



LE VIE DELLA MODA

IL QUADRILATERO DEL LUSO È UNA TRA LE TAPPE CULT MILANESI

MILANO DA VEDERE

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 !)
NEL BOCCALE GHIACCIATO !!!

Aria condizionata, avvio !!!

Uh, fo'belli l'occi: l'accesse in via Niccolini è sempre consentita alle
auto 24h su 24. I limiti d'orario riguardano solo gli autotreni.

alsaloonpub
alsaloonpub@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 pezz di giornale: vinci uno "Sparino" alcolico !

MILANO • MARTEDÌ 25 AGOSTO 2015 • WWW.METRONews.IT

metr summer

Andrea Berton
“All’Expo tutte
le culture del pianeta
si incontrano
in cucina”

Lo Chef friulano,
formatosi a Milano
nella scuola del Maestro
Gualtiero Marchesi,
è Ambassador
Expo 2015

Il mondo a tavola



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

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 RISCOVRARE 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.

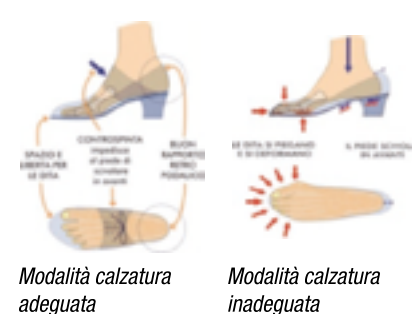
È uno dei presidi ortopedici maggiormente usati, sia per quanto riguarda i bambini sia tra gli adulti, per far fronte a un gran numero di patologie legate al piede e alla deambulazione.

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



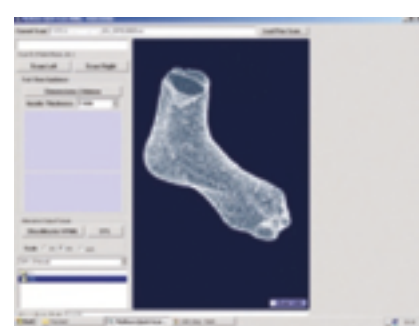
Il dr. Nicola Perrino è il Direttore del Centro Ortopedico Rinascita. Laureato in tecniche ortopediche, è docente a contratto di Scienze Tecniche Mediche applicate al Corso per Tecnici Ortopedici dell'Università di Milano.

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.

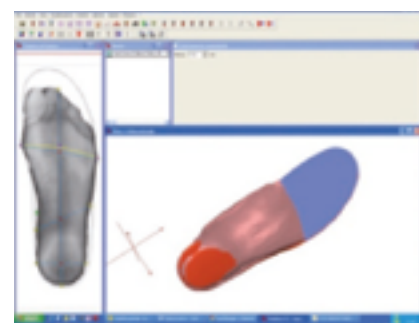
Assolutamente essenziali sono anche alcune valutazioni accessorie che in parte seguono e in parte precedono l'analisi baropodometrica. Da un lato è importante valutare la modalità esatta con cui sarà presa l'impronta del piede, dall'altro è necessario impostare accuratamente, fin dall'inizio, la tecnica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

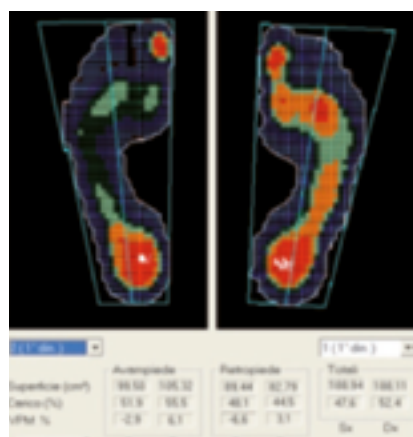
E che dire poi delle calzature? L'utilizzo di una scarpa non corretta può molto spesso vanificare del tutto l'efficienza di un ottimo plantare.



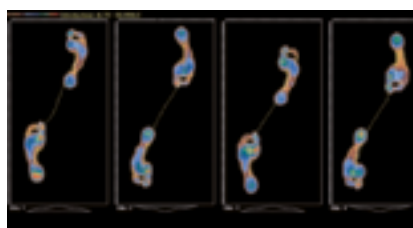
Elaborazione con il CAD di un PLANTARE

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

A spasso per il “Quadrilatero”

Milano è una delle capitali mondiali della Moda, universalmente riconosciuta come una delle città più all'avanguardia e di tendenza. Da via Montenapoleone a via Manzoni, passando per via della Spiga e corso Venezia, ecco i luoghi più fashion di tutta Italia



Milano è una delle capitali mondiali della moda. Tra le sue vie e nei suoi palazzi si nascondono alcune delle pagine più importanti della storia del made in Italy che ha conquistato i gusti e i mercati di tutto il Pianeta. E allora, per entrare in profondità nell'anima della città dei Navigli, è impossibile non cedere al fascino di un tour lungo i luoghi dello shopping e degli atelier più lussuosi. È la magia del “quadrilatero della moda”. Si parte da via Montenapoleone, la porta principale di tutti i grandi stilisti. Le vetrine di questa via sono il riflesso attivo

di un mondo che è in continuo rinnovamento, che va presentato e conosciuto, come accade puntualmente in occasione delle grandi sfilate della moda organizzate in città. Questa strada del lusso si trova sul tracciato delle antiche mura romane del III secolo d.C. Il suo nome deriva dall'omonima istituzione finanziaria, che aveva sede all'odierno civico 12, sorta in epoca napoleonica

per gestire il debito pubblico. La vita di molti personaggi importanti milanesi è legata a via Montenapoleone, di fronte al civico numero 1, nel neoclassico Palazzo



Un buon
investimento
ha un nome
e una faccia

FAI UNA DONAZIONE

• CONTO CORRENTE BANCARIO

Credito Valtellinese

Iban IT94I0521601631000000002405

causale “Fondo Famiglia Lavoro”

• CONTO CORRENTE POSTALE

Arcidiocesi di Milano n. **312272**

causale “Fondo Famiglia Lavoro”

• DONA ON LINE SU

fondofamigialavoro.it



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.

