Dal 02 al 06 luglio IMV ospita
il Friuli Venezia Giulia!**

Seguici su:

italianmakersvillage.it

LA SVIZZERA TRA SPORT E SALUTE

Si parla di attività sportiva, nutrizione e salute, mercoledì 8 luglio alle 16 al Padiglione Svizzero e a parlarne sono relatori d'eccezione come l'ex-atleta Fiona May, due argenti olimpici e due ori mondiali nel Salto in Lungo e ora coordinatrice della Commissione della FIGC per l'integrazione e la lotta al razzismo, e Luca Gatteschi, medico nutrizionista della Nazionale di Calcio.



IL SONGKRAN FESTIVAL

Domenica 5 luglio il padiglione della Thailandia permette di rivivere le cerimonie che vanno in scena nei giorni del capodanno (a inizio aprile) a Bangkok quando celebrano bellezza, gratitudine e felicità attraverso l'acqua. Le bandiere dello Zodiaco, il bagno del Buddha, la danza tradizionale con le canne di bambù, il tutto accompagnato dai dolci della cucina thai e dalle immancabili 'battaglie' a suon di spruzzi e secchiate d'acqua.



UN MARTEDÌ A TUTTA BIRRA

È la "Birra Ufficiale di Padiglione Italia", riconosciuta dalla Regione Lombardia come prodotto tipico lombardo in qualità di Birra della Valganna e il suo marchio è presente da oltre 140 anni. Parliamo del Birrifico Angelo Poretti che, martedì 7 luglio, presenterà "Angelo Pale Ale". Un gusto velatamente speziato che si completa con i sentori floreali conferiti dal luppolo dando vita ad una brillante commistione di profumi. Per le 6 degustazioni previste dalle 13 alle 18 (una ogni ora) il birrifico ha scelto di "unire l'Italia" proponendo abbinamenti con prodotti selezionati da Alma, scuola internazionale di cucina italiana, come il capocollo pugliese di Martina Franca e il formaggio stagionato di capra dell'alta valle molisana del Biferno.

GreenAgency
real estate

www.greenagency.it - tel. 335 54 44 491

In Milan, Green Agency offers for sale directly by construction company last available penthouses, lofts and apartments configurable according to your lifestyle or work, in a modern building with energy standards for Class A and exclusive residences in Sardinia.

VILLE E DIMORE ESCLUSIVE IN COSTA EMERALDA



MERAVIGLIOSE VILLE E RESIDENZE CON GIARDINO PRIVATO E PISCINA AFFACCIATI SU PORTO CERVO.

LOFT E ATTICI DI PRESTIGIO A MILANO MECENATE



IN VIA QUINTILIANO IN UN MODERNO EDIFICIO CON STANDARD ENERGETICI DI CLASSE A. DISPONIBILI ULTIMI ATTICI, LOFT E APPARTAMENTI CONFIGURABILI SECONDO IL TUO STILE DI VITA O DI LAVORO.

HONDA
The Power of Dreams

Nuovo Honda CR-V. La perfezione continua.



Il SUV più venduto al mondo evolve ancora grazie al nuovo **1.6 diesel 160 CV**, disponibile anche con **cambio automatico 9 rapporti**, che garantisce emissioni, prestazioni e consumi ai vertici della categoria. Sistemi avanzati di **connettività, infotainment e sicurezza attiva** per un comfort di guida mai provato prima.*

Scopri lo negli showroom Honda.

honda.it  Honda Auto Italia

*Fonte Focus2Move, classifica globale 2014. Consumi gamma CR-V: ciclo urbano/extraurbano/combinato (l/100 km): da 4,6 a 10 / da 4,2 a 6 / da 4,4 a 7,5. Emissioni di CO₂: da 119 a 175 g/km.



MI AUTO

Milano - Viale F. Testi, 25 - Tel. 02 66 10 53 95
Seregno (MB) - Via Dublino, 70 - Tel. 0362 22 89 11

AUTONORD

Bellusco (MB) - Tel. 039 60 21 578

RADAELLI

Bergamo - Tel. 035 35 57 36
Treviglio (BG) - Tel. 0363 48 066

EUROCAR

Montagna in Valtellina (SO)
Tel. 0342 20 03 36

NIPPO MOTORS

Varese - Tel. 0332 28 65 50

DECAR

Cinisello Balsamo (MI) - Tel. 02 66 01 50 45

INTESA

Lainate (MI) - Tel. 02 93 79 64 56

SIMA

Liscate (MI) - Tel. 02 95 35 12 58

EMMEDI AUTO

Melegnano (MI) - Tel. 02 98 23 63 67

PAGANI

Magenta (MI) - Tel. 02 97 29 01 70

BAR TO BAR

Un percorso per intenditori quello che si snoda nelle Langhe andando dal Barolo al Barbaresco. Sette tappe in 124 chilometri da scoprire girovagando, tra vigneti e castelli



