

**DOPING
SHARAPOVA
POSITIVA
LEI: "GRAVE
ERRORE"**

SPORT



**MARCUZZI
CON ALESSIA
E ALVIN TORNA
L'ISOLA DEI VIP**

SPETTACOLI



metro 

TORINO - IL QUOTIDIANO GRATUITO martedì, 8 marzo 2016

www.metronews.it | [@MetroNewsItalia](https://twitter.com/MetroNewsItalia) | facebook.com/MetroItalia



L'effetto che fa

**Luca Varani drogato,
torturato e poi ucciso
per "vedere cosa si prova"
secondo la confessione
di uno dei due assassini**

FATTI E STORIE

Luca Varani, 23 anni, è stato barbaramente ucciso da due "amici" in preda ad un delirio allucinogeno che dicono di averlo fatto senza motivo, solo per provare l'effetto che fa. / FOTOGRAMMA

Migranti La Turchia vuole soldi

Al vertice Ue Ankara
chiede altri 3 miliardi.
Renzi: libertà di stampa
o non firmo



Merkel e Renzi. / REUTERS

Fondi anti violenza Dove sono?

Se lo chiede per l'8 marzo
ActionAid che denuncia:
ritardi e nessuna
trasparenza

Eurogruppo boccia conti Italia

L'Italia ha preso misure
che aumenteranno il deficit.
Regole del debito a
rischio

Una strage di musicisti piemontesi

Ne sono morti quattro
investiti da un camion.
Erano del "Tony Mac
Music Show"

L'opinione

**Vegani sì
ma senza
eccessi**

FEDERICO
FRANCESCO
FERRERO
Nutrizionista



“Volevamo uccidere per vederne l'effetto”

Confessione choc dei due ragazzi che hanno assassinato Luca Varani: alcol e droga, poi il massacro



La vittima del brutale omicidio, Luca Varani. /FOTOGRAMMA

Cnr: abuso di alcol e droga per 25mila giovani

Sono circa 25mila i ragazzi che hanno abusato almeno una volta in Italia di alcol e sostanze psicoattive, come le pasticche (ricerca Espad Italia del Cnr).

- **L'uso combinato di alcol e pasticche** almeno una volta negli ultimi 30 giorni è stato riferito dall'1% degli studenti intervistati. Ad aver consumato cocaina negli ultimi 12 mesi è circa il 2,6% degli studenti, mentre a consumarla correntemente (negli ultimi 30 giorni) è l'1,5 per cento, ovvero 40.000 studenti. Tra i consumatori correnti di cocaina, circa un terzo ha fatto anche uso di alcol e pasticche negli ultimi trenta giorni. Addirittura sei su dieci tra coloro che hanno consumato cocaina ha avuto anche un episodio di intossicazione alcolica.

FATTI & STORIE

Caso Regeni



Ministro egiziano /LAPRESSE

Atti incompleti

Sono incompleti e insufficienti gli atti fin qui trasmessi dall'autorità giudiziaria egiziana a quella italiana che indaga sull'omicidio di Giulio Regeni, il 28enne ricercatore di origine friulana, scomparso al Cairo in circostanze misteriose il 25 gennaio scorso e trovato morto dopo otto giorni. E così la Procura di Roma ha deciso di sollecitare di nuovo i contenuti della rogatoria inoltrata settimane fa nella speranza che l'Egitto metta a disposizione del team di investigatori italiani tutte le carte utili. **METRO**

Omicidio

Delitto di camorra

Giuseppe Sarno, 53 anni, fratello del boss Carmine è stato ucciso a Napoli mentre era in casa sua. I sicari sono entrati nell'appartamento e lo hanno sorpreso a letto, sparandogli due colpi alla testa. Contemporaneamente ignoti hanno colpito a casa dei parenti dell'uomo, annunciandone la morte, intorno alle quattro del mattino. Il quartiere di Ponticelli da tempo è attraversato da fibrillazioni tra cosche, in una contesa aperta dopo la disarticolazione del clan Sarno. **METRO**