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

Qui sotto uno scorcio di via della Spiga, la strada è chiusa al traffico e interamente pavimentata col pavé. Più in basso, uno scorcio degli interni di Palazzo Reale, oggi sede di importanti eventi e mostre. A destra, due tratti della lussuosissima via Montenapoleone, la strada dello shopping per antonomasia a Milano.



zo Taverna, abitò e morì nel 1821 il più grande poeta milanese, Carlo Porta e nel 1901 il re Vittorio Emanuele vi inaugurò la prima sede dell'Automobile Club Italiano. Avvicinandosi a via Manzoni, Palazzo Melzi e la Canonica di San Francesco di Paola, ex-convento soppresso nell'800, furono frequentati da Giuseppe Verdi che al grande organo avrebbe probabilmente composto il Nabucco. Via Manzoni, invece, inizia in piazza della Scala e termina in corrispondenza degli archi di Porta Nuova. Eppure, prima che venisse intitolata ad Alessandro Manzoni, da piazza della Scala fino all'incrocio fra via Croce Rossa e via Montenapoleone, la nomina era di "Corsia del Giardino", e

dall'incrocio stesso agli archi di Porta Nuova, "Corso di Porta Nuova". Nell'Ottocento era considerata la strada più lussuosa di Milano e d'Europa, ma ancora oggi ospita alcuni degli atelier più fashion di tutta Italia. Via della Spiga, a differenza di via Montenapoleone, è chiusa al traffico ed è interamente pavimentata in pavé. La via conserva anche importanti testimonianze dell'architettura del secondo dopo guerra; al civico 30 c'è palazzo Garzanti, realizzato dal designer e architetto milanese Giò Ponti e ospita alcuni dei marchi del made in Italy più apprezzati all'estero: Dolce&Gabbana, Prada, Roberto Cavalli, Moschino, Giorgio Armani. Chiude il "quadrilatero" corso

Venezia, una delle strade più eleganti della città, con un forte orientamento allo stile Liberty di fine Ottocento, quando la

più raffinata borghesia milanese ritrovò il gusto per le "verdi" atmosfere di questo quartiere.

Flavio Di Stefano



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

Tante soluzioni per la tua voglia di abitare.

In stabili signorili o in residenze immerse nel verde, in appartamenti di piccole o di grandi dimensioni, con balconate o con box che arricchiscono le proprietà: qualsiasi sia il tuo concetto di "casa", Gabetti Frazionamenti ti offre sempre la proposta che risponde meglio ai tuoi desideri.



MILANO - VIA CARONCINI 1

In stabile anni '60 nelle vicinanze della fermata della metropolitana M3 Corso Lodi, proponiamo in vendita soluzioni abitative di varie metrature. **Classe energetica G** Eph da 81,73 a 192,37 Kwh/m²a viacaroncini.gabetti.it



MILANO - VIA EMILIO DE MARCHI 52

In stabile medio signorile, nelle vicinanze della fermata della M3 Sondrio, proponiamo in vendita soluzioni abitative di varie metrature. **Classe energetica E** Eph 136,99 Kwh/m²a e **G** Eph 67,05 Kwh/m²a viademarchi.gabetti.it



MILANO - VIA VERGANI MARELLI 1

In stabile medio signorile dotato di portineria, nelle vicinanze della M1 Primaticcio, proponiamo soluzioni abitative di varie metrature. **Classe energetica F** Eph 147,31 Kwh/m²a e **G** Eph da 66,53 a 78,90 Kwh/m²a viamarelli.gabetti.it



MILANO - VIA SAVONA 69/A

In stabile anni '60 proponiamo in vendita soluzioni abitative, da 60 a 190 mq ca. Ampie balconate, box auto e servizi comuni arricchiscono la proprietà. **Classe energetica G** Eph da 81,15 a 243,19 Kwh/m²a viasavona.gabetti.it



PESCHIERA BORROMEO VIA ORIANA FALLACI / VIA MELEGNANO

Stai pensando a una elegante abitazione nel verde? Vieni alle Residenze Borromeo di Peschiera Borromeo e scegli il tuo appartamento tra le diverse tipologie disponibili: bilocali, spaziosi trilocali o quadrilocali. Ampie balconate, box auto e servizi comuni arricchiscono la proprietà. **Classe energetica B** Eph da 29 a 58 Kwh/m²a residenzeborromeo.gabetti.it

**Per conoscere tutti i dettagli, chiama il numero +39 02 77.55.343
oppure scrivi a frazionamentiecantieri@gabetti.it**

GABETTI GROUP

gabetti.it

APPUNTAMENTI IN CITTÀ

29

MUSICRAISER FESTIVAL

Carroponte

Musicraiser, il portale di crowdfunding della musica indipendente che ha da poco raggiunto il traguardo dei due milioni di euro raccolti e oltre cinquecento progetti finanziati, festeggia il suo secondo anno di attività con un super festival che vedrà protagonisti alcuni imperdibili artisti, veri giganti del panorama indie, come i Marlene Kuntz, i Marta Sui Tubi o i Post-Csi. Nel corso della serata spazio anche alle note di Giuliano Dottori, Massaroni Pianoforti e del rapper Evergreen A.K.A. E-Green.



29

SUD SOUND SYSTEM

Circolo Magnolia

La musica reggae all'aperto è tutta un'altra cosa. E stasera, nel giardino del Circolo Magnolia, sarà una delle ultime occasioni che avete a disposizione per godervela come si deve. Perché arriva l'ultimo appuntamento con Vito War e la sua Reggae Radio Station Night, che quest'anno si fa forte dell'anima bella del mezzogiorno: i Sud Sound System. Il gruppo salentino, pluricelebrato in Italia e non solo, sarà l'anima pulsante di una serata davvero imperdibile per gli appassionati del genere. Completano la ricca serata Wicked Dub Division feat. Michela Grena.



30

CUOCHI INVENTAFAVOLE

Carroponte

Si tratta di un laboratorio di favole e di cucina con l'attrice Serena Crocco e i cuochi di Kitchen Stories. Partendo da ingredienti ed elementi casuali, si arriverà a realizzare una vera e propria cena, passo dopo passo. E non è tutto, perché ci sarà spazio anche per la creatività narrativa, tanto che dovrà essere inventata una storia di fantasia. La quota di partecipazione, comprensiva anche della cena, è di dieci euro. È necessaria la prenotazione all'indirizzo mail info@kitchenstoriesmilano.com oppure al numero 347 8138165.



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

30 Agosto

*Antiquariato
sul Naviglio Grande*



Prossimi appuntamenti:

13 Settembre
27 Settembre
25 Ottobre



www.navigliogrande.mi.it

**Arte
sul Naviglio Grande**



ANDREA BERTON

Andrea Berton, chef e Ambassador Expo, dà il suo consiglio a tutti i visitatori dell'Esposizione: «C'è tutto il mondo e si scoprono sapori, idee e culture a cui normalmente non siamo abituati a rapportarci, è un'esperienza da vivere nella sua totalità»

di Flavio Di Stefano

PER UN CIBO ALLA PORTATA DI TUTTI

Dal 27 agosto al 13 Settembre

 **OCCHIO**  **allo**

SCONTRINO

Subito

BUONI SCONTO **per te***

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

* VEDI CONDIZIONI E REGOLAMENTO ALL'INTERNO DEL PUNTO VENDITA

www.tomarket.it

Innovativo, raffinato e innamorato pazzo del suo mestiere. Andrea Berton, Ambassador Expo e apprezzatissimo chef milanese, ci racconta la sua filosofia in cucina. A metà tra la responsabilità del suo ruolo e la missione professionale che si è imposto: ripartire da zero per creare sempre nuovi contenuti e situazioni, tra i forni e non solo.

