



da **122 €** al mese
TAN 2,99% - TAEG 5,54%

OPERAZIONE
-50%
LUGLIO

Nuova Corsa GPL Tech

CARBURANTE E RATA TI COSTANO LA METÀ
Nuova Corsa GPL Tech: un pieno con 19 € e rata da 122 € al mese.
SOLO A LUGLIO. IN PRONTA CONSEGNA!

OPEL A MILANO È DENICAR

DeniCar

- Trezzano Sul Naviglio (MI) Via Copernico, 4
 - Milano - Via Kuliscioff, 2
- 02.48338.1 www.denicar.it



Wir leben Autos.

Nuova Corsa n-jay 3P GPL Tech: 11.650 €, anticipo 3.500 €, importo tot. credito 8.450 €, valore futuro garantito 4.790,55 €, interessi 595,50 €, spese: istruttoria 300 €, imposta di bollo 16 €, incasso rata 3,50 €, invio com. periodico 3 €, com. di attivazione contratto 1 €. Importo tot. dovuto 9.203,50 € in 33 rate mensili da 121,57 €, TAN 2,99%, TAEG 5,54%. Offerta valida per vetture in stock e immatricolate entro il 31/07/15, salvo approvazione Opel Financial Services. Si rimanda al doc. informativo SECCI in concessionario. Chiamataggio 10.000 km/anno. Foto a titolo di esempio. Dati pannello: fonte Min. Sull. Economico 15/01/15, GPL vs. benzina/Diesel. Data "rata mensile" è riferita a comparazione tra importo singola rata con Scelte Opel da esempio vs. finanziamento a rate uguali e costanti a parità di importi, tasso e durata. Consumi ciclo combinato (l/100 km): da 3,2 a 7,0. Emissioni CO₂ (g/km): da 85 a 129.



Nuova Mokka GPL Tech

OPERAZIONE
-50%
LUGLIO

da **179 €** al mese
TAN 3,95% - TAEG 5,29%

CARBURANTE E RATA TI COSTANO LA METÀ
Nuova Mokka GPL Tech: un pieno con 21 € e rata da 179 € al mese.

SOLO A LUGLIO. IN PRONTA CONSEGNA!

OPEL A MILANO È DENICAR

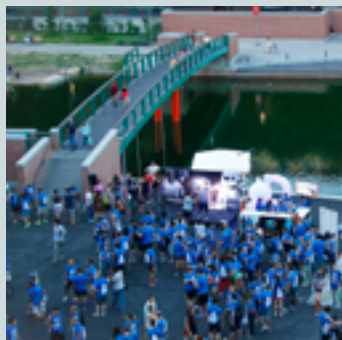
DeniCar

- Trezzano Sul Naviglio (MI) Via Copernico, 4
 - Milano - Via Kuliscioff, 2
- 02.48338.1 www.denicar.it



Wir leben Autos.

Mokka Ego GPL Tech 4x2 19.850 €, anticipo 4.650 €, importo tot. credito 15.500 €, valore futuro garantito 10.827.904 €, interessi 1.563,15 €, spese istruttoria 300 €, imposta di bollo 16 €, incasso rata 3,5 €, invio com. periodica 3 €, com. di attivazione contratto 1 €, importo tot. dovuto 17.221,15 € in 35 rate mensili da 178,15 €, TAN 3,95%, TAEG 5,29%. Offerta valida per vetture in stock e immatricolate entro il 31/7/15, salvo approvazione Opel Financial Services. Si rimanda al doc. informativo SECCI in concessionaria. Chilometraggio 10.000 km/annui. Foto a titolo di esempio. Dati piano: fonte Min. Svill. Economico 15/8/15, GPL vs. benzina/Diesel. Data "rata mensile" è riferita a comparazione tra importo singola rata con Scelta Opel da esempio vs. finanziamento a rate uguali e costanti a parità di importi, tassa e durata. Consumi ciclo combinato (l/100 km): da 4,5 a 6,7. Emissioni CO₂ (g/km): da 120 a 158.



EXPLOIT DI EVENTI

IN 3 MESI OLTRE 5 MILIONI DI PRESENZE
PER 40 MILA APPUNTAMENTI

PRIMO PIANO

Saloon of the Artists PUB - via Niccolini 24, Milano
h 18/2 tutti i giorni dell'anno !!!

PROVA LE NOSTRE
ARTISTIC BEER
(le migliori Artigianali dell'anno I)
NEL BOCCALE GHIACCIATO !!!

* Aria condizionata, avvio !!! *

Uli, fo'bolli l'acci: l'accesse in via Niccolini è sempre consentita alle
auto 24h su 24. I limiti d'orario riguardano solo gli autocomi.

alsaloonpub
saloon.cultura@gmail.com
www.alsaloonpub.it (I Saloon a funettin)

Info x feste e installazioni artistiche:
tel. 02.33600311 - 331.3969019

E se ritagli l'ito pezza di giornale: vinci uno "Sparino" elicico!

MILANO • MARTEDÌ 4 AGOSTO 2015 • WWW.METRONEWS.IT

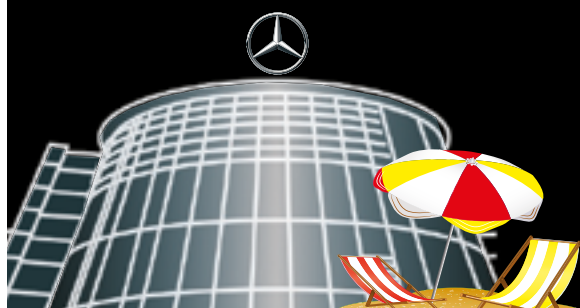
metr summer

Gigi Mastrangelo: “Essere Ambassador vale una medaglia”

L'ex centrale della
Nazionale di Volley
è Ambassador
Expo 2015



Expo da campioni



Assistenza Mercedes-Benz Milano Aperti per ferie... anche ad Agosto.

Le nostre sedi (dal lunedì al venerdì):

Via Daimler, 1/ang. Via Gallarate, 450 - 20151 Milano	ore 8.00 - 17.30
Via Tito Livio, 30 - 20137 Milano*	ore 8.00 - 12.30/13.30 - 17.30
Via Padova, 15 - 20127 Milano*	ore 8.00 - 12.30/13.30 - 17.30
Via D. Scarlatti, 1 - 20020 Lainate (MI)	ore 8.00 - 12.30/13.30 - 17.30

*Chiuso dal 10 al 14 agosto

Orari Accettazione:



Mercedes-Benz

Mercedes-Benz Milano S.p.A.

Concessionaria Ufficiale di Vendita e Assistenza Mercedes-Benz

20151 MILANO - Via Daimler, 1  Molino Dorino - 20137 MILANO - Via Tito Livio, 30  Lodi - 20127 MILANO - Via Padova, 15  Loreto - 20020 LAINATE (MI) - Via D. Scarlatti, 1
Tel. 800 015228 - www.mercedes-benz-milano.com

RISTORANTE CONTROVENTO

ENOTECA DEL GUSTO



Nasce dall'idea di quattro amici e dalla necessità di navigare in direzione opposta a quella verso cui spira il vento.

*Se verrai a trovarci
portando con te questa pagina
ti offriremo una bottiglia di vino*



Siamo aperti in agosto



Chiuso il sabato a mezzogiorno.

Via G.B.Fauchè 8 20154 Milano - Tel. 0233103186
www.ristorantecontrovento.com - info@ristorantecontrovento.com

Milano per tutti i gusti

Il primo bilancio di ExpoinCittà, a tre mesi dalla sua partenza, è stupefacente: la serie di eventi e iniziative in giro per la città ha fatto registrare oltre cinque milioni di presenze. **E da ora in poi farà scuola per le esposizioni future**

MILANO - Una metropoli policentrica. Ecco come si presenta Milano dopo tre mesi dal via di ExpoinCittà. La serie di iniziative e eventi, fuori l'Esposizione e in giro per tutta la città, ha fatto il pieno di consensi e di presenze. Per accorgersene basti dare un'occhiata ai numeri: oltre cinque milioni di persone hanno partecipato ai quarantamila appuntamenti in cartello. Gran parte del merito si deve alla decisione di puntare su un'offerta di qualità, che ha fatto registrare dei dati d'affluenza ben oltre le aspettative. La formula vincente di

ExpoinCittà si fonda su tre fondamentali linee guida: inclusività, multitematicità, innovazione. E il successo ha valicato anche in confini nazionali, tanto che il BIE (Bureau International des Expositions) ha indicato questo format per l'inserimento nel protocollo delle prossime esposizioni. Uno dei meriti più grandi di questa iniziativa è proprio quello di coinvolgere, e mettere in risalto, diverse zone urbane. Difatti solo il 34% delle iniziative si sono svolte nel centro di Milano; il 56,33% ha riguardato le altre zone e il 9,7% addirittura al-



tri comuni. ExpoinCittà è anche la prova che quando l'offerta culturale è di alto livello, la popolazione è molto recettiva. I Musei Civici milanesi, infatti, hanno accolto nei mesi di

maggio, giugno e luglio oltre trecentomila visitatori, con un aumento del 31,85% rispetto allo stesso periodo del 2014. Ma non è ancora tutto, perché il Teatro alla Scala, per la prima

volta, ha allungato la propria stagione proponendo in agosto La Bohème, i concerti di Chailly e Dudamel, con centinaia di ragazzi dal Venezuela. In contemporanea, l'inaugurazione

di Grandi Mostre a Palazzo Reale: Mito e Natura, dalla Grecia a Pompei, che ripercorre la rappresentazione artistica della natura nel mondo antico; La Grande Madre, che propone l'iconografia della figura materna nell'arte del '900. E poi, a Vaprio D'Adda, sono ancora in programma iniziative all'insegna dell'arte e degli spettacoli. Ecoismi 2015 presenta 16 installazioni che mettono in luce la sintonia tra uomo e ambiente nei parchi di alcuni importanti comuni della cintura metropolitana. Proseguono anche le iniziative musicali e di entertainment di Estathé Market Sound con le sue proposte enogastronomiche. All'Idroscalo si aprono i Campionati di Canoa, Kayak e Paracanoa, con cinque giorni di gare e competizioni. metro

Un buon
investimento
ha un nome
e una faccia



Arcidiocesi
di Milano

Milano investe su chi ha perso il lavoro

Solo insieme si esce dalla crisi.
Insieme a coloro che hanno perso il lavoro.
Li conosciamo.