ROMA «Volevamo uccidere qualcuno. Volevamo vedere l'effetto che fa. Eravamo usciti in macchina la sera prima sperando di incontrare qualcuno. Poi abbiamo pensato a Luca che il mio amico conosceva». Sono le parole che Manuel Foffo, 30 anni, ha riferito al pm dopo aver assassinato assieme a Marco Prato il 23enne Luca Varani, attirato con la scusa di prendere parte a un festino a base di alcol e droga. Quella di Varani è stata una morte orribile, giunta dopo una lunga agonia: sevizato, torturato e poi massacrato a coltellate e a colpi di martello. La morte risalirebbe a venerdì mattina ma il cadavere è stato trovato dai militari di piazza Dante soltanto sabato sera, dopo che Foffo, su consiglio del padre, si è

costituito. Subito dopo l'assassinio, Prato aveva preferito trovare rifugio in un hotel di piazza Bologna dove ha tentato il suicidio. Secondo il pm, è stato un omicidio premeditato, aggravato dalla crudeltà, dalle sevizie e dai futili motivi. I due torturatori, che avevano comprato ingenti quantità di droga, hanno dato alla vittima qualcosa che lo ha stordito, e a quel punto si sono accaniti senza pietà sul corpo «per vedere l'effetto che fa». **METRO**

“Poliabuso, effetti devastanti”

ROMA L'omicidio del ragazzo di 23 anni ucciso a Roma da due conoscenti «è il drammatico epilogo del poliabuso di cocaina e alcol. Ormai oltre il 75% dei consumatori di cocaina usa anche alcol e viceversa e l'effetto sul controllo degli impulsi è devastante». Lo dice Claudio Mencacci, presidente della Società Italiana di Psichiatria che spiega come

«la cocaetilene, composto che si forma a livello epatico da questa combinazione, conduce a una perdita totale degli impulsi». Una sorta di «anestesia emotiva», spiega Mencacci, che spiegherebbe «l'accecamento sul corpo, che diventa come un bamboccio, un cuscino». «I tri elementi fondamentali che possono contribuire a esiti così violenti «sono la

personalità di chi abusa di queste sostanze e l'ambiente sociale», aggiunge lo psichiatra Alfio Lucchini, past presidente di Federserd. «Ci deve essere già un'impronta aggressiva nella personalità di un individuo che arriva a compiere un atto così violento e la situazione sociale del momento può influire significativamente». **METRO**

Licenziati in calo nel 2015

ROMA Cala il numero dei licenziamenti nel 2015: si sono ridotti dell'8,4% a 841.881 unità dai 919.486 del 2014. Secondo i dati del ministero del Lavoro, nel quarto trimestre i licenziamenti degli uomini sono calati del 18,4%, quelli delle donne del 9,3%. Aumentano invece le dimissioni (+8,9%) e i pensionamenti (+29,3%). **METRO**

Eurogruppo: in Italia debito troppo alto

ROMA L'Italia ha ancora un debito troppo alto. È il monito lanciato dall'Eurogruppo, nelle conclusioni pubblicate al termine di una riunione dedicata alle leggi di Stabilità, che accusa: «Sono state adottate ulteriori misure che aumentano il deficit rispetto alla valutazione di novembre e c'è il rischio di deviazione significativa dal percorso richiesto di avvicinamento al suo obiettivo a medio termine». «Pur rico-

noscendo - si legge nel testo - che il rapporto debito/Pil si è stabilizzato nel 2015 e che si prevede che inizi a diminuire nel 2016, il livello alto del debito rimane una fonte di preoccupazione. Si segnala che sulla base delle stime dell'inverno, l'Italia non è in linea per essere conforme alla norma sul debito per il 2015 e il 2016».

Reprimendo a cui fa seguito tuttavia un incoraggiamento: «Accogliamo

con favore - prosegue il documento - gli impegni dell'Italia ad attuare le misure necessarie per garantire che il bilancio 2016 sia compatibile con le regole». «È molto positivo che l'Eurogruppo abbia preso atto di una dinamica che vede il debito pubblico stabilizzato già nel 2015 e in diminuzione a partire dal 2016», ha commentato il ministro dell'Economia Pier Carlo Padoan. **METRO**

Strage familiare

Uomo accoltella moglie e figlio

VERONA Ha accoltellato la moglie di 64 anni e il figlio di 37 anni, affetto da autismo, poi ha tentato il suicidio. Disperati il tentativo di salvare la donna, che è morta, mentre il giovane e il padre sono ricoverati in gravi condizioni. Secondo le prime ricostruzioni l'uomo stava attraversando un periodo di depressione a causa della malattia della moglie, colpita da un ictus, e dalla disabilità del figlio. **METRO**