Che effetto fa essere Ambassador di Expo?

È una gratificazione molto importante, e credo anche unica anche. Far parte di questo gruppo di ambassador mi lusinga, ma è anche una responsabilità perché con il mio lavoro ho il dovere di valorizzare ancor più tema scelto, alimentazione e cibo.

Qual è il messaggio che vuole veicolare?

Oggi il cibo deve essere alla portata di tutti, bisogna rispettare il prodotto e soprattutto utilizzarlo nella

sua totalità, bisogna conoscere la materia prima in modo profondo.

Un consiglio a chi visita Expo?

Innanzitutto di tenere bene a mente che ci si trova il mondo davanti, credo sia una situazione divertente e nuova. Il consiglio che dò è di assaggiare il cibo di tutti i padiglioni, si scoprono sapori, idee e culture a cui normalmente non siamo abituati a rapportarci.

Quali sono i padiglioni che l'hanno convinta di più?

Nel padiglione giapponese hanno ricreato alla perfezione la loro idea di cucina, sono stato in Giappone e ho ritrovato la stessa filosofia. Anche per la Corea, più o meno, vale lo stesso discorso, hanno tenuto saldi i valori più importanti del loro principio. Identità Expo merita una menzione a parte, credo sia la rappresentazione più chiara

di quello che succede oggi in nel mondo del food del nostro Paese. Ogni settimana uno chef diverso italiano va lì a cucinare, credo sia molto interessante e anche stimolante per i visitatori.

Qual è, invece, la sua filosofia in cucina?

Far sì che l'ingrediente sia valorizzato, mai snaturarlo, bisogna mantenere il sapore vero e puro. Ogni singolo ingrediente deve sempre rimanere molto chiaro e identificabile.

Chi è stato il suo maestro?

Ho iniziato con Gualtiero Marchesi nel 1989, ho voluto iniziare subito nel miglior ristorante in italiano dell'epoca per mettermi alla prova, o andava bene o male, sono partito subito al top. Quell'esperienza mi ha dato il là per capire cosa volesse dire veramente fare il cuoco in tempi non sospetti. Oggi qualcuno lo fa perché è diventata una moda, quando ho iniziato io

chi lo faceva ci credeva, era una passione, forse la differenza è questa. Ma non voglio generalizzare, anche oggi vedo dei giovani molto interessati e stimolati, che fanno questo mestiere con grande intensità.

L'ingrediente più importante nella sua cucina?

Il buon senso, quello non deve mai mancare.

Come nasce un nuovo piatto?

Non c'è regola per me. P nascono da mille situazioni diverse: un'ispirazione per aver visto una forma particolare, da un abbinamento di ingredienti, dal gusto.

Nella cucina del suo ristorante c'è un tavolo per due. Come è nata questa idea?

Volevo far vivere un'esperienza completa, il tavolo è proprio dentro la cucina, senza vetri o separazioni. Serviamo piatti a oltranza senza ordinazioni, chi siede a quel tavolo assaggia tutto quello che pre-



pariamo.

Che rapporto ha con Milano?

È una città di grande qualità, che dà molto, se lavori bene sa riconoscerli i meriti. Credo che oggi sia la città in Italia dove il food abbia il miglior grande riscontro e susciti più interesse.

Nel sito del suo ristorante lei spiega «Ogni giorno passavo davanti al cantiere di Porta Nuova Varesina e pensavo: il mio ristorante nascerà lì». Perché?

La mia idea era di aprire in un luogo che a Milano non esistesse, senza collegamenti con nes-

suna realtà. È stato automatico entrare in contatto. Essendo il primo ristorante col mio nome volevo ripartire da zero.

Da dove è ripartito?

Ad esempio, da quando ho aperto, ho lanciato un menu tutto a base di brodo. Ho valorizzato un ingrediente spesso messo in disparte nella cucina.

Che idea si è fatto degli show cooking in tv?

Secondo me è giusto che ci siano, perché fanno conoscere al grande pubblico il mondo del food. Ben vengano.

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





iper
Di

www.superdi.it

fino al 2 settembre



€
0,99

1,5 Lt
x 6

ACQUA NATURALE
MIA
conf. 6 bottiglie da 1,5 Lt
(€ 0,11 al Lt)



€
1,99

PROSCIUTTO CRUDO
DI PARMA
NEGRONI
a fette, 80 g (€ 24,88 al Kg)

BIRRA
HEINEKEN
66 cl
(€ 1,50 al Lt)

€
0,99



€
2,99

1 Kg

VASCHETTA GELATO
SORBETTIERA
SAMMONTANA
gusti assortiti
1 Kg (€ 2,99 al Kg)

OLIO
EXTRAVERGINE
DI OLIVA TERRE VIVE
SAGRA
1 Lt (€ 3,99 al Lt)

€
3,99



1 Lt



€ al Kg
7,99

REALE
BOVINO ADULTO
a fette

80 g
x 12
€
6,99

TONNO
NOSTROMO
all'olio di oliva
conf. 12 lattine
da 80 g (€ 7,28 al Kg)



50 misurini

€
4,99

DETERSIVO
IN POLVERE
PER LAVATRICE
BIO PRESTO
50 misurini

€
0,99

€
1,49

€
1,99

TUTTO A

oltre 700 prodotti in offerta!

Salvo esaurimento scorte. I prezzi possono subire variazioni nel caso di eventuali errori tipografici, ribassi, modifiche a leggi fiscali. Al fine di garantire la disponibilità dell'offerta a tutti i clienti, non saranno venduti quantitativi di merce eccedenti il fabbisogno familiare. Disegni e fotografie hanno valore puramente estetico.

LIBRI CONSIGLIATI



L'ESATTO CONTRARIO Giulio Perrone

Rizzoli
Pagine 227
Euro 18,50

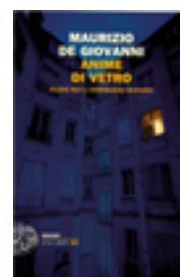
Un bacio rubato ai tempi dell'università e un amore finito troppo in fretta. Sì perché Giulia era morta, uccisa nei bagni della Sapienza. Un omicidio che aveva scioccato tutti e del quale era stato accusato l'insospettabile professor Morelli. Dieci anni dopo Riccardo si ritrova a scrivere recensioni di libri su "TuttoGiallo" e senza una relazione stabile, se si esclude quella con i coinquilini Sandro, fanatico di Proust, e Rachele, mistress per passione. L'omicidio di Morelli, appena uscito dal carcere, fa riaccendere nel protagonista quella fiamma mai sopita e che spingerà uno svogliato cronista senza ambizioni in un investigatore privato.