Credit Photo: Archivio -Ente Turismo Alba Bra Langhe Roero

No, non è un itinerario da un bar all'altro, ma un percorso enogastronomico d'eccellenza che attraversa le Langhe passando tra le colline

vitae e il fiume Tanaro alla scoperta dell'area del Barolo prima e di quella del Barbaresco poi. Borghi incantati, castelli arroccati sulle sommità delle colline, gioielli ricchi d'arte e

cultura mischiati al profumo del vino sono i regali di questo viaggio in un territorio che appare senza tempo. Si inizia dalle colline del Barolo, il "re dei vini" dove, tra i filari, svettano castelli e fortezze medievali, come i castelli di Serralunga, di Barolo, di Roddi, di Castiglione Falletto, di Grinzane Cavour, residenza dello statista e produttore di vini Camillo Benso, conte di Cavour. Da qui si va nell'Alta Langa, a confine con la Liguria. È la parte più selvaggia e impervia del territorio, dove le colline sono troppo alte per permettere la coltivazione della vite; per questo sono caratterizzate da nocioleti, pascoli e boschi. Poco oltre il panorama si distende per dar spazio ai vitigni del Barbaresco, grande e nobile vino di territorio. Così, tra scorci mozzafiato, cantine e botteghe, il viaggio prosegue dolce, interrotto da gustose soste nelle cucine locali dove assaggiare, perché no, prodotto d'eccellenza delle Langhe: il tartufo bianco. **metr**

UN VIGNETO IN CITTÀ

Non è una favola, ma un evento visibile fino al 10 settembre in Piazza Sant'Ambrogio. Qui c'è il Milano Wine Garden, un luogo di incontro, un vigneto nel centro della città, con varietà e sistemi di colture diversi che offrono una visione diretta del sistema di coltivazione delle viti e della produzione del vino in Italia. All'interno un bistrot, un bookshop e un'enoteca. Aperto fino alle 23,30.


 Fondazione ITS del Turismo e dell'ospitalità presenta
IATH
 Vuoi fare del turismo il tuo futuro lavoro?
L'OSPITALITÀ È ARTE. VIENI A IMPARARLA!

<p>CORSO IFTS MANAGER DI HOTEL E RISTORANTI INTERNAZIONALI</p> <p>2 anni - 2000 ore totali di cui 700 di tirocinio formativo.</p> <p>Titolo di studio: Diploma di Tecnico Superiore a VP livello EQF, rilasciato dal Ministero dell'Istruzione.</p> <p>A chi si rivolge: Studenti con diploma di scuola secondaria superiore.</p> <p>Costo d'iscrizione 1.800€ all'anno.</p>	<p>CORSO IFTS GLOCAL CHEF</p> <p>1 anno - 900 ore totali di cui 280 di tirocinio formativo.</p> <p>Titolo di studio: Certificato di Specializzazione Tecnica Superiore (STP) livello EQF, rilasciato da Regione Lombardia.</p> <p>A chi si rivolge: Studenti con diploma professionale di II annualità.</p> <p>Il corso, del valore di 1.800€, è GRATUITO.</p>
--	--

Sede del corso
 Villa Bernasconi - Cernobbio (CO)
 Info e iscrizioni
031 341873 • info@iath.it • www.iath.it
 I corsi si svolgeranno da ottobre 2015 a luglio 2016



DA NOI L'ONESTÀ PAGA DI PIÙ

L'ORO È SALITO!!!
LO SAPEVI?
NOI TE LO
PAGHIAMO DI PIÙ!



GIOIELLI IN VENDITA A METÀ PREZZO

**PRIMA DI VENDERE
PASSA A TROVARCI!**

MILANO

- Viale Abruzzi 16
- Viale Corsica 86
- Via Porpora 63

RHO

- C.so Europa 209
(fronte Ospedale)

MILANO

- Via Vitruvio 5
- Viale Abruzzi 64

SESTO SAN GIOVANNI

- Via Montegrappa 238

Servizio Clienti Gratuito

800 58 69 69

www.oro-express.it

**OGGI ACQUISTIAMO
IL TUO METALLO A**

QUOTAZIONI

ORO PURO €/gr

32,50

ORO USATO €/gr

22,70

ARGENTO PURO €/kg

350,00

Settimana
dal **4** luglio
all' **11** luglio

Appuntamenti

Palazzi colorati, installazioni sorprendenti, hangar come gallerie d'arte. Ecco la Street Art che invade Milano. Come pure farà la musica con i grandi concerti di Tiziano Ferro a San Siro e il blues di Treves e la sua Band a Carroponate.