Corruzione

Arrestata sindaca di Maddaloni

CASERTA Spese per acquistare l'arredamento della casa: 500 euro per la manifestazione Stop femminicidio e 5 mila euro per le luminarie, oltre a tangenti sui rifiuti. Sono queste le accuse con cui è stata arrestata la sindaca di Maddaloni, Rosa De Lucia, eletta con Forza Italia. **METRO**

PM chiede 26 anni per l'uomo dell'acido

MILANO Alexander Boettcher «è un pazzo picopatico» che «si atteggiava a dio». Questo è il ritratto che il pm Marcello Musso ha tracciato del broker 30enne, a processo per le aggressioni a Stefano Savi, Giuliano Carparelli, Antonio Margarito, per il quale ha chiesto 26 anni di reclusione. La richiesta di condanna tiene conto di numerose aggravanti: moti-

vi abietti, premeditazione, uso di sostanze corrosive e l'aver agito in più persone. Esclusa, invece, l'aggravante della crudeltà. «Alexander - ha sottolineato il pm - non merita la concessione delle attenuanti generiche per il suo comportamento processuale e perché non ha mai dimostrato sensibilità nei confronti delle vittime». **METRO**

Mandorle e auto blu arrivano nuovi tagli

ROMA Un caffè sale da 80 a 90 centesimi, i mignon da 60 a 75, un aperitivo da 4 a 4,5 euro. La buvette della Camera, che nei giorni scorsi si era irrigidita sul pagamento preventivo degli scontrini, ora alza i prezzi di alcuni prodotti. E va a una stretta sulle mandorle, uno dei classici più apprezzati degli aperitivi. Ma costano troppo e così la società esterna che

gestisce lo storico bar ha deciso di limitarne gli ordinativi.

Intanto i nuovi dati dicono che lo scorso anno il parco auto delle pubbliche amministrazioni si è ridotto di circa due terzi, passando dalle 66.619 autovetture del 2014 alle 23.203 del 2015. Mentre arriva in discussione un pdl che introduce un'ulteriore stretta. **METRO**

Fondi-antiviolenza, dove sono?

ActionAid nel 2015 ha monitorato l'azione di Governo e Regioni: ritardi e nessuna trasparenza. Campagna #donnechecontano

ROMA Ventisei milioni e mezzo di euro stanziati per il potenziamento dei servizi di assistenza e supporto alle donne che subiscono violenza in Italia. Sono i fondi che il governo aveva previsto per il triennio 2013-2015, risorse che in parte non sappiamo come sono state spese, in parte «non sono ancora state assegnate dal governo alle Regioni». ActionAid, organizzazione internazionale impegnata nella lotta alle cause della povertà, ha monitorato nel corso del 2015 l'azione di governo e regioni in tema di servizi anti violenza e oggi lancia la campagna #donnechecontano: «L'8 marzo celebriamo la festa della donna e, puntualmente, ce ne dimentichiamo il giorno dopo. Quest'anno non possiamo permettercelo». In Italia una donna su tre ha subito violenza almeno una volta nella vita e per loro cosa si fa? Non

70 anni di suffragio

Il prossimo 10 marzo si festeggiano i 70 anni del suffragio femminile in Italia.

- **marzo 1946** Furono le amministrative del marzo-aprile 1946 la prima prova per il suffragio femminile.
- **La mimosa** Era l'8 marzo 1946 quando apparve per la prima volta la mimosa, fiore simbolo della festa solo italiana.

abbastanza, dice ActionAid.

Cosa non funziona

Varie le criticità emerse dal monitoraggio di ActionAid. Primo: ritardi nell'erogazione delle risorse, sia da parte del governo (le risorse per il 2015 non sono state ancora erogate), sia da parte delle Regioni (non risulta chiaro ancora quante strutture abbiano ricevuto i fondi). Secondo: estrema difficoltà nel trovare le deliberazioni regionali relative all'assegnazione delle risorse. Terzo: assenza di un framework di monitoraggio

Lavoro in "rosa"

- **Se in media** nell'Ue una donna a pari mansioni di un uomo guadagna il 16,1% in meno (dati Eurostat), in Italia il gap è solo del 6,5%. Le donne lavorano inoltre molto più part-time che gli uomini: l'Italia è sopra la media Ue (20%), con 27,8% per le donne senza bambini, al 35,7% con uno, al 42,1% con due e al 45,1% con tre o più.

per valutare quali siano i risultati raggiunti. Quarto: fondi insufficienti a garantire la sopravvivenza dei centri antiviolenza. Il documento d'intesa tra Stato e Regioni ha previ-



One Billion Rising, campagna mondiale antiviolenza/ LA PRESSE

sto un contributo forfetario per centro antiviolenza - pari a circa 5.800 euro - e per casa rifugio - pari a circa 6.700 euro - per il biennio. «Facile immaginare come tali somme

possano coprire al massimo alcune spese vive».