Non hanno perso il desiderio di fare.
Per l'impresa, la società, la famiglia.

Il Fondo Famiglia Lavoro
li sostiene con integrazioni al reddito,
formandoli ad una nuova professione,
guidandoli per avviare nuove imprese,
concedendo microcredito
per sviluppare i propri progetti.

FAI UNA DONAZIONE

• CONTO CORRENTE BANCARIO

Credito Valtellinese

Iban IT9410521601631000000002405

causale "Fondo Famiglia Lavoro"

• CONTO CORRENTE POSTALE

Arcidiocesi di Milano **n. 312272**

causale "Fondo Famiglia Lavoro"

• DONA ON LINE SU

fondofamiglalavoro.it

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 RISCOSTRARE 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.

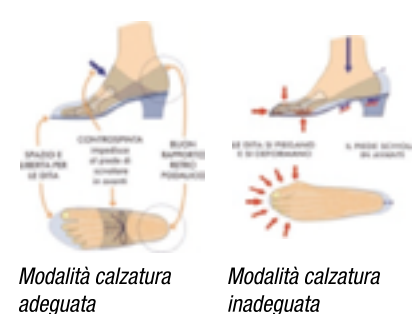
È uno dei presidi ortopedici maggiormente usati, sia per quanto riguarda i bambini sia tra gli adulti, per far fronte a un gran numero di patologie legate al piede e alla deambulazione.

Nell'età pediatrica, l'affezione più frequente tra quelle che prevedono l'utilizzo di plantari ortopedici è il piede piatto-valgo, che determina spesso la cosiddetta sindrome pronatoria. Il piede piatto nell'infanzia può essere di gradi diversi: si va da valori minimi, per i quali sono consigliati esercizi di ginnastica cavizzante, fino a situazioni che richiedono l'utilizzo della chirurgia. Il plantare è la scelta primaria nelle patologie di livello intermedio.

Se, tuttavia, nel bambino il plantare ha prevalentemente una funzione modellante, e quindi è spesso applicato per un periodo di tempo limitato, nell'adulto diventa uno strumento da utilizzare il più delle volte in modo permanente, utile a sostenere al meglio l'arcata del piede.

In età adulta l'applicazione dei plantari è frequente, per esempio, in caso di metatarsalgia, patologia dell'avampiede conosciuta anche come caduta del metatarso. Ancora, numerosi esiti di traumi del piede possono richiedere l'applicazione di plantari (un esempio è rappresentato dalle fratture del calcagno). E l'utilizzo di simili presidi può favorire la correzione di eterometrie degli arti (che si presentano di lunghezza diversa) e di forme di scoliosi.

Il sintomo che più spesso porta il paziente,



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

che poi sarà destinato a utilizzare i plantari, a rivolgersi al proprio medico è il dolore. Eppure, altrettanto spesso, nonostante l'applicazione dei plantari, non si ottengono i risultati sperati. Perché?

Cominciamo da una considerazione: non è semplice realizzare un buon plantare. Ogni plantare che possa dirsi realmente funzionale è in sé unico, conformato sul singolo piede e costruito a partire da uno studio approfondito del piede stesso e delle sue problematiche.

In caso contrario, si possono facilmente lamentare dolori, e può addirittura verificarsi un peggioramento della situazione originaria. Un'evenienza che, purtroppo, accade non di rado. Spesso il motivo è anche legato al fatto di rivolgersi a figure che non sono specializzate nella realizzazione di plantari, che non sono in grado di proporre una calzatura adeguata da abbinare al presidio ortopedico, né possono riuscire a definire un iter terapeutico ad hoc.

La prima mossa, imprescindibile, è pertanto quella di individuare il professionista che, forte di una preparazione specialistica e di una buona esperienza, possa confezionare il plantare realmente giusto per noi. Il tecnico ortopedico è la figura abilitata a svolgere questo tipo di attività ed è un operatore sanitario in possesso di un titolo universitario che lo abilita all'esercizio della professione. L'ortesi plantare viene richiesta da un medico specialista sulla base di un'accurata diagnosi.

La fase della progettazione di un plantare, in



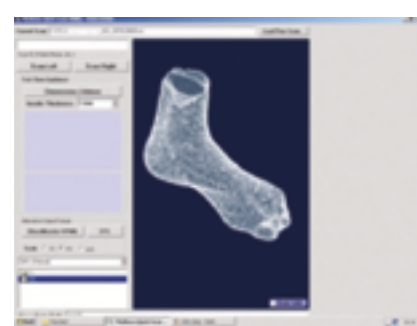
Il dr. Nicola Perrino è il Direttore del Centro Ortopedico Rinascita. Laureato in tecniche ortopediche, è docente a contratto di Scienze Tecniche Mediche applicate al Corso per Tecnici Ortopedici dell'Università di Milano.

effetti, deve essere svolta seguendo un meticoloso protocollo, che prevede più passaggi topici: alcuni di questi sono caratterizzati da una notevole complessità tecnica, e possono essere portati a termine solo adottando standard di lavoro altamente professionali.

Fondamentale passaggio preliminare è costituito da una valutazione funzionale, con l'acquisizione di dati utili a partire dalla rilevazione dell'impronta statica e dinamica del piede, così da definire il comportamento dello stesso a corpo fermo o in movimento: è quella che viene chiamata, in gergo tecnico, analisi baropodometrica, ed è effettuata con un apposito macchinario, utile per la rilevazione e per la costruzione di un plantare.

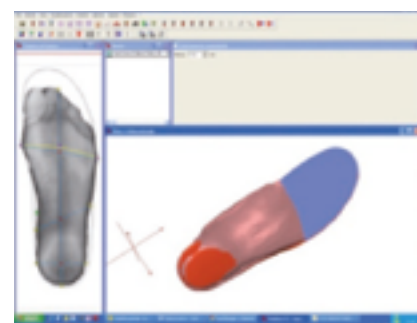
Assolutamente essenziali sono anche alcune valutazioni accessorie che in parte seguono e in parte precedono l'analisi baropodometrica. Da un lato è importante valutare la modalità esatta con cui sarà presa l'impronta del piede, dall'altro è necessario impostare accuratamente, fin dall'inizio, la tecnica di costruzione del plantare e i materiali con cui sarà realizzato.

Altro aspetto da non sottovalutare è l'utilizzo che il paziente farà di questo dispositivo medico: quanto e quando lo userà? E in che



Acquisizione dei volumi con modalità tridimensionale del piede

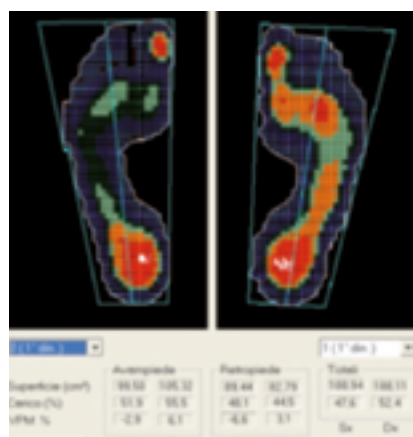
E che dire poi delle calzature? L'utilizzo di una scarpa non corretta può molto spesso vanificare del tutto l'efficienza di un ottimo plantare.



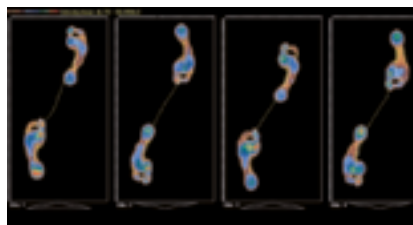
Elaborazione con il CAD di un PLANTARE

Anche in questo caso, sono numerosi gli elementi da valutare: dai materiali che costituiscono la fodera (che deve garantire comfort al piede e assenza di sudorazioni in ogni condizione; e naturalmente deve essere anche considerata la presenza di eventuali allergie a materiali specifici) a quelli della tomaia, dal tipo di allacciatura all'accollatura. Ancora, si deve considerare l'altezza della tomaia e quella della punta, l'aderenza al suolo, e un adeguato rinforzo del mesopiede in caso di particolari patologie come i piedi piatti. Importantissima, infine, è la valutazione dell'altezza ideale del tacco in base alle caratteristiche del singolo piede e alle sue eventuali affezioni: un tacco di altezza non corretta può a lungo andare causare danni non solo al piede ma anche alle ginocchia e all'intera colonna vertebrale.