Tresoldi e Borondo
Bicocca

Nella foto in alto:
Never2501
via Simoni
(Quarto Oggiaro)



Street Art
quando il museo è a cielo aperto

C'è tempo fino al 31 luglio per ammirare le opere di nove artisti internazionali che hanno realizzato il primo grande evento di Street Art a Milano, tanto da ottenere non solo il patrocinio del Comune, ma anche uno spazio comunale (l'hangar di Via Amari, dove si può vedere un iterno del francese C215) dedicato all'iniziativa. Ma la Street Art non si è fermata qui, anzi. Oltre a quella di Via Amari, infatti, è stata allestita una mostra presso l'Istituto Cervantes con i lavori degli spagnoli Sam3



C215
indoor Via Amari

e Borondo. Quest'ultimo ha anche realizzato un'opera per la facciata dell'istituto, visibile da Via Dante. E altre tre zone chiave di Milano sono state 'occupate' dall'arte. Si tratta di piazza dell'Ateneo Nuovo dove è stata realizzata un'installazione di Edoardo Tresoldi su una parete di Borondo, di via Simoni a Quarto Oggiaro dove un'intera facciata è stata dipinta dall'inglese Never2501, e di via Vittani dove si è cimentato Max Rippon. Gli altri artisti presenti sono Atomo, BR1 e Sten Lex.

Il terzo paradiso

Inizia il giorno 8 un evento artistico unico nel suo genere: Alma Mater, la nuova straordinaria creazione multimediale di Yuval Avital. Una scena allegorica di 1.200 metri quadrati con una foresta di 140 altoparlanti che unisce tradizione, tecnologia, arte, suono, design e artigianato che evoca l'antico simbolo femminile della maternità. Un viaggio verso "Il Terzo Paradiso", che si snoda attraverso il legame tra passato, presente e futuro.

Fabbrica del Vapore
Via Procaccini, 4

Quand l'arte è irregolare

Alla Galleria Maroncelli una mostra di singolare bellezza: "Furtiva e selvatica come una cerva. Capolavori dell'Arte Irregolare italiana". Un omaggio alla città di Milano in occasione dell'Expo 2015, per contribuire al messaggio "nutrire" il pianeta, con il cibo dell'anima che l'Art Brut sa offrire in una collettiva di sette maestri italiani dell'Arte Irregolare: Umberto Bergamaschi, Curzio Di Giovanni, Pietro Ghizzardi, Agostino Goldani, Tarcisio Merati, Franca Settembrini e Carlo Zinelli. In via Maroncelli, 12



Arte

Cosa & Dove

Spezie
e libri
dal mondo

Dal 10 al 13 luglio

Archivio Dedalus
Via Pietro
Custodi, 18

Conoscere il mondo attraverso l'aroma delle spezie e la letteratura. Questo si propone l'Associazione Dedalus che, ogni giorno, incontrerà il pubblico per raccontare i diversi Paesi in un viaggio tra spezie, libri di poesia e materiali provenienti dai diversi continenti.

Sport

FLUORUN, LA CITTÀ SI ILLUMINA



Non stupitevi se venerdì 10 luglio parco Sempione brillerà di mille colori: è la Fluo-Run, la corsa 'illuminante' all'interno del parco milanese. Armanti di T-shirt, cappellini, occhiali, braccialetti, laser, torce, tutto rigorosamente fluorescente, i runner porteranno a termine il loro percorso (da 9-8,2 -7,5 o 6,4 km.) tra mille bagliori, musica, dj set, show, intrattenimenti e tanto divertimento. L'appuntamento è alle 20 di venerdì a parco Sempione (partenza alle 21) e, dopo la corsa, runners e spettatori saranno i protagonisti del Fluo Party. **Per informazioni: www.fluorun.it**



Al 2 di Corso Venezia, nel cuore di Milano, una grande mostra: "Football Heroes - Storie di calciatori". Palloni, maglie, tute, scarpe appartenute a sportivi leggendari che hanno reso grande il calcio nel mondo.

ANDAR PER FARFALLE E... CAPRIOLI Una domenica in bicicletta nell'Oasi WWF

Due ore di pedalate rilassanti immersi nel verde. Lasciarsi la città alle spalle e addentrarsi nelle campagne. Una visita all'antico mulino sull'Olonza, un'altra sosta al fontanile, al Castellazzo presso l'antica corte a ridosso della villa Simonetta Scheibler e a Palazzo Calderara a Vanzago. Così, una pedalata dietro l'altra, domenica 5 da Rho si arriverà nell'Oasi protetta WWF di Vanzago dove, in un paesaggio quasi irreale, si incontreranno gli animali del bosco. Tra farfalle e caprioli, appunto. Un evento Expo Bike a cura di Fiab Ciclobby.