Tre richieste a Renzi

Per prevenire e contrastare la violenza, ActionAid chiede al governo tre co-

se: 1) Un/a Ministro/a per le pari opportunità, perché «nessuno nel Governo si occupa a tempo pieno dei diritti delle donne dopo le dimissioni dell'On. Martelli, nel novembre 2015». 2) Maggiore trasparenza su come vengono spesi i fondi antiviolenza: «Il governo predisponga una piattaforma online con le informazioni sui fondi. Erogare le risorse 2015-2016 in tempi rapidi e verifichi l'effettiva erogazione, a livello regionale e comunale, dei fondi ai centri antiviolenza». 3) Una metodologia per misurare l'impatto degli interventi finanziati per la lotta alla violenza: «Allo stato dell'arte è impossibile valutare quali siano i risultati raggiunti grazie ai centri antiviolenza».

METRO

“Investire sulle donne conviene”

ROMA Perché al mondo conviene investire nelle donne? Prova a spiegarcelo Amref, la più grande organizzazione sanitaria no profit che opera in Africa. Primo, sostenere le donne incentiva lo sviluppo economico. «Il 90% dei redditi delle donne vengono

reinvestiti per il nucleo familiare, mentre gli uomini reinvestono solamente tra il 30 e il 40%. Secondo, combattere la violenza sulle donne è un investimento in salute pubblica: «Una vita libera dalla violenza è un diritto umano fondamentale.

Nel mondo il 35,6% delle donne sperimenta nella sua vita qualche forma di violenza fisica o sessuale ad opera del partner o di altri uomini». Terzo: educazione e salute delle donne garantiscono un futuro di sviluppo. «Dalla salute delle donne passa la sa-



lute e lo sviluppo dei popoli. L'educazione sessuale e riproduttiva per le donne scongiura il rischio di diffusione di virus su larga scala». METRO

A PASQUA REGALATE UN PO' DI FELICITÀ.

Vi attendiamo numerosi.

Dall'8 marzo fino al 25 marzo allo Spazio Adisco, in via Lagrange 5D Torino, dalle ore 10:30 alle ore 19:00.

Troverete, oltre alle classiche uova, colombe, cioccolatini, peluches, fiori e piante, bigiotteria e accessori donna, abbigliamento per bambini e ragazzi e molto altro ancora.

L'intero ricavato della vendita sarà devoluto ad ADISCO Sezione Regionale Piemonte onlus, per poter ultimare i lavori de “L'Isola di Margherita”: uno spazio appositamente pensato per il sostegno dei bimbi affetti da malattie rare e incurabili.

Contiamo ancora una volta sul vostro grande cuore.

ADISCO
ASSOCIAZIONE DONATRICI ITALIANE
SANGUE CORDONE OMBELICALE
Sezione Regionale Piemonte O.N.L.U.S.

Protocollo n. 8029 del 17/02/2016
n. pratica AP1/8130-2016-49



L'Isis pianifica attacchi eclatanti

GB L'Isis aspira a un attacco «enorme e spettacolare» nei Paesi occidentali. È l'allarme lanciato dal capo dell'unità antiterrorismo della polizia britannica, Mark Rowley. Nel 2015, ha rivelato, ci sono stati 339 arresti in Inghilterra, Galles e Scozia, legati al terrorismo. Negli ultimi tre anni gli arresti sono aumentati del 57%. «Nei mesi recenti abbiamo visto un'espansione, più piani di attaccare lo stile di vita occidentale, e non solo le forze dell'ordine. È un gruppo terrorista che ha grandi ambizioni su enormi ed eclatanti attacchi, non solo del tipo che abbiamo visto finora», ha detto Rowley. **METRO**

Turchia, 3 miliardi per gestire i migranti

Trattative a oltranza fra Unione europea e Ankara che chiede altri finanziamenti per gestire la crisi dei richiedenti asilo

UE Il presidente del Consiglio Matteo Renzi avrebbe chiesto durante la riunione dei capi di Stato e di governo Ue che nel testo dell'eventuale accordo con la Turchia ci sia «un riferimento alla libertà di stampa, altrimenti noi non firmiamo». Lo hanno riferito fonti europee in merito al meeting con la Turchia sul tema dei migranti, arrivato a breve distanza dalla chiusura di un altro grande giornale turco critico verso Erdogan.