L'AMBASCIATA DI CAMBOGIA Zadie Smith

Mondadori
Pagine 70
Euro 10

Dopo il successo raggiunto con Denti Bianchi, l'autrice di padre inglese e madre giamaicana si conferma una delle voci più originali del panorama internazionale. Il piccolo volume racconta di Fatou, una donna arrivata dalla Costa d'Avorio e che vive con la sua nuova famiglia, per la quale si occupa di spese e delle pulizie oltre che dei figli scontenti e maleducati. E visto che i suoi datori di lavoro non le hanno mai versato lo stipendio, Fatou usa i loro biglietti omaggio per il centro benessere. Ed è proprio quando aspetta l'autobus per andare in piscina che nota quelle interminabili partite di badminton all'interno dell'ambasciata di Cambogia.



ANIME DI VETRO Maurizio De Giovanni

Einaudi
Pagine 394
Euro 19

Il grande giallo parla napoletano. Torna, infatti, il malinconico commissario Ricciardi con le sue indagini ambientate nella Napoli degli anni Trenta. È qui che la penna dello scrittore Maurizio De Giovanni riesce a dar vita a uno dei personaggi più amati del thriller made in Italy. Stavolta il buon Ricciardi si troverà, nel vuoto della più profonda crisi, a ricevere la chiamata della bellissima Bianca, la contessa di Roccaspina. La nobile gli chiede di indagare su un omicidio apparentemente risolto ormai da mesi, mettendolo così di fronte a una scelta: seguire i meno il proprio istinto e accettare di condurre, per la prima volta, un'indagine non autorizzata?

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



HOME VIDEO

THE IMITATION GAME

Biografico

Durante l'inverno del 1952, le autorità britanniche entrarono nella casa del matematico, criptoanalista ed eroe di guerra (decifrò i codici della macchina tedesca Enigma) Alan Turing per indagare su una segnalazione di furto con scasso. Finirono invece per arrestare lo stesso Turing per "atti osceni", incriminazione che lo avrebbe portato alla condanna per il reato di omosessualità. Le autorità non sapevano che stavano arrestando il pioniere della moderna informatica.

Usa, Gran Bretagna (2014), 114'
Regia di Morten Tyldum
Con Benedict Cumberbatch,
Keira Knightley, Matthew Goode,
Mark Strong, Rory Kinnear



CENERENTOLA

Fiabesco

Racconta la storia di una giovane ragazza figlia di un mercante. Dopo la morte di sua madre, suo padre si risposa e lei, per dimostrargli il suo affetto, accoglie in casa la matrigna e le sue figlie, Anastasia e Genoveffa. Ma quando improvvisamente suo padre muore, Cenerentola si ritrova alla mercé di tre donne gelose e malvage. La giovane fanciulla non intende disperarsi né disprezzare chi la maltratta. E poi c'è l'affascinante straniero che incontra nel bosco.

Usa (2015), 112'
Regia di Kenneth Branagh
Con Lily James, Richard Madden,
Cate Blanchett, Helena Bonham Carter,
Holliday Grainger



KINGSMAN: SECRET SERVICE

Azione

Tratto dall'omonimo fumetto di Mark Millar, è la storia di un'organizzazione supersegreta britannica che recluta e forma spie. L'agente Harry Hart inserisce nel programma di formazione il giovane Eggsy, un ragazzo rude ma di grandi potenzialità, figlio di un suo grande amico morto diciassette anni prima durante una missione fatale. Insieme dovranno impedire al geniale Richard Valentine di portare a termine il suo folle compito di "salvare" il mondo.

Usa (2015), 128'
Regia di Matthew Vaughn
Con Colin Firth, Michael Caine, Taron Egerton,
Mark Strong, Sofia Boutella



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



HOME VIDEO

MALEFICENT

Fantasy

La rilettura della Bella Addormentata dal punto di vista della cattiva, Malefica. Una bella e giovane donna dal cuore puro con impressionanti ali nere vive una vita idilliaca immersa nella pace della foresta del regno, fino a quando, un giorno, un esercito di invasori umani minaccia l'armonia di quei luoghi. Malefica diventa la più fiera protettrice delle sue terre, ma rimane vittima di uno spietato tradimento, ed è a questo punto che il suo cuore comincia a tramutarsi in pietra.



Usa (2014), 97'
Regia di Robert Stromberg
Con Angelina Jolie, Elle Fanning, Sharlto Copley, Lesley Manville, Imelda Staunton

EXODUS - DEI E RE

Azione



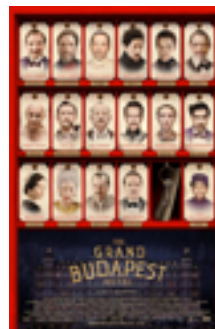
La fuga degli ebrei dall'Egitto, guidata da Mosè, così come è descritta nel libro biblico dell'Esodo. La storia di un uomo che sfida con coraggio la potenza di un impero. Incitante del pericolo, si ribella al faraone Ramses e guida quattrocentomila schiavi in fuga dall'Egitto e dalla terrificante successione di piaghe funeste che si abbattano sul paese. Usando effetti speciali allo stato dell'arte e un 3D immersivo, Scott porta nuova linfa alla storia di Mosè. Da vedere per capire il cambiamento tecnologico nei colossali.

Usa, Gran Bretagna (2015), 154'
Regia di Ridley Scott
Con Christian Bale, Joel Edgerton, John Turturro, Aaron Paul, Ben Mendelsohn