BRIANZA DESIGN srl

INDUSTRIA POLTRONE E DIVANI

www.brianzadesign.it

FINANZIAMENTI TASSO ZERO!! PROMOZIONE FINO A DOMENICA

INDUSTRIA POLTRONE E DIVANI

stabilimento di produzione Cesano Maderno - 0362 1484420

Poltrona relax elettrica
€ 799,00 compresa
IVA agevolata



Divano letto € 1.380,00
SCONTATO € 690,00



Punti vendita

- IPERSIMPLY ROVATO - VIA RUDONE 30 - ROVATO (BS)
- CENTRO COMMERCIALE "AUCHAN MONZA" - VIA LARIO 17 - MONZA (MB)
- AUCHAN CESANO BOSCONI - VIA DON LUIGI STURZO 1 - CESANO BOSCONI (MI)
- CENTRO COMMERCIALE "TIGROS OMEGNA" - VIA IV NOVEMBRE 292 - OMEGNA (VB)
- CENTRO COMMERCIALE COCQUIO - VIA TAGLIABO 12 - COCQUIO-TREVISAGO (VA) NUOVO APERTURA DAL 08/09/2014
- CENTRO COMMERCIALE GLI ORSI - VIA DOMENICO
- MODIGLIO 3B - BIELLA
- RHO CENTER - VIA LUIGI CAPUANA 34 - RHO (MILANO)
- SAN GIULIANO CENTRO COMMERCIALE (MI) - S.S. 9 VIA EMILIA ANG. VIA TOLSTOJ - SAN GIULIANO MILANESE (MI)
- CENTRO ALBANO - VIA TONALE 101 - ALBANO SAINT ALESSANDRO (BG)
- ESSELUNGA SETTIMO MILANESE - VIA GRAMSCI SNC - SETTIMO MILANESE (MI)
- AUCHAN SAN ROCCO AL PORTO (LO) - VIA EMILIA 100 - SAN ROCCO AL PORTO (LO)
- IPERSIMPLY ROVATO (BS) - VIA RUDVONE 30 - ROVATO (BS)

VENEZIA 3+2 € 3.215,00
SCONTATO € 1.280,00



**PROMOZIONE VALIDA SOLO
SABATO E DOMENICA**

...e ulteriori
sconti del 70%
su fine serie



2 posti + angolo
+ 1 posto + poggiatesta
€ 1.950,00

Expo Junior

LA GRANDE CACCIA LA TESORO

Il Giardino della Villa Reale di Milano nasconde più di un segreto. E sabato 11 luglio i bambini saranno chiamati a scoprire tutto quello che ancora si nasconde nel grande parco. Tra tempietti, ruscelli e alberi del caffè si nasconde infatti un tesoro e, per trovarlo, c'è bisogno di risolvere indovinelli e raccogliere indizi, come un vero detective. Ma, prima di tutto, è necessario risolvere l'enigma dei Sette Savi e scoprire dove abita il Conte Ugolino. Un'impresa non da poco che solo i più piccoli potranno affrontare addentrandosi nel giardino segreto più bello di Milano, dove si entra solo accompagnati dai bambini. E, dopo la visita-gioco, merenda sull'erba tutti insieme!

Per info e prenotazioni: waamtours@gmail.com



FACCIAMO IL GIRO DEL MONDO CON ACCHIAPPA LA PAPPA

Cos mangia il cammello? Cosa si è incastrato nei denti del cocodrillo? Di cosa è ghiotto lo scarabeo stercorario? Le domande sono tante e sabato 4 al Museo di Storia Naturale si potranno trovare tutte le risposte grazie a una spettacolare e curiosa visita-gioco. Un giro del mondo, tra deserti e foreste tropicali, alla ricerca dei cibi preferiti dagli animali. L'appuntamento con "Acchiappa la pappa", è sabato 4 luglio alle 11.30 in Corso Venezia 55.



STRAVAGANTI COLAZIONI AL SACCO

Usare la fantasia per preparare il bento, la tradizionale colazione al sacco del Giappone, declinandola in tutte le culture del mondo. Un workshop entusiasmante che vedrà i piccoli impegnati a inventare, impastare e gustare le varie colazioni del mondo. Fino al 19 luglio al MUBA Via Enrico Besana, 12

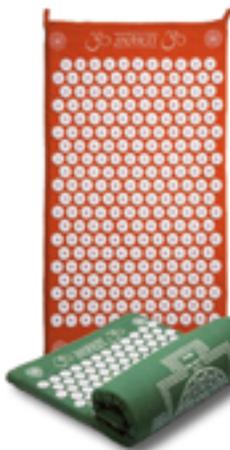
Parola d'ordine: Benessere!