Uno studio accurato permette non solo di stabilire una perfetta associazione tra plantare e calzatura, ma anche di giungere a soluzioni che uniscano la funzionalità all'estetica, un obiettivo sempre più richiesto e che di fatto, con le tecnologie oggi a disposizione (e a patto, giova ripeterlo, di affidarsi a professionisti di sicura competenza ed esperienza), è del tutto realizzabile. Si potrà allora riprendere a camminare bene, senza dolore, e ogni tipo di problema di ordine estetico sarà celato da scarpe eleganti e all'ultima moda.



Esame statico



Esame dinamico



Biometria digitalizzata per valutazione posturale



CALLI DEL PIEDE

modo? Sarà necessario considerare l'età, il sesso, la professione e numerosi altri aspetti della vita quotidiana del paziente, prevedendo incontri nel tempo che permettano di valutare problematiche sopraggiunte, ed effettuando periodiche verifiche con la strumentazione più adeguata così da evidenziare eventuali sovraccarichi (la biometria digitalizzata con valutazione posturale è in tal senso un esame che può condurre a ottenere ottimi risultati).

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 del servizio. Oggi l'associazione è un inequivocabile punto di riferimento per le aziende che operano nel comparto con serietà e etica professionale. www.fio.to.it

Centro Ortopedico Rinascita

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

Il giardino del ricordo

Si chiama Fido Custode la prima struttura milanese che offre sepoltura agli animali d'affezione. Si trova nel Parco Sud e sarà la più grande d'Italia



MILANO - La perdita del proprio animale domestico non è solamente difficile da superare dal punto di vista emotivo, spesso il distacco è reso ancor più drammatico dall'iter burocratico che ne segue. Secondo la legge, un animale morto altro non è se non una carcassa

pericolosa, un rifiuto "speciale" da smaltire. Insomma, riuscire a seppellire l'animale a cui eravate tanto legati non è così semplice. La prima regola impone di accertare che nel terreno non siano presenti falde acquifere onde scongiurare il pericolo d'inquinamento della stesse.

La seconda, autorizza l'interro della salma soltanto nel terreno di proprietà del proprietario dell'animale o in altro terreno privato ma con il consenso del proprietario del terreno stesso. Insomma tempi lunghissimi che fanno preferire, alla fine la più costosa ma veloce crema-

zione. Ma, da poco, a Milano è arrivato Il Fido Custode, il primo cimitero per animali d'affezione della città che viene presentato proprio oggi ufficialmente, alla presenza di Chiara Bisconti e Valerio Pocar, referenti istituzionali per gli animali del Comune di Milano. Collocato nei pressi di via Novara, con ingresso da via Caio Mario, il cimitero per animali d'affezione è già operativo e ospita animali domestici e non, di ogni razza e dimensione. L'area si estende complessivamente su una superficie di cinque ettari e si inserisce in un contesto di riqualificazione dell'area



verde a sud di via Novara che farà de Il Fido custode il più grande cimitero per animali in Italia. Gli orari di visita sono tutti i giorni, dalle 9 alle 18.

Inoltre, è al vaglio la possibilità di offrire dei pacchetti scontati per chi dovesse decidere di adottare un cane o un gatto al canile comunale. metro

metrosummer

Metro Summer è uno speciale di **METRO**, quotidiano indipendente del mattino pubblicato dal lunedì al venerdì e distribuito gratuitamente da N.M.E. New Media Enterprise Srl. **Registrazione** n. 788 del Tribunale di Milano del 15 dicembre 2006. **Direttore Responsabile:** Giampaolo Roidi **Sede legale:** N.M.E. via Carlo Pesenti, 130 00156 Roma **Amministratore Unico:** Mario Farina **Foto:** Lapresse, Getty images, Expo 2015 / Daniele Mascolo, Expo 2015 **Realizzazione:** Effe Editore Srl - Via Carlo Pesenti, 130, 00156 Roma - tel. 06412103200 **Pubblicità:** A. Manzoni & C. S.p.A via Nervesa 21, 20139 Milano - tel. 02.574941, www.manzoniadvertising.it **Stampa:** LITOSUD SRL, via Carlo Pesenti 130, 00156 Roma - Via Aldo Moro 2, 20160 Pessano con Bornago (MI) **Diffusione:** per segnalare anomalie: diffusione@metroitaly.it


Fashion City Outlet®
 SAN GIULIANO

MY FASHION SUMMER

SALDI DAL 20% AL 70%
 SPRING - SUMMER COLLECTION

A SOLI 10 MINUTI DA MILANO!

I saldi iniziano il 4 luglio e durano per 60 giorni

Via Po 12, San Giuliano Milanese

FASHIONCITYOUTLET.COM





BOLIVIA

Nel giorno del suo National Day, il Paese sudamericano celebra il simbolo della sua tradizione agricola: la Quinoa, le cui proprietà nutritive sono riconosciute anche dalla FAO

IL FUTURO PARTE DA LONTANO

MILANO - Per immaginare un futuro migliore, più equo e sostenibile, è impossibile prescindere dall'eredità del passato. È con questo spirito che la Bolivia si è presentata all'Expo. La nazione andina mostra tutto l'orgoglio di una tradizione ultra millenaria e porta il suo contributo all'Esposizione Universale proponendo una ricetta fatta in casa e dall'affidabilità garantita. E così, l'intreccio espositivo del Paese sudamericano, che il 6 agosto festeggia il suo National Day, si fonda sul prodotto naturale più rappresentativo della sua tradizione: "Qui-

noa, un futuro seminato migliaia di anni fa". Un manifesto programmatico che non intende rinunciare al bagaglio culturale e agricolo di una intera nazione per tuffarsi nel progresso alimentare. Una storia che si perde nella notte dei tempi, gli Inca la chiamavano "chisaya mama", madre di tutti i cereali. Le straordinarie proprietà nutritive della Quinoa sono riconosciute dalla FAO, è l'unica coltura ad avere tutti gli aminoacidi essenziali e a possedere anche virtù medicinali. Si tratta di un alimento in grado di rispondere alla sfida

lanciata da questa Esposizione Universale, "Nutrire il Pianeta, energia per la vita", perché la sua varietà genetica e il fatto che sia coltivata con metodi biologici in piccole comunità a beneficio di migliaia di famiglie, la Quinoa (che viene coltivata sulle Ande da oltre cinquemila anni) può rispondere ai problemi della fame nel mondo e della sicurezza alimentare. È una visione, per certi versi, ancestrale che vuole ricollocare al centro del dibattito l'importanza della natura, ritornare a promuovere l'idea di Madre Terra come sistema vivente dinamico

fatto di invisibili legami tra gli esseri viventi che condividono lo stesso destino, e a questo concetto si ispirano le attività gastronomiche, culturali e scientifiche presentate all'interno del suo Padiglione. All'interno dello spazio espositivo della Bolivia, che si estende lungo centoventicinque metri quadri, i visitatori sono quindi invitati ad assaggiare la Quinoa e altri prodotti tipici boliviani, anche alla presenza di uno chef. Contemporaneamente nello spazio eventi si susseguono seminari, incontri con le aziende agricole boliviane e show cooking. metro

COMUNE DI OSNAGO (Lc)

Esito gara per affidamento servizio di manutenzione aree verde pubblico
Lotto 1 comune di Osnago dal 15.06.2015 al 31.12.2018 Cig 6170486E1E
Lotto 2 comune di Lomagna dal 01.01.2016 al 31.12.2018 Cig 6170496661

A seguito di esperimento di gara si comunica che per il lotto 1 la gara in oggetto è stata aggiudicata, con determinazione n. 208 del 24.06.2015, alla ditta Az. Florovivaistica Sala Diego con sede in via della Brughiera 8 23887 Olgiate Molgora per l'importo di € 205.923,08 per il lotto 2 è stata aggiudicata, con determinazione n. 223 del 24.06.2015, alla Coop. Sociale Onlus Il Ponte con sede in via Italia 3 20847 Albiate per l'importo di € 94.910,57.

Il responsabile unico del procedimento
 Arch. Carmelo Martuffo

ISTITUTO VENDITE GIUDIZIARIE DEL TRIBUNALE DI MILANO
 VIA FARINI 47 - MILANO - DALLE 10 ALLE 19 CHIUSO DOMENICA E LUNEDÌ MATTINA
 Vendita al pubblico dei Beni di provenienza fallimentare

IL PUNTO VENDITA DI VIA FARINI
 RIAPRE IL 01/09/2015
 CON MOLTE NOVITÀ



sivag.eu f #sivagaste
 puntovendita@sivag.eu

SIVAG - ISTITUTO VENDITE GIUDIZIARIE TRIBUNALE DI MILANO

Fallimento I.E.N.M. srl 72/2012

Giudice: D.ssa Francesca Savignano - Curatore: D.ssa Maria Rosaria Cipriano

- n° 1 capannone industriale di mq. 2.850 circa, Castano Primo (MI), Via della Valle
- n° 2 palazzine al rustico per un totale di mq. 2.037 circa, Turbigo, Via Nosate

Cocordato Preventivo CICERI EDOARDO & C. Snc 14/2012

Giudice: D.ssa S. Bruno - Curatore: Dott. Carlo Lamura

- n° 1 capannone industriale di mq. 2.850 circa, Castano Primo (MI), Via della Valle
- n° 2 palazzine al rustico per un totale di mq. 2.037 circa, Turbigo, Via Nosate

Fallimento CAVARIA 2001 srl n° 290/2012

Giudice: Dott. Filippo D'Aquino - Curatore: Dott. Luigi Donzelli

- n° 9 Uffici/negozi; n° 36 appartamenti di varie metrature/tipologie con o senza Box/cantina;
- n° 13 box doppi; n° 3 Box singoli; n° 2 posti auto singoli coperti; n° 1 posto auto doppio coperto;
- n° 1 lotto composto da 2 palazzine al rustico da terminare

Fallimento GREENFLUFF srl n° 64/2014

Giudice: Dott.ssa S. Bruno - Curatore: Dott.ssa M. Dal Moro

- PRIMO ESPERIMENTO
- n° 1 Autocarro carrabile MAN 26-416 più un muletto ETX-Kimbi i 1002 e un muletto Km5 III - 1000
- TERZO ESPERIMENTO
- Macchinari, filtri, quadri elettrici, scaffalature metalliche, arredi e attrezzature ufficio

Fallimento SKY BAR sas n° 142/2014

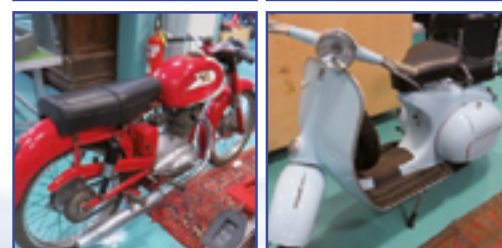
Giudice: Caterina Macchi - Curatore: Dott.ssa M. Dal Moro

- Immobile urbano adibito ad attività di bar/ristorazione, situato a Varese (sulla sponda nord-orientale del lago di Varese) tra le località della Schiranna e di Capolago.