GRAND BUDAPEST HOTEL

Commedia

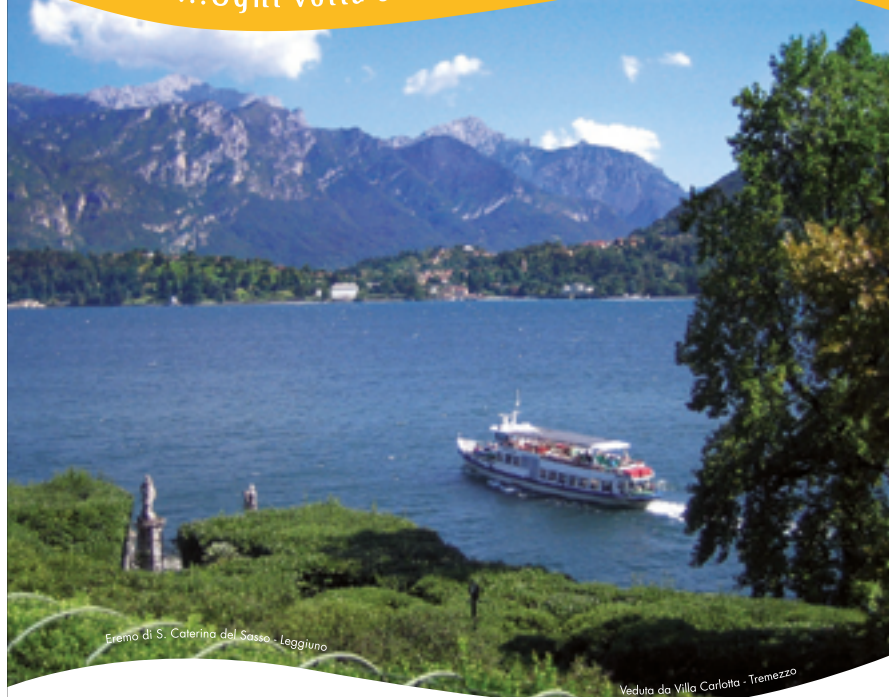
Monsieur Gustave è il concierge del Grand Budapest Hotel, nell'immaginaria città di Zubrowka. Gode soprattutto della confidenza (e anche di qualcosa di più) delle signore attempate della zona. Una di queste, Madame D., gli affida un prezioso quadro. In seguito alla sua morte, il figlio Dimitri accusa Monsieur Gustave di averla assassinata. L'uomo finisce in prigione. Ma la strettissima complicità che lo lega al suo giovanissimo neoassunto portiere immigrato Zero gli sarà di grande aiuto.



Usa (2014), 100'
Regia di Wes Anderson
Con Ralph Fiennes, F. Murray Abraham, Mathieu Amalric, Adrien Brody, Willem Dafoe

NAVIGA IL LAGO DI COMO

...Ogni volta sull'onda dell'emozione



navigazionealaghi.it



avviso riservato ai soci ASX
ASX ASSOSEX

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



**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

A SETTEMBRE AL CINEMA

OPERAZIONE U.N.C.L.E.

dal 2 settembre

Sta arrivando nelle sale un progetto partito ormai da cinque anni. Era il 2011 quando la Warner Bros. aveva annunciato l'adattamento della serie televisiva. All'inizio doveva essere confermato alla regia Steven Soderbergh, poi messo da parte a causa di divergenze. E allora ecco che il progetto è stato affidato a Guy Ritchie, nel marzo del 2013. Il regista di "The snatch" racconta con il suo stile irresistibile una spy story ispirata alla serie TV cult degli anni '60. Nel periodo in cui la Guerra Fredda raggiunge il suo apice, l'agente della CIA Napoleon Solo e quello del KGB Ilya Kuryakin sono costretti a mettere da parte le ostilità di vecchia data e allearsi per eliminare una misteriosa organizzazione criminale internazionale. Il loro unico aggancio è la figlia di uno scienziato tedesco scomparso, la sola chiave per infiltrarsi nell'organizzazione e prevenire una catastrofe mondiale. Del cast fanno parte Alicia Vikander, Armie Hammer, Henry Cavill, Hugh Grant, Jared Harris.



WE ARE YOUR FRIENDS

dal 17 settembre

Ormai la figura della star-deejay è una consuetudine che avanza con ritmi sempre più frenetici. Non stupisce che proprio nel 2015, a Hollywood, sia stato prodotto un film sull'ascesa di un ragazzo con il sogno di diventare una star, non un cantante ma un re della consolle. Zac Efron ed Emily Ratajkowski (quella in topless nel video di Blurred Lines di Robin Thicke, come dimenticarla?), una delle top star dei social, che balla scatenata sulla musica suonata da Cole, il protagonista del film - interpretato da Efron -, che vuole diventare un DJ di fama internazionale. Oggi i deejay sono diventati onnipotenti, bramati, famosi non solo sulla scena musicale ma anche testimonial di brand internazionali, modelli vincenti, ammirati dai giovani. Parlando di sé dice di essere "ancora piuttosto giovane, quindi tutto ciò che sta accadendo in questo momento è ancora un po' scioccante. Sto iniziando ad abituarci a questo cosiddetto 'stile di vita', mi capita a volte di 'pizzicarmi' per vedere che non si tratti di un sogno. E 'incredibile avere la possibilità di fare queste cose meravigliose alla mia età, a volte bisogna sedersi e prendere il tempo di capire cosa sta succedendo."



La notizia

Preparatevi a un autunno scontato

L'ufficialità ci sarà a giorni, ma Metro vi può già anticipare che #cinemadays, La festa di chi ama il cinema, sta per fare un bel regalo a tutti voi.

Dal 12 al 15 ottobre 2015, infatti, potrai vedere tutti i film in programmazione nelle sale a soli 3 euro.

Visita subito il sito www.cinemadays.it, scopri le iniziative e partecipa ai grandi concorsi.

Andare al cinema non è mai stato così facile!

Seguici anche su:

Facebook : Cinemadays

Twitter : @cinemadaysIT

Buon Cinema!



IT Training & Certification Anywhere Formazione Certificata Ovunque

al via la Campagna Iscrizioni Settembre 2015

Formazione IT: Corsi e Certificazioni

Exchange 2013
MSCE: Messaging
Solutions Expert

CompTIA
A+

Windows
Server 2012
MSCA
Solutions Associate

CCNA Security
640-554

VMware vSphere 6
Data Center Virtualization
(VCP-DCV)

Linux
LPIC 1

CISCO CCNP
Route - Switch - Tshoot

CISCO CCNA
200 -120

Java OCA
Java OCP

ITIL Foundation

Asp.NET

PHP
MySQL



l'84% dei nostri corsisti ricevono proposte di lavoro entro 6 mesi dal conseguimento della certificazione



Visualizza il tuo
Voucher Sconto

Scuola Vega

Milano - Piazza IV Novembre 4

Roma - Via Savoia 78

Brindisi - Via Mecenate 137/139

Tel 800 17 75 96 - dall'estero +39 02 87168254
contatti@futureservice.it - www.futureservice.it