L'incontro era già caldo di persè. La Turchia infatti ha chiesto altri soldi all'Europa per gestire la crisi dei migranti, dopo i tre miliardi di euro stanziati nelle settimane scorse. Questi tre miliardi di euro



Faticosa distribuzione del cibo a Idomeni. /LAPRESSE

aggiuntivi chiesti dalla Turchia all'Ue farebbero riferimento all'anno 2018, mentre quelli concordati con l'intesa del 29 novembre scorso, sono per il 2016 e il 2017. Con la nuova richiesta, spiegano

fonti europee, i turchi vogliono allungare i tempi del sostegno. In cambio Ankara si dice disponibile a riprendersi tutti i migranti che hanno raggiunto le isole greche, inclusi quelli siriani, e in cambio

Unione Europea

La Turchia preme anche per l'apertura di nuovi capitoli negoziali per l'adesione all'Unione europea.

- **Aprire** nuovi capitoli non significa accelerare l'adesione, perché ci sono dei criteri molto stringenti da rispettare, spiegano fonti europee. Il premier turco chiede di mettere sul tavolo 5 nuovi capitoli di adesione, ma chiuderli ben più difficile, soprattutto con temi aperti come la libertà di stampa.
- **L'ipotesi** che Londra si unisca alle regole di asilo comune in Europa per i migranti «non ha nessuna prospettiva», ha chiarito il premier Gb Cameron.

L'Europa dovrebbe farsi carico di altrettanti profughi registrati nei campi profughi turchi: uno scambio dunque fra siriani e irregolari da un lato e profughi dall'altro. Dopo i primi momenti

di scontro, con una nuova maratona negoziale, si va dunque verso una soluzione mercanteggiata con la Turchia che si offre come snodo nevralgico di smistamento dei migranti verso l'Europa. **METRO**

Gli ostaggi liberi grazie a un chiodo

ROMA Dovrebbero rientrare oggi in Italia le salme di Salvatore Failla e Fausto Piano, i due tecnici della Bonatti morti in Libia la scorsa settimana dopo una prigionia durata quasi otto mesi. Intanto in Italia hanno parlato gli altri due ostaggi tornati liberi, Filippo Calcagno e Gino Pollicardo. «Pensavamo di essere in un incubo, ma cercavamo di restare lucidi, con la mente chiara, di non sbagliare data, era un esercizio che ci imponevamo, e ci siamo riusciti, tranne per il 29 febbraio che ci ha ingannato, tant'è

Copasir

«Nessun riscatto è stato pagato. Probabilmente i rapitori quando hanno saputo che i capi erano morti si sono dati alla fuga.»

Giacomo Stucchi

che nel nostro messaggio abbiamo detto che era il 5 marzo», ha raccontato Calcagno. L'ex ostaggio ha raccontato com'è riuscito a fuggire, assieme al collega: «Ho lavorato molto su

quella porta dietro la quale eravamo rinchiusi. Con un chiodo ho capito che si poteva fare molto. Ho lavorato sulla serratura, un legno duro, ma con la caparbia ho indebolito la parte. Poi ho chiamato Gino: 'Forza, se dai due colpi siamo fuori', gli dicevo. E così è stato. Ci siamo camuffati perché avevamo paura che qualche altro gruppo ci prendesse e una volta fuori cercavamo la polizia che pensavamo fosse l'unica a poterci aiutarci. Il buon Dio ci ha messo sulla strada giusta». Sull'identità dei suoi aguzzini,



Il ritorno a Monterosso di Gino Pollicardo. /LAPRESSE

Calcagno non ha fornito particolari: «Non so se eravamo in mano all'Isis o a delinquenti, ma certamente eravamo tenuti da criminali». Calcagno e la moglie hanno poi detto di

voler incontrare la vedova di Salvatore Failla, che è stata molto dura con le autorità mettendo a confronto la liberazione dei due uomini con la morte del marito. **METRO**