Fallimento CAR COMAUTO SRL n° 420/2013

Giudice: Dott.ssa Caterina Macchi - Curatore: Dott.ssa M. Dal Moro, Dott.ssa Claudia Oddi, Avv. Davide Lambicchi

- Immobile commerciale Milano v.le Certosa 9; Villa singola più area circostante Milano via Gallarate 370;
- Capannone artigianale più area circostante Magenta (MI) C.so Europa 75



Procedura A.N.B.S.C.: Cicli e Motocicli d'epoca

Dal 1° di settembre in asta online sul sito www.milano.benimobili.it

BANDI, DETTAGLI ED OFFERTE SU WWW.SIVAG.COM - AREA VENDITE ONLINE



T Solferino Immobiliare®

INTERNATIONAL LUXURY LIVING

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

*A tutti voi, buone vacanze...
dal 24 agosto saremo nuovamente a vostra disposizione*

Solferino Immobiliare srl - via Solferino 25 - 02654622/23 - www.solferinoimmobiliare.it

Tutto il mondo in un chilometro

Gigi Mastrangelo, ex campione della nazionale di Volley e Ambassador Expo 2015, non ha dubbi:

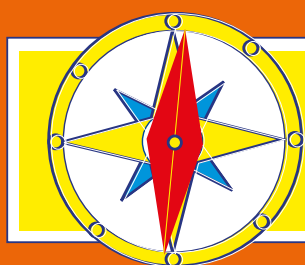
"Passeggiando per il Decumano sembra di attraversare il pianeta"

MILANO - Su e giù per lo Stivale - tra Matera, Cuneo, Macerata, Modena, Roma, Taranto - e in giro per il mondo con la maglia azzurra. Gigi Mastrangelo ha raccolto successi praticamente ovunque. Lui, uno dei "muri" più temuti e rispettati della Pallavolo mondiale, ha un solo rimpianto: lo stesso di un intero movimento nazionale, quella medaglia d'oro alle Olimpiadi di Atene 2004 svanita sul più bello, come nel 1996

ad Atlanta. Oggi ha smesso di giocare ma non di allenarsi, tanto da essere stato scelto come Expo Ambassador per via di quel suo stile di vita e alimentare ineccepibile.



Il grande pallavolista ha dimostrato di avere anche doti di ballerino.



**df SPORT
SPECIALIST**

da giovedì

6 AGOSTO

CI TRASFERIAMO AL PIANO INFERIORE

GRANDI SCONTI

PREZZI MAI VISTI!!!

MILANO

VIA PALMANOVA, 65

MM UDINE/CIMIANO - TEL. 02-28970877

www.df-sportspecialist.it

In carriera ha vinto tantissimo, sia con il club che in azzurro, a quale titolo è più legato?

La medaglia d'argento all'Olimpiade di Atene 2004, perché è la manifestazione più importante per qualsiasi atleta. E poi perché, per noi, fu un po' come un oro bianco. **Il rimpianto?**

Sempre quella partita, siamo arrivati a un passo dall'oro che, nel volley, l'Italia sta cercando da tante Olimpiadi, quella partita poteva cambiare la vita a tutti. Il rimpianto resterà in tutto il movimento finché non vinceremo il metallo più prezioso. **La partita che non potrà mai dimenticare?**

La finale degli Europei vinta a Roma, nel 2005, l'anno dopo Atene. Fu una partita in rimonta, dopo aver vinto il primo set ci siamo ritrovati sotto 2-1. Poi al tie break uscì tutta la cattiveria agonistica e vincemmo. Si creò un tutt'uno tra noi in campo

e i tifosi sugli spalti, una sensazione meravigliosa.

La sua è stata una generazione di grandi talenti. Era difficile andare d'accordo con tutti, com'era il clima nello spogliatoio?

In nessun gruppo si va mai tutti d'accordo, ci sono tante teste diverse, è normale. Ma l'unica cosa che conta è il campo, il gioco di squadra deve comunque rimanere lo spirito, ci deve sere in campo.

Quanto è importante l'alimentazione per un'atleta del suo livello?

Aiuta molto, soprattutto in vista delle gare. La nostra dieta prima della partita era ricca di carboidrati, tante verdure e carne bianca. Però io, a dire la verità, non ho mai fatto grandi rinunce, fisicamente me lo potevo permettere. Alcuni colleghi, invece, dovevano stare attenti.

C'è un piatto a cui non riusciva a rinunciare durante la preparazione?

La pasta e fagioli di

mia madre, me la sognavo la notte, ma anche volendo era impossibile da mangiare sotto preparazione, la dieta era ferrea e eravamo controllatissimi dai dottori.

A dire la verità, è ancora in grande forma. Si fa fatica a definirla "ex", qual è la sua ricetta?

Io continuo ad allenarmi per i fatti miei, faccio un lavoro fisico importante, un po' quello che dovevo seguire da giocatore. Lo faccio perché mi piace e mi serve per stare bene, non smetterò mai fin quando potrò.

Ci sono dei falsi miti su cibo e sport?

C'è chi dice che mangiare dolci prima della gara possa servire, ma i dolci non fanno bene. Un vero professionista non sperimenterà.

Come se la cava in cucina?

Non sono un grande cuoco, diciamo che non muoio di fame. So cucinare quello che mi garantisce la

sopravvivenza, una bistecca, delle uova e una pasta al pomodoro la riesco a fare.

Lei ha partecipato a Balando con le stelle. Parteciperebbe a un cooking show?

Per imparare, sì. Credo servano a questo, sono studiati per imparare, non sono rivolti ai cuochi veri e propri. Se ci fosse un cooking show in cui tutti i concorrenti partissero dalle mie stesse condizioni, parteciperei.

Al di là delle polemiche, cosa rappresenta questo Expo per l'Italia?

È importante per Milano, ma anche per tutta l'Italia e tutta



l'Europa. Ci sono tanti giovani che visitano Expo e hanno la possibilità di confrontarsi con il resto mondo sul nostro comune futuro. È un evento in cui si trattano tanti temi, a partire dallo spreco alimentare e energetico. Per l'Italia è una finestra sul mondo, per chi lo ha visto è bellissimo. Non basta un giorno per vederlo tutto, va visitato assolutamente perché in un chilometro e mezzo si gira tutto il mondo.

Che effetto fa essere Expo Ambassador?

In un anno così importante per l'Italia è bello che ci siano figure come quella che rappresento io, l'atleta. Penso sia modo per associare a un evento tanto importante delle figure che rappresentino uno stile di vita sano e un'alimentazione corretta. Essere stato

"Mastro" schiaccia durante la finale olimpica di Atene 2004, persa contro il Brasile.

scelto come Ambassador è stata una grande soddisfazione.

Un consiglio a chi vuole visitare Expo?

Prendersi almeno 3-4 giorni di ferie, è il tempo minimo necessario per vedere tutto. Va fatto perché si arricchisce il bagaglio culturale e personale.

Qual è la cucina straniera che le piace di più?

A me piace molto la carne, quindi amo la cucina brasiliana, specialmente la Picanha. Per il resto amo la semplicità in cucina, e la nostra è il top nel mondo, abbiamo tutto per primeggiare, dovremmo solo valorizzare di più quello che abbiamo. Ad esempio, io sono pugliese, e l'olio delle mie parti, insieme a quello toscano, è tra i migliori in assoluto.

Cosa farà da grande?

Ora sto lavorando in tv, ma il mio sogno resta quello di fare l'attore. Strada facendo vedremo cosa succederà.

Flavio Di Stefano

NON C'È AMORE PIÙ SINCERO DI QUELLO PER IL CIBO ~ GEORGE BERNARD SHAW

www.tomarket.it



INSALATA DI RISO
classica/marinara
gr. 250

Aperti tutto Agosto

€ 2,99 cad.

Li prepariamo come faresti tu!