FUN
ALL INCLUSIVE

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

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



ACQUAWORLD

a new water experience 

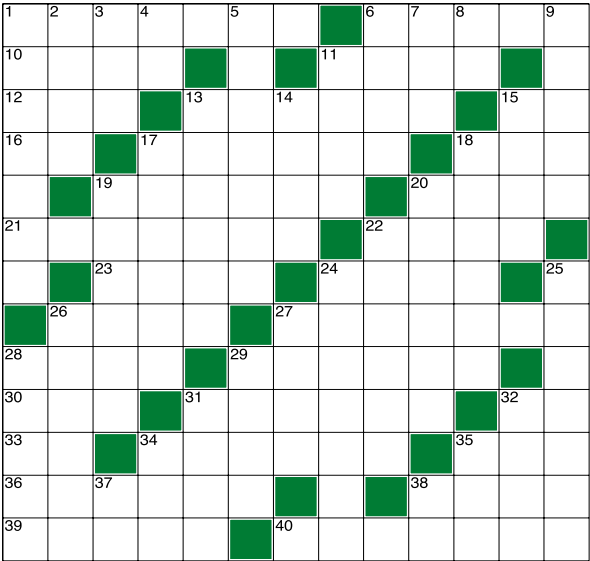
CRUCIVERBA

ORIZZONTALI

1. Ha affrescato il Campidoglio di Washington 6. L'acqua gassata nel sifone 10. Sigla per Irlanda 11. Dio lo creò per primo 12. Ebbe per capitale Salò (sigla) 13. Irene cantante 15. La Bellocchi modella e attrice (iniz.) 16. Forma teatrale giapponese 17. Intrepido 18. Sigla da camion 19. Gruppo di api in volo 20. Giorno preciso 21. E, definita "La capitale del mosaico" 22. Sponde 23. Piccolo appezzamento coltivato 24. Vuoto internamente 26. La Jessica de "I Fantastici Quattro" 27. E, detta "la perla del Tigullio" 28. Privo di favella 29. Lo usa il cecchino 30. Congedo latino ai fedeli 31. Nativo di Bucarest 32. Formose senza forse 33. Precede sigma 34. Grosso cetaceo 35. Il grado nello judo 36. Desiderato, richiesto 38. Solidi generati da triangoli rotanti 39. Petrolio greggio 40. Il fiume di Bordeaux

VERTICALE

1. L'autore del "Meo Patacca" 2. La graminacea che sfama mezzo mondo 3. Vergini del paradiso islamico 4. Lo precede nella



melodia 5. Il figlio di Zeus ed Elettra 6. L'uovo che non si può bere 7. La metà nei prefissi 8. Fine secolo 9. Raffigura Juventus e Udinese 11. Sporche d'olio 13. Espressione arcigna 14. Associazione che combatte l'alzheimer (sigla) 15. Docile, mansueto 17. Immaturo 18. Mobile domestico 19. Curve 20. Ampio sedile imbottito 22. Sottrazione violenta di cose altrui 24. Scarsità 25. Uno dei dodici profeti minori 26. Viene chiamato spesso "robot" 27. Le cerca il poeta 28. Il Hrovatin che morì con Ilaria Alpi 29. Serve

per l'approdo 31. Si paga entro la scadenza 32. Tedesco premio Nobel per la letteratura 34. Informazione minima in informatica 35. Lungo fiume russo 37. I limiti di un bluff 38. Stanno a metà percorso

Soluzione



GRIGLIA MATEMATICA

				9
		7	0	16
			9	23
5				10
	5	7	0	13
20	10	23	9	11

Le caselle vuote vanno riempite con le cifre da 0 a 9 (anche ripetute) in modo che sommando i numeri di una riga si ottenga il totale della casella grigia di destra, sommando quelli di una colonna si ottenga il totale della casella grigia in basso e sommando quelli delle due diagonal si ottenga il totale della casella grigia dello spigolo esterno.

0	1	2	3	4
5	6	7	8	9
10	11	12	13	14
15	16	17	18	19
20	21	22	23	24

CRUCISOMMA

	+		-		2
X		X		-	
	X		-		53
:		+		X	
	+		-		5
4		44		6	

Usando una sola volta ciascuna le cifre da 1 a 9, completare correttamente le equazioni di righe e colonne i cui risultati si trovano nelle caselle grigie. Tutte le operazioni vanno eseguite da sinistra a destra e dall'alto in basso.

9	6	7
3	7	8
4	5	1

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.

GreenAgency
real estate
www.greenagency.it - tel. 335 54 44 491

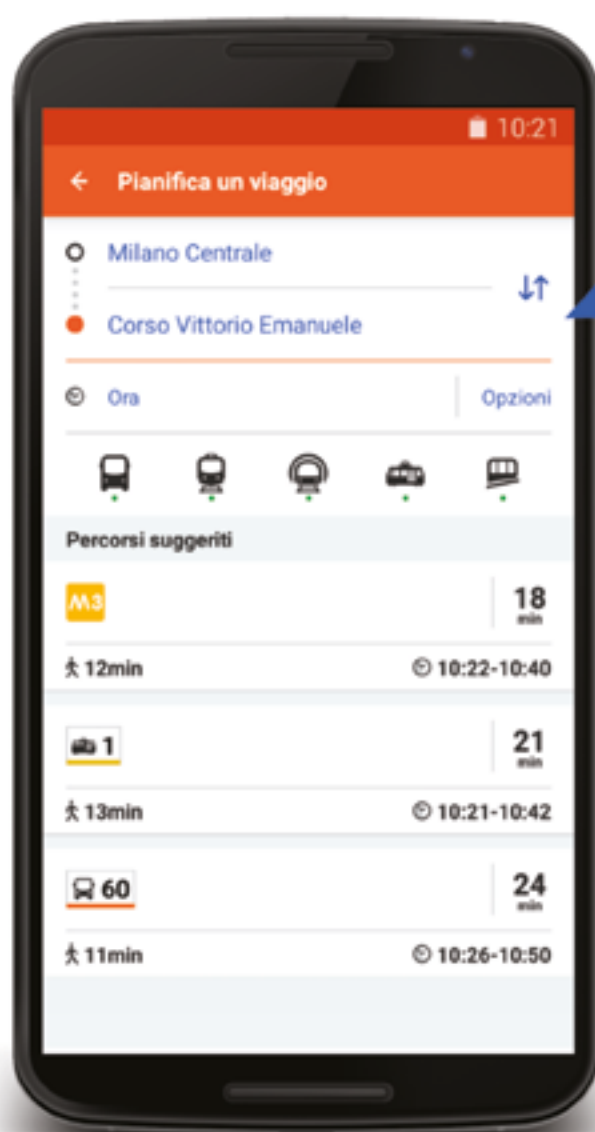
In Milan, Green Agency offers for sale directly by construction company last available penthouses, lofts and apartments configurable according to your lifestyle or work, in a modern building with energy standards for Class A and exclusive residences in Sardinia.

VILLE E DIMORE ESCLUSIVE
IN COSTA SMERALDA

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

Vai in vacanza?

Muoviti con i mezzi pubblici a Londra, Madrid, New York, Parigi e tante altre città come se fossi a Milano!



Moovit ti accompagna
in oltre
600 città
nel mondo!



Pianificatore di viaggio
Trova sempre il percorso migliore per arrivare a destinazione!



Avvisi di esercizio
Rimani sempre aggiornato con avvisi personalizzati su fermate e linee preferite



Orari dei prossimi arrivi in tempo reale
ridurranno le tue attese



<http://bit.ly/EstateConMOOVIT>

Scarica subito Moovit



			3				2	4
		3			5	9		
	5		2			6	3	
8		6		3	2			
			1	7		2		6
	7		6		9			
	9	4		6			1	
7		1				3	6	2
3				2			9	8

mente ad una casella un valore non ancora definitivo, con la possibilità così di cambiarlo in corsa e di arrivare alla soluzione definitiva.