Ariva dalla Svezia ma è realizzato in India lo strumento più nuovo per liberarsi da Stress, Mal di Schiena, insonnia ed efficacissimo anche per combattere la cellulite. Nessuna magia, nessun trucco ma una scienza tramandata di generazione in generazione dagli yogi vedici ed ora finalmente approdata in occidente. Il tappetino Shakti Mat, l'unico originale, è la versione moderna del lettino chiodato dei mistici indiani. Oggi accompagnato anche da Shakti pillow, un cuscino specifico per problemi di cervicale.

AGOPRESSIONE

Shakti - Mat: 6000 punti di contatto per apprezzare tutti i benefici dell'agopressione. I fiori di plastica del tappetino Shakti Mat con le loro 27 punte ciascuno creano una reazione straordinaria.

La circolazione è più efficiente, il corpo rilassa ad ondate endorfine. Gli effetti positivi sono moltissimi: l'ormone controlla la pressione, regola la temperatura corporea, alza le difese immunitarie. Inoltre, durante una sessione di relax con Shakti Mat il flusso sanguigno aumenta e spazza via le tossine. La muscolatura si



distende, e il sistema nervoso entra in uno stato di benessere diffuso, che aiuta a ridurre i livelli di stress, il mal di schiena e altri dolori.

MAL DI SCHIENA? ADDIO!

Un miracolo? Provare per credere! E 15/20 minuti sono già sufficienti per raggiungere un totale relax.

Si può usare alla sera, prima di dormire, oppure al mattino, ancora prima di alzarsi dal letto, per cominciare la giornata col buonumore e una sciarata di energia.

ANTI CELLULITE

È per essere in forma per l'estate, Shakti Mat si trasforma in un incredibile strumento anti-cellulite. L'agopressione stimola infatti proprio il microcircolo e la circolazione linfatica e produce un massaggio benefico per le gambe e i glutei. Sessioni giornaliere di una quindicina di minuti e in breve tempo si potranno vedere risultati importanti.

TRADIZIONE E RIVOLUZIONE: ADDIO ALLO STRESS

Shakti Mat rappresenta l'evoluzione high tech di una tradizione antichissima, i letti di chiodi dei mistici indiani. È la risposta naturale allo stress e a tutte le patologie psicosomatiche collegate. Addio a stanchezza cronica, addio all'insonnia, ai problemi intestinali. Shakti Mat è il rimedio naturale per una automedicazione intelligente. Shakti mat riporta l'equilibrio psico-fisico e rafforza le nostre difese immunitarie indebolite dallo stress.

IDEALE PER GLI SPORTIVI

Una corsa, un allenamento in palestra, una partita a tennis, la lezione di zumba. Ogni giorno mettiamo alla prova i nostri muscoli e le nostre articolazioni ma spesso ci dimentichiamo di quanto sia importante lo stretching per mantenere il nostro corpo sempre in forma. Shakti Mat è il compagno ideale di tutti gli sportivi. Il calore provocato dalla circolazione sanguigna stimolata dalle punte del tappetino Shakti Mat aiuta tutto il corpo a rilassarsi e fa distendere la nostra muscolatura mettendola al riparo da strappi e contratture.



Shakti Mat e Shakti Pillow sono disponibili on line sul sito WWW.SHAKTI-MAT.IT e in moltissimi negozi, farmacie e palestre. Per conoscere i rivenditori vai sul nostro sito.

Le indicazioni fornite sono a scopo informativo, pertanto non possono sostituire in alcun caso il consiglio di un medico o di altri operatori sanitari.



INFOPOINT

MPRG Srl
email: info@shakti-mat.it
www.shakti-mat.it



SAVE THE DATE

Dal 13 al 30 luglio non prendete impegni: Padiglione Teatri vi aspetta con 58 spettacoli prodotti da 58 diverse compagnie e 8 teatri milanesi in un unico cartellone. Un evento eccezionale che vuole raccontare una Milano capitale dello spettacolo dal vivo. A dare il via agli spettacoli l'Opening Party del 13 luglio presso lo spazio Foyer del Franco Parenti.

UN PALCO GALLEGGIANTE per i Subsonica

Ancora pochi giorni per approfittare delle serate musicali sul palcoscenico galleggiante dei Navigli. Il 19 infatti sarà la notte conclusiva della lunga serie di concerti live che, dalla chiatra attraccata sul Naviglio Grande, hanno animato le acque di Milano con un mese di musica, arte, workshop ideato dalla Beck's UNAcademy Live. Ma prima del gran finale, il 5 luglio si esibiranno i Subsonica in un particolare e special unplugged set per apprezzare al meglio il loro ultimo lavoro.