**UNA CENA DA RISTORANTE.
IL CONTO? MENO DI UN FAST FOOD**

to.market
genuinamente conveniente

Milano Loreto
Viale Brianza 8

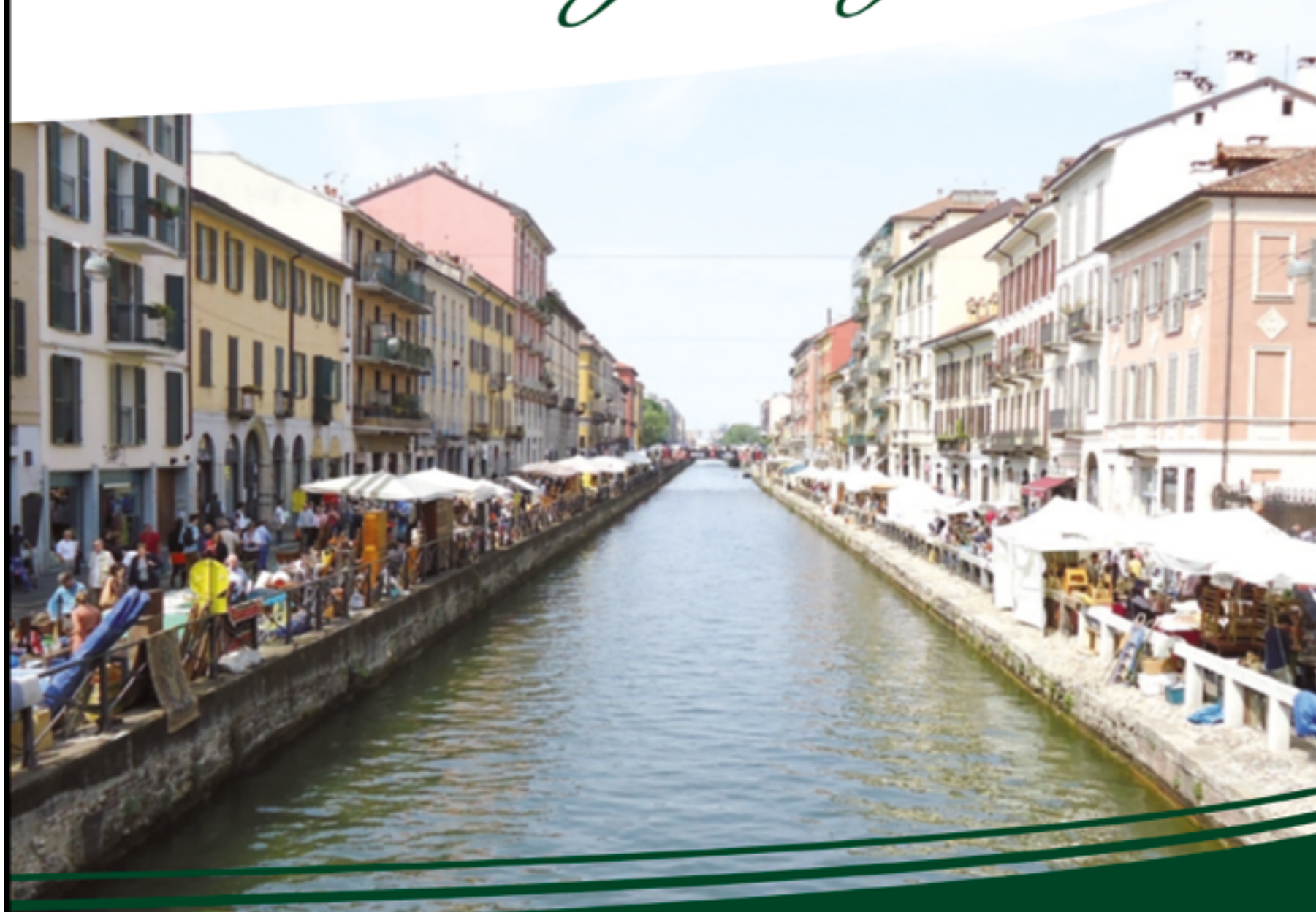
Milano Repubblica
Via F. Filzi 4

Milano Rogoredo
c/o Stazione FS

Pavia
c/o Stazione FS

30 Agosto

*Antiquariato
sul Naviglio Grande*



Prossimi appuntamenti:

13 Settembre
27 Settembre
25 Ottobre



www.navigliogrande.mi.it

Arte
sul Naviglio Grande

I NATIONAL DAY DELLA SETTIMANA

Si parte subito alla grande il 6 con la Bolivia che tra danze, musiche e spettacoli aprirà un ciclo a dir poco entusiasmante. Festeranno infatti le loro giornate nazionali il 7 le isole Comore, l'8 l'Algeria, il 9 la Giordania e il 10 le Maldive. Il tutto mentre la Costa d'Avorio si preparerà per la giornata dell'11 quando toccherà a lei far festa. E sarà festa grande

8

ALGERIA



Lo spazio espositivo algerino è un tuffo ultramillenario nel passato, in un percorso che già strizza l'occhio al futuro. I visitatori saranno immersi in una dimensione a metà fra patrimonio culturale e sviluppo futuribile: gli sforzi compiuti dagli antichi algerini per procacciarsi il cibo e la capacità di garantire la distribuzione dell'acqua; ma anche la tecnologia usata oggi in agricoltura contro la deforestazione, la desertificazione e l'inquinamento marino. Nello spazio espositivo dell'Algeria, che si estende su una superficie di 375 mq, si possono gustare piatti tradizionali a base di cous cous e altri prodotti tipici.

9

GIORDANIA

Si celebra la biodiversità. Il Regno Hascemita di Giordania, nonostante sia il secondo Paese più povero d'acqua al mondo, è la quarta area più importante per diversità di colture e Crop Wild Relatives, ossia i progenitori selvatici delle piante coltivate, e la madrepatria delle api da miele levantine. Con il tema "Sicurezza alimentare e biodiversità", il Padiglione della Giordania offre ai visitatori tre sezioni che si concentrano su: conservazione della biodiversità, api, best practices, gestione delle acque, sicurezza alimentare ed ecoturismo. Il National Day verrà festeggiato negli spazi del Cluster



Zone Aride, dove i visitatori conosceranno lo sterminato patrimonio genetico della Giordania.

10

MALDIVE

Paradiso terrestre unanimemente riconosciuto, le isole dell'Oceano Indiano nascondono anche un'altra anima. All'interno del Cluster



"Isole, Mare e Cibo", nel giorno dell'orgoglio nazionale, le Maldive si mettono in luce non solo per mari di un profondo blu, barriere coralline turchesi e spiagge di sabbia bianca punteggiate da palme. Il tema portante del suo spazio espositivo, infatti, è la pesca come linfa vitale. Una pratica portava avanti con tecniche tradizionali: canne da pesca e lenze sono ancora utilizzate e sono considerate più eco-sostenibili soprattutto nel rispetto dei delfini. Sia la pesca che il turismo sono intrinsecamente legati alla barriera corallina.

MILANO FONDAZIONE LUCIANA MATALON

FORO BUONAPARTE 67 20121 MILANO / METRO M1 CAIROLI/CASTELLO

VERNISSAGE GIOVEDÌ 6 AGOSTO DALLE 17:00

COCKTAILS & DJ SET

FREE ENTRY

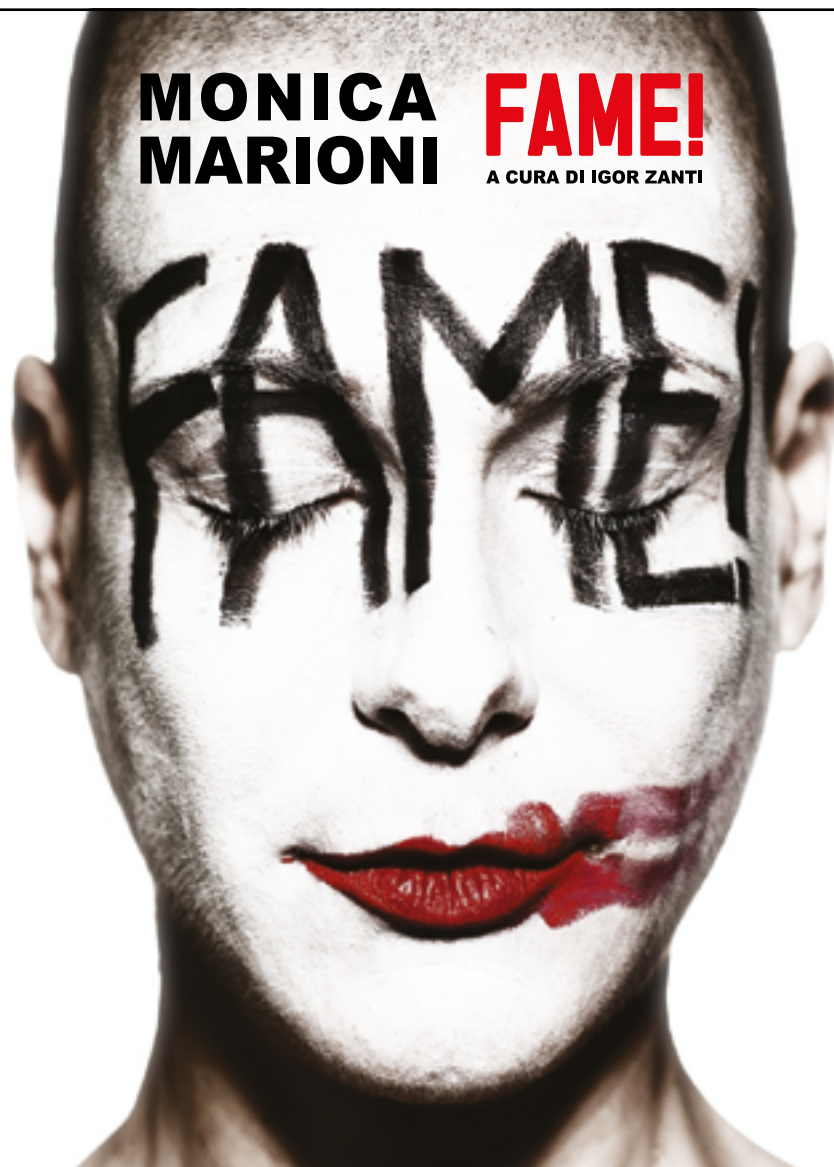
FINISSAGE GIOVEDÌ 27 AGOSTO DALLE 17:00

COCKTAILS & DJ SET

FREE ENTRY



Un evento



MONICA MARIONI

FAME!