9	1	7	3	8	6	5	2	4
6	2	3	4	1	5	9	8	7
4	5	8	2	9	7	6	3	1
8	4	6	5	3	2	1	7	9
5	3	9	1	7	8	2	4	6
1	7	2	6	4	9	8	5	3
2	2	9	4	8	6	3	7	1
7	8	1	9	5	4	3	6	2
3	6	5	7	2	1	4	9	8

7	13	12	4	3	4	7	5	6	1	6	A	10	2	11	12	14	5	10	16	6	4	8	3

A		T	R				A					R											
10	2	8	5	14	12	9	10	1	12	6	9	9	6	5	6	6	11	2	12				

	T								R				R										
9	8	6	9	9	3	9	15	6	5	11	12	14	5	3									

Chi non crede al giuramento altrui sa di essere egli stesso spregiuro.

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

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

Poltrona relax elettrica
€ 799,00 compresa
IVA agevolata

Divano letto € 1.380,00
SCONTATO € 690,00

**PROMOZIONE VALIDA SOLO
SABATO E DOMENICA**

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

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

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) NUOVA APERTURA DAL 08/09/2014
- CENTRO COMMERCIALE GLI ORSI - VIA DOMENICO
- MODUGNO 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 SANT'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 RUDONE 30 - ROVATO (BS)

**Tutto quello
che c'è da sapere
sull'Expo
Appuntamenti
in Fiera e in città,
Attualità,
Approfondimenti,
Interviste**



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

IMBUTO

Schema A								
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								

Schema B								
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								

SPIEGAZIONE

Riportare nello schema A le parole di sette lettere corrispondenti alle definizioni A e poi, prendendo le cinque lettere centrali di queste ed anagrammandole, formare le parole delle definizioni B e trascriverle nello schema B. A gioco ultimato, nella colonna centrale dello schema B, si leggerà verticalmente il nome di una delle nove muse.

DEFINIZIONI A

1. Componente del coro parrocchiale 2. Arnese da cucina 3. Pungente 4. Pre-

messa o condizione di un teorema 5. Isola toscana con colonia penale 6. Insetto dalla proverbiale previdenza 7. Fastidiosa, importuna 8. Leopardo asiatico... della Polizia 9. Colore... divino

DEFINIZIONI B

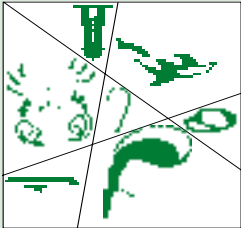
1. Cavità oscura e profonda 2. Fusto delle piante erbacee 3. Il riccio della castagna 4. Composto di ingredienti tritati 5. Quadrupede da soma 6. Piccolo nelle parole composte 7. Sciarpe di pelliccia 8. Nel calcio c'è quella arbitrale 9. Cippo commemorativo

► Soluzione

Definizioni A: Cantore Mestolo Mordace Ipotesi Pianosa Formica Molesta Pantera Celeste - Definizioni B: Antro Stelo Cardo Pesto Asino Micro Stole Terna Stele
Soluzione: Tersicore

LE RETTE

Tracciate tre linee rette in modo da ottenere sette settori, in ciascuno dei quali venga a trovarsi un solo soggetto.



► Soluzione



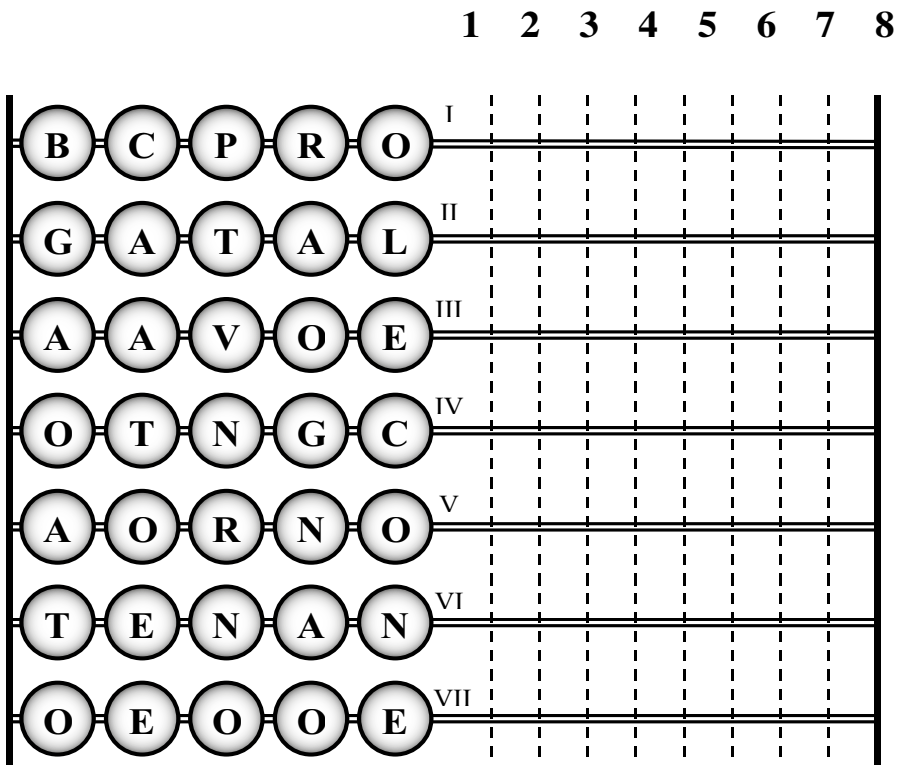
Seguici su
Facebook
cerca

metroItalia

IL PALLOTTOLIERE

SPIEGAZIONE

Facendo scorrere le palline con le lettere lungo le asticelle del pallottoliere, sistemarle alle intersezioni con i tratteggi in modo che verticalmente, in corrispondenza degli otto numeri, si possano leggere altrettanti nomi di animale. Tutte le palline debbono essere utilizzate.



► Soluzione

1. BOA (I-II-V) 2. GATTO (II-III-IV-VI-VII) 3. CANE (I-III-IV-VI) 4. PAVONE (I-II-III-VI-VII) 5. TORO (II-III-V-VII) 6. RAGNO (I-II-IV-V-VII) 7. OCA (I-IV-VI) 8. LEONE (II-III-V-VI-VII)

MODI DI DIRE

I dieci modi di dire della lingua italiana che riportiamo hanno un significato che riportiamo a seguire, ma non nell'ordine. Sapreste associare ad ogni modo di dire la giusta interpretazione?