TIZIANO FERRO RE DI SAN SIRO

Due serate da non perdere quelle di sabato 4 e domenica 5 allo stadio San Siro di Milano. Dopo i sold out di Roma, i pionieri di Torino, Firenze e Bologna, Tiziano Ferro approda a Milano per due date da ricordare. Sì perchè oltre ai 30 successi in scaletta, le oltre due ore di spettacolo regaleranno grandi emozioni. A cominciare dalla stupefacente scenografia in stile Broadway con gli 852 metri quadri di ledwall e giochi di luci e laser da far girare la testa, fino ai particolari meccanismi che permettono a Tiziano di volare sorpendendo il pubblico. Al centro di tutto questo una costruzione emozionante di brani in scaletta, musicisti doc, ballerini selezionati a Londra e lui: un grande Tiziano Ferro.

A TUTTO BLUES

A Carropono di Sesto San Giovanni un appuntamento per intenditori. Sabato 4 luglio torna con la sua Blues Band, Treves, il "Puma di Lambrate", ineguagliabile pioniere del blues made in Italy.



Scuola di
Recupero
Anni

**L'INTELLIGENZA È FORTE
IN CHI È CAPACE DI RIMEDIARE AI PROPRI ERRORI**

Liceo Scientifico Tradizionale
Liceo Scientifico Indirizzo Spettro
Liceo Classico
Liceo delle Scienze Umane
Liceo Linguistico
Liceo Artistico Indirizzo Figurativo/Architettonico
Istituto Tecnico Economico

centro
studi

Via San Calimero, 4
20122 - Milano
Tel. 02 54 62 208
info@centrosantagostino.org

T Sofferino Immobiliare®

INTERNATIONAL LUXURY LIVING

Da un ventennio, fra passato e futuro, nelle migliori case di Milano.
www.sofferinoimmobiliare.it

Loggo Donegani

All'interno di un suggestivo complesso
d'inizio novecento luminoso appartamento
di 190 mq, da personalizzare,
con ampio soggiorno, cucina abitabile,
3 camere e 2 bagni e balcone.

per le agenzie
Euro 1.390.000

Oia Marco De Marchi

un suggestivo e nobile stabile storico
rappresenta il perfetto contesto
per questa dimora, di 400 mq,
posta all'ultimo piano ed impreziosita
da importanti elementi d'epoca.

per le agenzie
Euro 3.650.000

Corso Garibaldi

All'interno di un complesso signorile
completamente immerso nel verde,
un immobile di 190 mq,
parzialmente ristrutturato
estremamente luminoso e silenzioso

per le agenzie
Euro 895.000

ABBONAMENTO ATM STUDENTI E UNDER 26



Per acquistare l'abbonamento ATM Studenti e Under 26 è necessaria la tessera elettronica ATM. Ecco dove richiederla:

ATM POINT

DUOMO, CADORNA FN, CENTRALE FS, GARIBALDI FS, LORETO, ROMOLO

Aperti da lunedì a sabato dalle 7.45 alle 20.00 (Duomo, Cadorna FN e Centrale FS) anche la domenica dalle 10.15 alle 13.15 e dalle 14.00 alle 17.30)

Puoi ritirare subito la tessera oppure scegliere di fartela inviare a casa senza costi aggiuntivi

ONLINE su www.atm.it

La tessera ti viene inviata direttamente a casa (€5 costo di spedizione)

RIVENDITE CONVENZIONATE

Consegna il modulo e ritorna per il ritiro della tessera

SPORTELLI "Studenti e Under 26"

Da settembre

BISCEGLIE, LAMPUGNANO, CIMIANO, PRECOTTO, P.TA ROMANA

Consegna il modulo di richiesta e scegli se passare dopo 5 giorni a ritirare la tessera oppure fartela inviare a casa senza costi aggiuntivi



Se sei già in possesso della tessera ATM con il "Profilo Studente" hai tempo fino al 31 dicembre per rinnovarla



LA NUOVA APP ATM MILANO

Scaricala subito.

ACQUISTO BIGLIETTO



INTORNO A ME



TWITTER



INFO IN TEMPO REALE



CALCOLO PERCORSO



PREFERITI

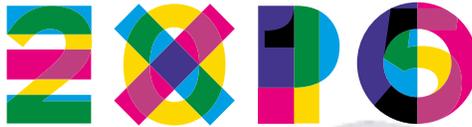


Infoline ATM 02.48.607.607 - www.atm.it

LA MAPPA

- CLUSTER**
- AREE TEMATICHE**
- SITO ESPOSITIVO**
- PADIGLIONI SELF-BUILT**

Gli spazi espositivi dei paesi partecipanti si affacciano sul Decumano. Ogni paese nella costruzione rispetta criteri relativi all'utilizzo dei materiali, al consumo energetico, all'organizzazione dello spazio



L'organizzazione delle Nazioni Unite è presente a Expo con una serie di installazioni sparse nel Sito Espositivo