Sfide

Rohani elogia l'ex Khatami

IRAN Hassan Rohani, presidente dell'Iran, ha sfidato i conservatori elogiando pubblicamente in un comizio il suo predecessore, Mohammed Khatami per l'appoggio dato ai riformisti nelle scorse elezioni parlamentari. Lo ha addirittura chiamato «mio caro fratello». La cosa ha ancor più peso perché Khatami è agli arresti domiciliari, ed esiste persino una legge che vieta di citarlo o mostrare in televisione sue immagini. I conservatori hanno ancora molto potere nel Paese. **METRO**

Battaglia al confine fra Tunisia e Libia

TUNISIA Sono almeno 45 le persone morte negli scontri nella città tunisina di Ben Guerdan, di cui 28 jihadisti, 7 civili, 6 membri della Guardia nazionale e un funzionario doganale, dopo che i militanti islamici hanno attaccato basi dell'esercito e della polizia. Ben Guerdane è una città di frontiera tra Tunisia e Libia, da cui probabilmente provenivano i gruppi armati jihadisti. Proprio il pericolo di infiltrazioni dalla Libia (da lì venivano anche i responsabili degli attentati più



Soldati tunisini. /LAPRESSE

gravi degli ultimi tempi) ha portato la Tunisia a realizzare una barriera lungo il confine. Le autorità intanto hanno imposto un coprifuoco notturno dal tramonto all'alba a Ben Guerdan. **METRO**

Morto d'infarto l'inventore dell'email

USA Raymond Tomlinson, considerato il papà dell'e-mail e il creatore della chiocciola, è morto a 74 anni. Nato nel 1941, Tomlinson scrisse la prima e-mail nel 1971: progettò il programma in segreto, senza comunicarlo ai suoi capi, mentre lavorava ad Arpanet, la rete a disposizione che poi avrebbe dato vita a Internet. Inviò l'e-mail da un computer a quello accanto, con scritto un messaggio che definì «insignificante»: «qwertyuiop o



Raymond Tomlinson. /AFP

qualcosa del genere». Fu il primo a utilizzare il simbolo della chiocciola per indicare che un messaggio deve andare a uno specifico computer della rete. **METRO**

Minacce atomiche dalla Corea del Nord

COREA La Corea del Nord ha avvertito che potrebbe lanciare un «attacco nucleare offensivo e preventivo» in risposta alle esercitazioni militari congiunte tra Usa e Sud Corea, iniziate ieri. Lo afferma un comunicato della Difesa di Pyongyang pubblicato dall'agenzia ufficiale del nord. La decisione, spiega la nota, sarebbe la risposta alle «esercitazioni militari congiunte tenute dai nemici, che sono esercitazioni di guerra nucleare mascherate volte a violare la sovranità della Corea del



Manifestazione a Seul. /AFP

Nord». Nonostante le minacce Corea del Sud e Stati Uniti hanno iniziato regolarmente le esercitazioni annuali, che quest'anno sono le più grandi mai organizzate sulla penisola. **METRO**

Trio Carbone^{plus}
Chiedi al tuo farmacista.

PANCIA GONFIA?

**Che fastidio
quell'aria nell'intestino!**



Trio Carbone^{PLUS}

**Carbone naturale
che migliora il benessere intestinale.**

Flatulenza e meteorismo sono situazioni legate all'eccesso di gas intestinali, di cui difficilmente riusciamo a trattenere l'eliminazione durante il giorno, con dolorosi e frequenti spasmi. Le cause più frequenti sono

pasti veloci, eccessivo uso di bevande gassate, cattiva digestione dovuta a cibi poco digeribili.

Trio Carbone Plus e **Trio Carbone Gas Control** sono prodotti naturali che possono aiutarci a ritrovare e mantenere il benessere intestinale.

A base di Carbone Vegetale e di finocchio, favoriscono l'eliminazione dei gas intestinali e ne limitano la formazione.

Svolgono inoltre un'azione calmante e antispasmodica, favorendo la normalizzazione delle funzioni intestinali.



**Pronto da bere.
Utile per chi
ha problemi
di deglutizione**

**Da POOL PHARMA
IN FARMACIA**
www.poolpharma.it

DEPURARE L'ORGANISMO FA BENE ALLA SALUTE.

Genziana, Ippocastano, Arnica, Amamelide, Iperico:
erbe note da sempre per le spiccate virtù depurative.

Per ritrovare il benessere occorre "depurare" l'organismo.

Padre Raineri, attivissimo Sacerdote della Diocesi di Milano, quando si trovò afflitto da piccoli problemi di ordine fisico come digestione difficile, problemi articolari e cattiva circolazione scoprì, dopo attente ricerche, le virtù delle erbe depurative.