- 1 – Gettare olio sulle onde
- 2 – Mangiarsi il grano in erba
- 3 – Perdere la tramontana
- 4 – Ciurlare nel manico
- 5 – Indorare la pillola
- 6 – Rivedersi a Filippi
- 7 – Raddrizzare le gambe ai cani
- 8 – Cavar le castagne dal fuoco
- 9 – Chiudersi in una torre d'avorio
- 10 – Passare per il rotto della cuffia

- A – Perdere l'orientamento, la pazienza
- B – Mancare la parola data, rinviare con pretesti l'adempimento di promesse
- C – Cavarsela per miracolo
- D – Intervenire in una discussione con parole di conciliazione. Pacificare, rasserenare
- E – Impegnarsi per una cosa impossibile
- F – Rendere meno amara una notizia sgradevole
- G – Lo sdegno di un uomo di cultura per la vita pratica, al fine di coltivare la propria arte
- H – Consumare una ricchezza prima che abbia dato i frutti, avere scarsa oculatezza
- I – Procurarsi vantaggi, evitare fastidi
- L – Rimandare una questione al giorno della resa dei conti

► Soluzione

I giusti accoppiamenti sono 1D, 2H, 3A, 4B, 5F, 6L, 7E, 8I, 9C, 10C

L'OMBRA



Sapete individuare qual è l'ombra che appartiene al personaggio a sinistra?

► Soluzione

Lineadiretta



Martedì 25 agosto 2015

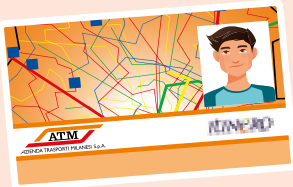
www.atm.it



@atm_informa

Infoline ATM 02.48.607.607

lineadiretta@atm.it



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 rinnovarlo



L'OROSCOPO

DI CRISTINA BELLARDI RICCI

Ariete



Astri importanti regalano determinazione e fascino. La Luna fa iniziare la settimana d'ottimo umore e pieni di buoni propositi. La vita di relazione riserva belle sorprese e inviti intriganti. Potreste essere un po' mogi mercoledì, poi ritroverete il buonumore che permette d'organizzare un fine settimana piacevole, romantico.

Toro



Il Sole, da ieri, è vostro amico vi rende più vitali. Lo stesso fa Mercurio che facilita la ripresa delle normali attività ed aguzza l'ingegno. Venere e Marte suggeriscono invece d'evitare imprudenze e sterili puntigli in amore. Gli effetti benefici di Giove s'iniziano ad avvertire difatti siete d'ottimo umore, la fortuna vi punta. Domenica buona.

Gemelli



Se siete dei primi giorni del segno vincete pigrizia e scarso entusiasmo. L'inizio della settimana non è dei migliori, già mercoledì sarete d'umore più buono. Forti dell'appoggio di Venere e Marte, potete aspettarvi delle gratifiche in amore e lavoro, grazie a fascino e voglia di farsi valere. Evitate spese inutili. Fine settimana animato e diverso.

Cancro



Settimana stancante ma animata e insolita. Sole e Giove vi rendono vitali, ottimisti e fortunati. Non sottovalutate nuove proposte, potrebbero rivelarsi davvero vantaggiose. Meritate di distrarvi nel fine settimana che promette d'esser molto piacevole, probabile breve viaggio, incontri o notizie da amici che vivono lontano.

Leone



Forse siete ancora in vacanza, sicuramente lo siete con la testa. Valutate meglio le spese e godetevi le gratifiche in amore, anche nel lavoro sembra abbiate ritrovato la grinta per far valere le vostre opinioni. La Luna per traverso fa iniziare il fine settimana in modo fiacco, vi rifarete domenica, particolarmente movimentata.

Vergine



Buon compleanno! Gli astri quest'anno si aspettano da voi grandi cose. Ospitate Giove che facilita la realizzazione dei progetti e vi rende fortunati e ottimisti. Altri astri vogliono vedervi più responsabili e costringeranno a troncare con situazioni che non soddisfano più! Siate più socievoli, date retta all'intuito. Fine settimana un po' nervosa.

Bilancia



Sembra che questo scorcio d'estate per voi sia molto positivo, specialmente per l'amore. Nel lavoro non dovrete incontrare ostacoli, sembra che abbiate ritrovato la grinta per farvi valere. Pensate meno e osate di più potreste ottenere più rapidamente ciò cui aspirate. Settimana piacevole ma tardano ad arrivare notizie attese.

Scorpione



State recuperando ottimismo e voglia di fare non avete però ancora risolto le piccole incomprensioni in amore. Evitate imprudenze alla guida e sport e sterili polemiche, presto gli astri vorranno premiare tenacia e saggezza acquisite a duro prezzo. Notizie o incontri piacevoli renderanno il buonumore nel fine settimana.

Sagittario



Tutto fareste fuor che ricominciare le normali attività, siete distratti, come al solito, più interessati ai viaggi e all'amore. Con questo atteggiamento potreste complicarvi la vita! Gli astri potrebbero diventare più esigenti in seguito, vi vogliono più saggi e responsabili, ma la settimana è lo stesso intrigante. Pensate prima di parlare.

Capricorno



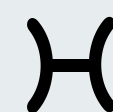
Avete ritrovato concentrazione e ottimismo. Molti di voi hanno programmato vacanze intelligenti e s'apprestano a partire. Gli altri possono aspettarsi delle belle soddisfazioni alla ripresa dell'attività. La Luna nel segno, renderà ancor più ottimisti e propositivi, il fine settimana riserva qualche sorpresa piacevole.

Acquario



Il Sole non vi dà più fastidio e nemmeno Giove. Vuol dire che energia ed ottimismo li state recuperando, se mai li aveste persi! Ma dovete evitare imprudenze ed atteggiamenti egoisti se non volete compromettere un rapporto cui tenete. Settimana stancante ma molto movimentata così come il fine settimana. Probabile breve viaggio.

Pesci



Non siete in piena forma, e stareste volentieri ancora un po' in vacanza. E' invece arrivato il momento di crescere e decidere a cosa realmente aspirate, dimostrandosi saggi. Non trascurate la forma fisica e dimostratevi più interessati nel lavoro, se volete accelerare la riuscita. La Luna nel segno assicura un fine settimana piacevole.



LA NUOVA APP ATM MILANO

Scaricala Subito.



ATM

Infoline ATM 02.48.607.607 - www.atm.it

Sconto 45% nel weekend*



Intera tratta A35 e A58 solo 7,00 €

A35 BREBEMI e A58 TEEM: LA TUA PARTENZA INTELLIGENTE

Più sicurezza, meno code, tempi certi

* Tariffa scontata fino al 45%.

Per info www.brebemi.it e www.tangenziale.esterina.it



IL QR-CODE
CHE TI PORTA
IN BREBEMI!