DEDICATO ALLE FAMIGLIE

Per i più piccoli

- 1 Arts & Foods
- 2 Cascina Triulza
- 3 Children Park
- 4 Coop
- 5 Kinder - Sport
- 6 Padiglione Italia
- 7 Padiglione Zero
- 8 Save the Children

Informazioni utili

- 9 Baby Area 0-4
Noleggio Passeggini
Telefono emergenza: 112
Informazioni: 020 2015



Troverete un fasciatoio in tutte le aree di servizio

ECCO C

Paesi

Padiglioni e spazi espositivi dei Paesi protagonisti di Expo



L'Ego Editore



FOS4U your Family Officer

FOS4U has a wide experience in asset management activities. We also act as an architect on behalf of our clients, managing the talent of others. We select the best specialists, in legal and tax advice, wealth reviews and lifestyle services, coordinate their skills and monitor their work. Independence, confidentiality, avoid conflicts of interest and guarantee impartial services are key values. FOS4U main business is asset management activities. We also offer wealth reviews, asset consolidation, philanthropic advice, lifestyle and specialized investment services in private transport and property sectors, provision of legal and tax advisory services as well as corporate advice. We also provide administrative services, enabling our clients to focus on other aspects of their personal and professional lives. Our goal is to provide the highest degree of personalisation coupled with exceptional service quality.

Via F. Pelli 13b - P.O. Box 5601 - 6901 Lugano - Switzerland (CH)
T. +41 91 223 30 30 - F. +41 91 223 30 38 - www.fos4u.ch

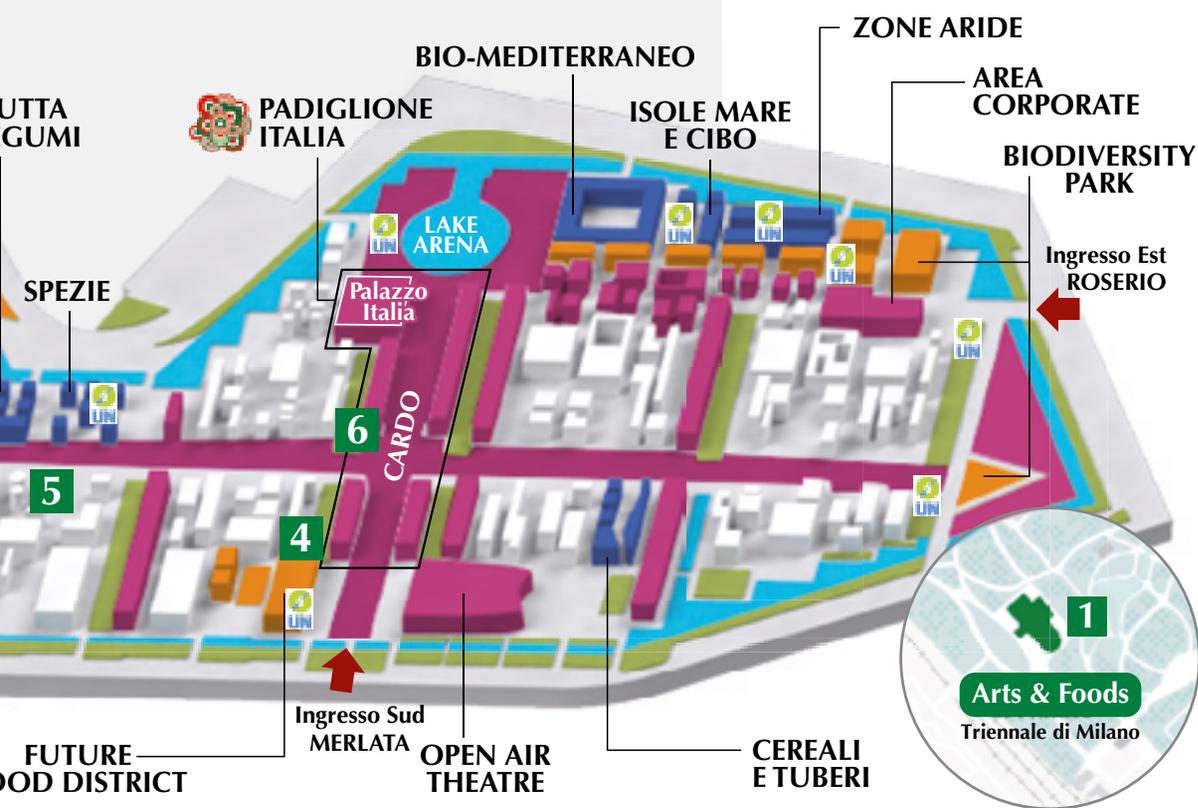
DOVE SI TROVA NEL SITO ESPOSITIVO

 <p>Il padiglione Italia è nel Cardo, comprende il Palazzo Italia e gli spazi delle diverse regioni</p>	<p>Cluster</p>  <p>Paesi diversi accomunati da un particolare genius loci, identità tematica o filiera alimentare</p>	<p>Società Civile</p>  <p>Organizzazioni e associazioni riflettono sul futuro di cibo e alimentazione</p>
--	---	---