A CURA DI IGOR ZANTI



MONICAMARIONI.COM
#mostrafame

GLI APPUNTAMENTI

COCA COLA IN MOSTRA

Padiglione CocaCola

Un'icona che ha superato indenne una miriade di generazioni, quest'anno la bottiglia in vetro della Coca Cola festeggia i suoi cento anni. E così il Padiglione Coca Cola ospita una mostra dal titolo "L'arte in bottiglia. I primi 100 anni dell'iconica bottiglie". Sono presenti opere uniche di artisti come Andy Warhol, Howard Finster, Todd Ford e altri artisti contemporanei come Debra Franes Bean, Alberto Murillo e Pakpoom Silaphan. Non mancano due artisti italiani, Luigi Bona e Daniele Basso, che per celebrare la famosa bottiglia hanno creato un'imponente opera dal titolo "Coke it's me", alta 1,75 cm e realizzata in acciaio 100% riciclabile e latine riciclate. La mostra è gratuita.



CHOCO COCKTAIL

Cluster Cacao e Cioccolato

L'aperitivo più dolce che ci sia. Ogni sabato, dalle 19 alle 21, nel teatro all'aperto del Cluster dedicato a cacao e cioccolato l'happy hour ha un sapore tutto speciale. Esperti mixologist daranno prova di talento e abilità, esercitandosi in cinque aree tematiche: Cocktail Design (per trasformare i cocktail in golose opere d'arte), Mixology (per sperimentare nuovi abbinamenti fra distillati e cioccolato), Ice Cream Cocktail (per proporre deliziose creazioni a base di gelato), Coffee&Cocoa (per favorire l'incontro fra due grandi eccellenze italiane), Chocoa Flair (per realizzare favolosi cocktail).



LEZIONI DI TANGO

Padiglione Argentina

Istinto e passione allo stato brado. Nell'immaginario collettivo il Tango è una delle icone più potenti di tutta la cultura argentina: struggente, sensuale e viscerale. E allora, nel padiglione dell'Argentina, quando il sole sta per tramontare scatta l'ora della milonga. Ogni giorno, alle 18.30, i tangueros consumati, ma anche gli aspiranti, si possono lanciare con la lezione gratuita. Ma non è l'unico appuntamento giornaliero al padiglione Argentina: alle 16 e alle 20.30 va in scena il travolgente spettacolo "Crisoles" del gruppo El Choque Urbano (una sorta di "Stomp" sudamericano), mentre alle 17.30 c'è il workshop di percussioni.



Parola d'ordine: Benessere!

Arriva 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 rilascia 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 sferzata di energia.

ANTI CELLULITE

E 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 online 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



Il lago delle emozioni

Grappe, salumi, formaggi, confettura e pesce fresco. **Ecco l'altra faccia della splendida valle del Garda**, dove lo specchio d'acqua diventa uno scrigno di prodotti tutti da gustare

MILANO - Altro che paradiso per gli occhi. Ora la bellezza del Garda investe anche il gusto e l'olfatto. Tutto merito della strada dei Vini e dei Sapori del Garda che, grazie anche a una serie di prodotti tipici di grande qualità, vuole raccontare l'altra faccia dell'entroterra bresciano del Benaco, quella che racchiude le splendide colline moreniche, primo accenno di increspatura del terreno a fronte

della vasta pianura che si apre alle loro spalle. Un percorso lungo settanta chilometri di costa e venti di entroterra dove, dentro la splendida cornice del lago di Garda, tanto caro agli italiani quanto ai turisti stranieri, si concentrano antichissime tradizioni, storie di vita e prodotti unici legati ad aziende a conduzione familiare che da generazioni tramandano preziose ricette. Ne viene fuori, così, un menù talmente vasto da soddisfare anche i palati dei più esigenti. Sì perché fra salumi, miscele di caffè, formaggi più o meno stagionati, confetture, olio d'oliva, pesce fresco e affumicato, ma anche grappa di groppello o di lugana, passiti, gelati a chilometri zero, il "rischio" è quello di perdersi in



un piacevole labirinto sensoriale dove sapori e profumi di una volta riescono a sorprendere i visitatori.

Percorsi

E per non perdersi

neanche uno dei gioielli enogastronomici, ecco che l'Associazione Strada dei Vini e dei Sapori del Garda, nata nel 2001 per far conoscere storia, cultura e arte tra vini e

sapori della sponda Bresciana del lago, ha preparato una serie di itinerari per venire incontro anche ai più esigenti. Il punto di riferimento è il sito internet <http://www.stradadeivini.it>, dove è possibile buttare giù il proprio itinerario. Come? Semplice, o scaricando un file per il navigatore oppure consultando la cartoguida. Per chi ama spostarsi in auto, sono presenti già 5 percorsi consigliati (Colline della Valtenesi, Sponde della Valtenesi, Lugana e Solferino, da Salò a Sirmione, Parco Alto Garda Bresciano), mentre per chi non vuole rinunciare alla bicicletta, gli itinerari sono addirittura sei (Sirmione - Lugana, Bedizzole - Valtenesi, Desenzano - Lonato - Salò, Salò - Rocca di Manerba, Corna Vecchia e Salò - Serniga). E non finisce qui. Vista la chiara vocazione turistica della zona, sarà possibile prenotare alberghi e visite direttamente online. Non resta che partire. metro

stradadeivini.it, dove è possibile buttare giù il proprio itinerario. Come? Semplice, o scaricando un file per il navigatore oppure consultando la cartoguida. Per chi ama spostarsi in auto, sono presenti già 5 percorsi consigliati (Colline della Valtenesi, Sponde della Valtenesi, Lugana e Solferino, da Salò a Sirmione, Parco Alto Garda Bresciano), mentre per chi non vuole rinunciare alla bicicletta, gli itinerari sono addirittura sei (Sirmione - Lugana, Bedizzole - Valtenesi, Desenzano - Lonato - Salò, Salò - Rocca di Manerba, Corna Vecchia e Salò - Serniga). E non finisce qui. Vista la chiara vocazione turistica della zona, sarà possibile prenotare alberghi e visite direttamente online. Non resta che partire. metro

Ti sei diplomato o laureato e sei in cerca di una professione dinamica e indipendente?

Sei un geometra, un architetto o un ingegnere in cerca di nuovi stimoli professionali?

Sei un profilo senior che sta cercando di ricollocarsi nel mercato del lavoro?

ANACI Milano, l'Associazione Nazionale Amministratori Condominiali e Immobiliari, organizza il **45° corso di formazione** per diventare:

AMMINISTRATORI CONDOMINIALI E IMMOBILIARI
in linea con la Riforma del condominio e con quelle delle professioni.

I corsi sono a numero chiuso ed iniziano il 26 ottobre:
non perdere questa grande occasione per costruirti una tua professione!

PER INFORMAZIONI:

- visita il sito www.anaciservizi.it
- chiamaci allo 02.58322122
- scrivici a anacimilano@anaciservizi.it


ANACI
MILANO



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



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

 **centro
studi**
santagostino

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

metro 

www.metro  **news.it**



DeAmicis



BE THE FUTURE



Federica, 20 anni.
Diplomata nel 2013.
Ora frequenta l'Università.

E' una ragazza felice.

istitutideamicis.it

Medie inferiori
Liceo dello Sport
Liceo Scientifico
Liceo Classico
Liceo delle Scienze Umane
Istituto Tecnico Economico
National Avio School

EVERY DAY

CHIEDI UN APPUNTAMENTO



Istituti De Amicis

Via Lamarmora 34 - 20122 Milano - Tel. 02 55 19 51 53

APPUNTAMENTI IN CITTÀ - ARTE

L'Esposizione Universale è una occasione davvero unica per Milano.
L'arte mondiale si è data appuntamento qui

FOTOGRAFIA FUTURISTA

Galleria Carla Sozzani

Da Boccioni a Depero. In mezzo, altri 29 artisti che dalla fine dell'Ottocento fino agli anni Trenta hanno rivoluzionato l'idea di fotografia. È questo il cuore della mostra allestita per festeggiare il 25° anniversario della Galleria Carla Sozzani e curata da Giovanni Lista. L'esposizione punta la lente d'ingrandimento sul modo in cui i futuristi si sono impossessati del linguaggio fotografico per fissare l'invisibile delle pulsioni vitali e per trascrivere la realtà come creazione e divenire.



Elio Luxardo, Scarpa, 1940. Archivio Fotografico Fondazione 3M, Milano

Tutto per oltre 100 scatti che analizzano le ricerche innovative degli anni Venti-Trenta, fino al fotodinamismo dei fratelli Bragaglia, gli autoritratti di Depero e i fotomontaggi di Tato. Fino al 1° Novembre.