DOVE ACQUISTARE I BIGLIETTI

L'acquisto è possibile attraverso molti canali tra cui:

- www.EXPO2015.org
- Sportelli del Gruppo Intesa San Paolo
- Biglietterie Trenitalia
- Centri TIM
- Supermercati Coop
- Tutti i rivenditori autorizzati su www.expo2015.org



Tutti gli articoli per mamme e bambini, in vendita da Salina Milano



apertura nuovo **BABY OUTLET** di Salina

Viale Abruzzi 62 Milano - 02.29.40.92.87 - www.salinamilano.com

I migliori prezzi della città, migliaia di articoli per il bebè e abbigliamento 0-6 anni!

L'Esposizione Universale è aperta tutti i giorni dalle 10 alle 23. La chiusura dei padiglioni espositivi avviene alle ore 19,00. Restano comunque attive le aree ristoro.

Auto
Parcheggi: Merlata, Fiera Milano, Trenno e Arese, questi ultimi tre collegati all'Expo tramite navetta

Metro
Linea Rossa MM1. Biglietto: 5 euro a/r. Nei momenti di punta un treno ogni 2 minuti che può contenere fino a 1.200 persone

Treno
Treni Fs, Alta velocità (da Torino, Freccia Bianca, si ferma alla Stazione Rho-Fiera) e Passante ferroviario

Pullman
Gran Turismo, in arrivo dalle autostrade A4 e A8

COME ARRIVARE



MUOVERSI ALL'EXPO - LA NAVETTA GRATUITA

PEOPLE MOVER



Per spostarsi da un punto all'altro del sito espositivo - che, lo ricordiamo, si estende su circa un milione di metri quadri - è disponibile la navetta gratuita People Mover. Con una frequenza di passaggi tra i 5 e i 7 minuti, il servizio sarà attivo dalle ore 09.00 alle ore 24.00 per tutti i 184 giorni del semestre espositivo.

Dieci le fermate nei 5 km del perimetro:

- FERMATA 1 (Accesso Ovest Fiorenza/Accesso Ovest Triulza)
Zona arrivo/partenze metro, zona arrivo/partenze stazione ferroviaria, parcheggio FieraMilano Expo Center, accesso corridoio Decumano
- FERMATA 2 Cascina Triulza - padiglione della società civile, Children Park
- FERMATA 3 Cluster Spices, Cluster Fruit and Legumes
- FERMATA 4 Padiglione Italia, Lake Arena, Parco della Biodiversità, Cluster Biomediterraneo
- FERMATA 5 (Accesso Roserio) Navette per i parcheggi Arese - Trenno, Parcheggio Roserio, Taxi
- FERMATA 6 Collina mediterranea
- FERMATA 7 (Accesso Merlata) Future Food District, Open Air Theater, Parcheggio Cascina Merlata, Taxi, Autobus
- FERMATA 8 Cluster Coffee, Rice, Cocoa
- FERMATA 9 Padiglione Zero
- FERMATA 10



Il biglietto per lo spettacolo **ALLA-VITA! del Cirque du Soleil** non è valido come biglietto di ingresso per Expo ma consente l'accesso al solo spettacolo che si terrà presso l'Open Air Theatre.

Per assistere allo spettacolo è necessario essere in possesso del biglietto di ingresso per Expo Milano 2015, acquistato a data fissa (o convertito) per la stessa data dello spettacolo. All'interno dei singoli settori (A Blu, B Viola, C Giallo) i posti non sono pre-assegnati ma a seduta libera.

SETTORE A BLU	35 euro
SETTORE B VIOLA	30 euro
SETTORE C GIALLO	25 euro



DIGITAL INNOVATION



CREATIVE BRAIN



NETWORKING

Siamo un modo nuovo di pensare e agire, siamo comunicazione, siamo marketing, siamo business, dove le idee sono le fondamenta di ogni esperienza e il digitale una competenza imprescindibile.

hurricaneagency.it





MILANO 2015
FEEDING THE PLANET
ENERGY FOR LIFE



VENERANDA FABBRICA DEL DUOMO DI MILANO

Civil Society Participant

PIAZZA DEL DUOMO 9-10 LUGLIO 2015, H 21.30 PIETRA E PREGHIERA

VIDEOMAPPING
MUSICHE DI GIUSEPPE VERDI



ACCESSO LIBERO ALLA PIAZZA
PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA PER I POSTI A SEDERE:
TEL. +39.02.72023375
duomomilano.it