DON'T SHOOT THE PAINTER

Galleria Arte Moderna

Non sparate al pittore. Si apre con questo ironico riferimento alla frase "don't shoot the pianist" che compare nei saloon dei film western, la mostra curata da Francesco Bonami che racchiude oltre 100 dei più importanti dipinti di arte contemporanea. L'esposizione, realizzata in collaborazione con il Comune di Milano e con UBS, vuole svelare per la prima volta al pubblico italiano alcune delle opere simbolo degli ultimi 50 anni di pittura, con l'intento di indagare a fondo il ruolo dell'arte in una società contemporanea che sembra sempre più vittima del marketing e della pubblicità. Fino al 4 ottobre.



CLUB METRO PRESENTA



Abbiamo selezionato per te la migliore promozione in città

BIGLIETTO PER LE TERRAZZE DELLA GALLERIA + APERITIVO @DUOM021

A SOLI 19 EURO

vai su www.metronews.it
entra nella sezione
CLUB METRO accedi
o fai il login e segui
le istruzioni per usufruire
della promozione



EVENTI EXPO

**“SALVAGUARDIAMO LA NOSTRA VISTA:
IL GLAUCOMA COME MALATTIA SOCIALE”**

18/9/2015 presso HOTEL MICHELANGELO
h 10,00-12,00

IN COLLABORAZIONE CON:

CENTRO ITALIANO GLAUCOMA
ASSOCIAZIONE ITALIANA PREVENZIONE GLAUCOMA
UNIVERSITA' MILANO BICOCCA
CLINICA OCULISTICA OSPEDALE SAN PAOLO





IN BICI FINO A RHO
NUOVI PUNTI DI BIKE SHARING
PER PEDALARE FINO ALL'ESPOSIZIONE

PRIMO PIANO

MILANO • MERCOLEDÌ 25 LUGLIO 2012 • WWW.METROONLINE.IT

metro summer



Maurizia Cacciatori

Il suo capanno della Nazionale
nazionale di pallanuoto
4 Anni fa, Expo 2012

**Il mio Expo
sotto rete**

**Una guida settimanale per chi resta in città!
Appuntamenti estivi, itinerari cittadini, gite fuori porta,
cosa fare per i bambini, salute benessere.**

Cerca la tua copia in metropolitana e il 4, 11, 18 e 25 Agosto.

foto di: Andrea Tossano

metro expo



Russo:
"Mi sembra
di passeggiare
nel Villaggio
olimpico"

Il mio ring

**METRO EXPO
dal 12 settembre
torna in città**

APPUNTAMENTI IN CITTÀ - SPETTACOLI

Al Museo Interattivo del Cinema un omaggio tutto particolare a Laura Antonelli con la proiezione di otto film in sei giorni.

Subito dopo il film cult che fece impazzire anche John Lennon.

Nel mezzo, nella Chiesa di San Sepolcro, un capolavoro musicale da non perdere. Assolutamente

dal 4 al 9 agosto

LAURA ANTONELLI DIVINA CREATURA



Museo Interattivo del Cinema

Otto film in sei giorni. Così il MIC ha deciso di ricordare Laura Antonelli, l'icona della commedia sexy tricolore scomparsa lo scorso 22 giugno. Si comincia con Malizia (1973), dove l'attrice di Pola veste i (pochi) panni di una cameriera che ha lasciato col fiato in gola gli italiani grazie alla sua ormai famosa vestaglietta. Fra gli altri film a essere proiettati Il magnifico cornuto (1965), debutto cinematografico con la regia di Antonio Pietrangeli, Sessomatto (1973) di Dino Risi, Mio Dio come sono caduta in basso (1974) di Luigi Comencini, L'innocente (1976) di Luchino Visconti, Gran bollito (1977) di Mauro Bolognini, Il merlo maschio (1971) con Lando Buzzanca e Trappola per un lupo di Claude Chabrol.

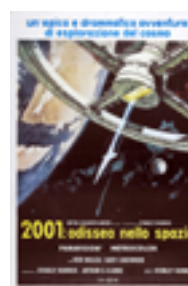
JOHANN SEBASTIAN BACH Chiesa di San Sepolcro

Il clavicembalo del Maestro Jos van Immerseel incontra la musica di Johann Sebastian Bach. Il risultato? Un successo capace di far rimanere col fiato sospeso un'intera platea. Soprattutto se a far da palcoscenico alle raffinate note del musicista di Anversa è una cornice tutta speciale come la Chiesa di San Sepolcro. Lo spettacolo, che prevede la partita in si minore per clavicembalo BWV 831 (Ouverture - Courante - Gavotte I - Gavotte II - Passepied I - Passepied II - Sarabande - Bourrée I - Bourrée II - Gigue - Echo) e Concerto italiano (in fa maggiore, per clavicembalo BWV 971, Andante - Presto) andrà in scena alle 18.30 e alle 20.30. Il costo dell'ingresso, invece, è di dieci euro a persona.



2001 ODISSEA NELLO SPAZIO

Museo Interattivo del Cinema



Niente combatte meglio la canicola estiva di un grande classico. Soprattutto se la pellicola in questione è uno dei capolavori del Maestro Stanley Kubrick. Al Museo Interattivo del Cinema, infatti, va in scena 2001 Odissea nello Spazio, il visionario film del regista statunitense che è riuscito ad accaparrarsi l'Oscar per i migliori effetti speciali nel lontanissimo 1969. Una pellicola che, oltre ad aver fatto innamorare un'intera generazione, ha ispirato anche artisti come John Lennon, così tanto appassionato del film da proiettarlo ogni settimana nella sua sala cinema privata. Il modo migliore, dunque, per trascorrere due ore all'insegna del grande cinema. Anzi, del grandissimo cinema.



**Seguici su
Facebook**
cerca

metro  **Italia**

APPUNTAMENTI IN CITTÀ - BAMBINI

Una giornata al Parco Forlanini per rinfrescarsi e imparare tutti i segreti della lotta agli sprechi, oppure un pomeriggio ad alta tecnologia disegnando con i robot. O, ancora, decidere di fare una veloce visita in Ungheria. Per i nostri bambini, annoiarsi a Milano ad agosto è davvero impossibile...

7

VILLAGGIO DELLA SOSTENIBILITÀ

Parco Forlanini

Imparare il rispetto ambientale non è mai stato così divertente. Tutto merito del "Villaggio della Sostenibilità" messo a punto da Henkel a parco Forlanini. Una vera e propria oasi dove, grazie a una serie di laboratori gratuiti tutti giochi e disegni, i bambini potranno imparare quali sono i comportamenti più corretti per risparmiare acqua ed energia e per generare meno rifiuti. Qui, partendo dai piccoli gesti quotidiani come chiudere i rubinetti mentre ci si lava i denti e non lasciare il televisore in standby in salotto, gli adulti di domani potranno capire l'importanza di essere più "green". A fine giornata, poi, ogni bambino riceverà il diploma di "Campione della Sostenibilità".

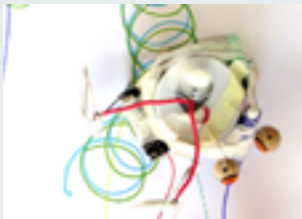


8

ROBOT DA DISEGNO

Museo Nazionale della Scienza e Tecnologia

Ora i ragazzi diventano ingegneri. Almeno per un pomeriggio. Direttamente dall'Exploratorium di San Francisco, il Tinkering arriva a Milano per coinvolgere i bambini in un'avventura di costruzione che vuole essere anche una sfida di creatività. Nel laboratorio dell'8 agosto (l'attività verrà svolta a ciclo continuo di 45 minuti dalle ore 14 alle 18 e l'età minima per potervi accedere è di otto anni), i ragazzi saranno chiamati a costruire il proprio robot da disegno: un piccolo veicolo avveniristico che, grazie a un piccolo motore, potrà muoversi in maniera molto particolare lasciando sulla carta dei segni che andranno a formare uno splendido disegno.



9

AVVENTURE INTORNO ALLA TAVOLA

MuBa

Conosci le favole dell'Ungheria? La favola, nel mondo intero, è un modo naturale e divertente per introdurre i bambini in culture e in mondi "altri": una grande installazione a forma di tavola, che offre stimoli interattivi sensoriali basati sull'udito e sul tatto, è la cornice narrativa per far immergere attivamente i bambini in una delle tante fiabe che parlano di nutrimento, di cibo, di convivialità! I visitatori affrontano in prima persona situazioni, compiti e giochi, nei diversi luoghi di ritrovamento tipici della struttura delle favole, guidati dai reali

protagonisti delle storie. Un percorso di gioco dedicato ai bambini dai 4 anni, a cura di Mezemuseum - Petőfi Literary Museum, Budapest.



Linea diretta



Martedì 11 agosto 2015

www.atm.it | @atm_informa

Infoline ATM 02.48.607.607 | lineadiretta@atm.it

RIVOLUZIONE DIGITALE ATM: A MILANO IL BIGLIETTO SI CONVALIDA CON LO SMARTPHONE

Il biglietto è virtuale anche per raggiungere Expo. ATM segna questo primato in Italia.

La rivoluzione tecnologica di ATM continua.

Per la prima volta in Italia, il ticket acquistato con lo smartphone apre il tornello della metropolitana grazie al QR Code, la tecnologia che permette la convalida di questo biglietto virtuale.

Come funziona

Dopo aver acquistato e convalidato il biglietto attraverso la APP ATM MILANO, o aver ricevuto il biglietto già convalidato tramite SMS, i possessori di un telefono di nuova generazione ricevono anche un QR Code che permette di aprire i tornelli del metrò e viaggiare sui mezzi di superficie.

Per entrare in metropolitana, sarà sufficiente accostare l'immagine del QR Code che compare in primo piano sul display dello smartphone, dopo aver effettuato l'operazione d'acquisto (e di convalida, se acquistato tramite APP), al lettore del tornello. NB: lo schermo del telefono deve essere integro. Nel caso in cui fosse danneggiato, impedendo la leggibilità del QR Code, si dovrà stampare il biglietto cartaceo dai distributori automatici presenti in stazione, inserendo il codice (PNR) ricevuto dopo l'acquisto del biglietto.



Sui mezzi di superficie, invece, bisognerà mostrare il QR Code ai controllori ATM per la verifica dei titoli di viaggio.

Expo

Il nuovo servizio è attivo anche per tutti i visitatori per il semestre dell'Esposizione Universale. Si tratta di un investimento in totale autofinanziamento ATM, il software è stato sviluppato internamente e, a regime, sarà presente sui circa 370 tornelli di tutte le stazioni delle quattro linee della metropolitana. Attraverso la APP ATM MILANO è possibile acquistare il biglietto ordinario urbano da 1,5€, il biglietto giornaliero urbano da 4,5€, il biglietto andata e ritorno per Rho Fiera da 5€, i biglietti di singola tratta da e per Rho Fiera da 2,5€ e il biglietto giornaliero urbano valido fino a Rho Fiera da 8€. Mentre inviando un SMS con la scritta ATM al 48444 è possibile acquistare il biglietto ordinario urbano da 1,5€ oppure con la scritta EXPO per il biglietto singolo per Rho Fiera Expo da 2,5€.

ATM è la prima azienda di trasporto pubblico locale in Italia ad aver implementato questa innovazione tecnologica e si pone quindi a livello delle grandi capitali europee offrendo ai clienti una moderna e completa piattaforma di mobile ticketing.

COME MUOVERSI ALL'EXPO 2015

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

• **FERMATA 2**

Expo Center, accesso corridoio Decumano

• **FERMATA 3**

Cascina Triulza – padiglione della società civile, Children Park

• **FERMATA 4**

Cluster Spices, Cluster Fruit and Legumes

• **FERMATA 5**

Padiglione Italia, Lake Arena, Parco della Biodiversità, Cluster Biomediterraneum

• **FERMATA 6**

(Accesso Roserio) Navette per i parcheggi Arese – Trenno, Parcheggio Roserio, Taxi

• **FERMATA 7**

Collina mediterranea

• **FERMATA 8**

(Accesso Merlata) Future Food District, Open Air Theater, Parcheggio Cascina Merlata, Taxi, Autobus

• **FERMATA 9**

Cluster Coffee, Rice, Cocoa

• **FERMATA 10**

Padiglione Zero

il trend

Con ATM viaggiare non è mai stato così smart



Il percorso che porta a diventare una smart city passa anche per i piccoli gesti quotidiani, e Milano sembra essere sulla buona strada. Perché i nuovi servizi di mobile ticketing offerti da Atm stanno facendo registrare numeri incredibili. Tra dicembre 2014 e giugno 2015 sono stati acquistati 226mila biglietti tramite sms o app. E sono già tantissimi anche gli utenti 2.0 che utilizzano il QR Code, la tecnologia che da maggio 2015 consente di aprire i tornelli della metropolitana tramite il cellulare di nuova generazione, senza bisogno di stampare il titolo di viaggio. In due mesi le validazioni tramite app sono state 77.000, quelle via sms quasi 30.000. «Milano, insieme a Atm, garantisce un accesso al trasporto pubblico sempre più comodo e veloce - sottolinea l'assessore alla Mobilità e Ambiente Pierfrancesco Maran - Atm in questi mesi di Expo sta dimostrando di saper offrire un servizio efficiente per milanesi e turisti, all'altezza delle grandi città europee».

metro



LA NUOVA APP ATM MILANO

Scaricala Subito.



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



EXPO CENTRE

PADIGLIONE ZERO

Ingresso Ovest TRIULZA

Ingresso Ovest FIORENZA

CASCINA TRIULZA

CHILDREN PARK

RISO

CACAO E CIOCCOLATO

CAFFÈ

FRUTTA E LEGUMI

SPEZIE

PADIGLIONE ITALIA

BIO-MEDITERRANEA

LAKE ARENA

Palazzo Italia

CARDO

Ingresso Sud MERLATA

OPEN AIR THEATRE

FUTURE FOOD DISTRICT

L'Ego Editore

ECCO COSA SI TROVA NEL SITO ESPOSITIVO

Paesi

Padiglioni e spazi espositivi dei Paesi protagonisti di Expo

Il padiglione Italia è nel Cardo, comprende il Palazzo Italia e gli spazi delle diverse regioni

Cluster

Paesi diversi accomunati da un particolare genius loci, identità tematica o filiera alimentare

Società Civili

Organizzazioni e associazioni riflettono sul futuro di città e alimentazione

Club Metro e MilanoCard ti portano all'EXPO

Authorized Reseller
EXPO
MILANO 2015
REJOINING THE PLANET
ENERGY FOR LIFE

MilanoCard
When in your hands

n° 10886
U. J0886

Club Metro e MilanoCard hanno riservato per te un'offerta ESCLUSIVA:

Biglietto Expo open date +
MilanoCard annuale con inclusa +
- a/r Expo Area in Metro +
- 2 corse gratuite con autista personale (15€ a corsa)
- sconti e benefit per musei, monumenti, negozi, teatri ecc

Valore di mercato 39€ – **PREZZO** riservato ai lettori di **Metro 32,50€**, solo 0,50€ in più del biglietto Expo.

Cosa aspetti vai subito su www.metronews.it entra nella sezione **CLUB METRO** registrati o fai il **LOG IN** e segue le istruzioni per acquistare il tuo biglietto per l'evento più sensazionale dell'anno.

www.metronews.it
Consulta ogni giorno le offerte Club Metro: sport, spettacoli ed eventi in esclusiva per te!

club metro

NAVIGA IL LAGO DI COMO

...Ogni volta sull'onda dell'emozione



Eremo di S. Caterina del Sasso - Leggiano

Veduta da Villa Carlotta - Tremezzo



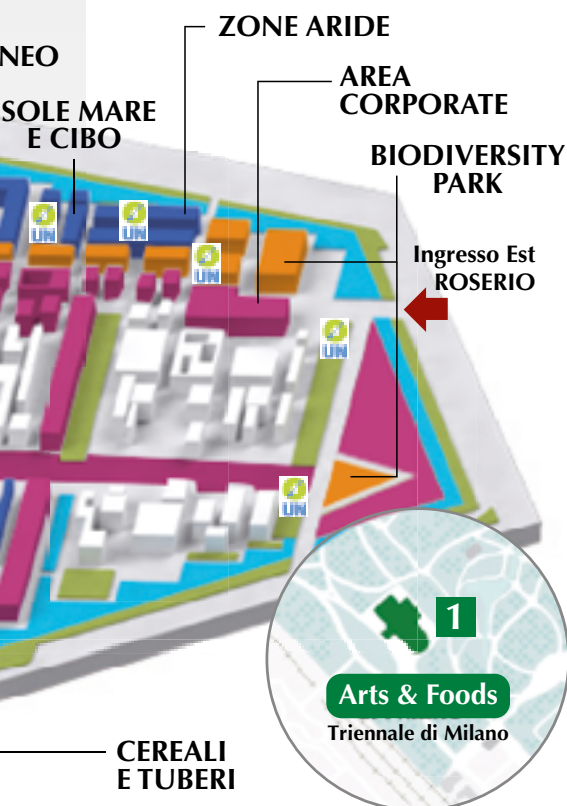
navigazionelaghi.it



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



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



ISTITUTO TECNICO DEL TRASPORTO AEREO E LOGISTICA CONDUZIONE DEL MEZZO AEREO

**LINDBERGH
FLYING SCHOOL**



Scuola Paritaria

Indirizzo Sede: Via Curtatone 12
MILANO (Zona Porta Romana)
Tel. 02.55.011.914 - 02.59.900.110
Fax. 02.54.639.07
Mail: info@lindberghfs.com
www.lindberghfs.com

- Conseguimento Brevetti di Volo
- Corsi Post-Diploma: Flight Dispatcher (Pianificazione Voli)
Operatore Aeroportuale (Rampa e Check-in)
Manutentore
- Certificazione AFIS
- TEA (Test of English for Aviation)

LINDBERGH FLYING SCHOOL

Recupero Anni
Scolastici

Istituto Tecnico del Trasporto e Logistica



avviso riservato ai soci ASX
ASX ASSOSEN

**SAUNA
MILANO**



**CLUB PRIVE
MILANO**

hammam vapore - sauna finlandese - tepidarium
2 vasche idromassaggio a 8 posti
zona bar ristoro - sala fumatori - sala video xxx
area privé sex club naturista / camerini relax

**orario continuato
dalle 13 alla 22
APERTO TUTTI I GIORNI**

climatizzato

**via Ponte di Legno 3
zona stazione di Lambrate
info : 02/21711200 - 340/2805771**

info per promozioni e sconti sul nostro sito e su facebook:

www.saunamilano.it **Sauna Milano Club Privé**



**SUMMER
ALL INCLUSIVE**



ACQUAWORLD

a new water experience 

**10 SCIVOLI MOZZAFIATO,
12 VASCHE EMOZIONALI,
WELLNESS & SPA,
BABY CLUB,
POOL NIGHT E DJ SET.**

**ACQUAWORLD:
IL TUO VILLAGGIO
A DUE PASSI DA MILANO.**