Dalla sua esperienza e dall'abilità nel miscelare sapientemente gli ingredienti, Padre Raineri creò l'elisir Ambrosiano,

che si dimostrò un ottimo aiuto per ritrovare il benessere fisico.

Le virtù delle erbe officinali sono un "soccorso naturale" per quanti vogliono prevenire i piccoli disturbi quotidiani. L'esclusiva formulazione di Padre Raineri rappresenta oggi la salutare riscoperta di una antica tradizione, preziosa per depurare l'organismo e quando si sente il bisogno di un aiuto che unisca tutto il bene della natura, al buon sapore dell'amaro.



**elisir
AMBROSIANO**
AMARO D'ERBE

È fatto esclusivamente con Erbe naturali che conferiscono un gradevole gusto amaro-tonico. Un bicchierino dopo i pasti, liscio o allungato con un po' d'acqua, può essere d'aiuto alla salute.



wellcare.it

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

SPECIALE STIPSI?

**Sveglia l'intestino
combatti la stitichezza**

Oggi in farmacia
c'è **Dimalosio Complex**
il regolatore dell'intestino.

Quando l'intestino si "addormenta" e perde la sua regolare puntualità è possibile andare incontro ad episodi di stitichezza che possono causare cattiva digestione, senso di gonfiore con tensione addominale e alitosi. Secondo le recenti linee guida il problema può essere affrontato con una dieta ricca di fibre indispensabili per ritrovare e mantenere la corretta motilità intestinale.



Seguendo queste direttive è stato formulato **Dimalosio Complex**, un preparato a base di Psillio e Glucomannano, fibre naturali, arricchito con Lattulosio ed estratti vegetali, componenti attivi che agiscono in sinergia per "risvegliare" la corretta motilità intestinale senza irritare. **Dimalosio Complex** sveglia l'intestino pigro, usato con regolarità svolge un'azione come regolatore intestinale, favorisce la crescita della flora batterica ed aiuta a combattere quel fastidioso gonfiore addominale facilitando una normale evacuazione. **Dimalosio Complex** lo trovate in Farmacia, disponibile in confezione da 20 bustine al gradevole gusto pesca.

Da ALCKAMED In Farmacia

NUOVO DALLA RICERCA

**"L'OROLOGIO
DELLA NOTTE"**

MELATONINA

L'ormone naturale
che promuove il sonno
favorendo un riposo di qualità.

Se avete difficoltà a prendere sonno e il riposo notturno fa a "pugni" con il vostro cuscino non preoccupatevi.

La ricerca scientifica ha individuato nella carenza di Melatonina, sostanza ormonale prodotta di notte da una ghiandola del cervello, una delle cause alla base di questo problema di cui soffre circa un terzo della popolazione italiana.

La vita stressante e le preoccupazioni di tutti i giorni, l'abuso di farmaci, la menopausa e per chi viaggia i continui cambi di fuso orario, sono alcune delle ragioni o stili di vita che sempre più frequentemente causano disordini nel ritmo sonno/veglia.

L'assunzione di 1 mg di Melatonina, meglio ancora se potenziata con estratti vegetali specifici, contribuisce alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno e, quando serve, ad alleviare gli effetti del jet-lag: non a caso è stato coniato un detto, "una bella dormita e sorridi alla vita".



Oggi in Farmacia c'è **Gold Melatonina**, Melatonina 1 mg in compresse a due strati effetto fast e slow release "rapido e lento rilascio".

L'originale formulazione è arricchita con estratti secchi di **Griffonia**, **Melissa** e **Avena**, utili per favorire il rilassamento, il benessere mentale e il normale tono dell'umore.

Gold Melatonina
**Affronta la vita
con serenità.**

Chiedi l'originale al Farmacista.
Notte dopo notte, **Gold Melatonina** ti aiuterà a riposare bene e a lasciarti alle spalle la sensazione di tensione dovuta alla stanchezza.

Utero in affitto? No, è una vendita

SOCIETÀ Credo che rispetto a "utero in affitto" sia più adatto "bambino in vendita" perché rende meglio il concetto: il punto non sta nel fatto che la donna dia in adozione il proprio bimbo, come succede da sempre, ma che lo concepisca perché ha bisogno di soldi (magari per mantenere altri figli, come avviene in India e altri paesi). Si vende un essere umano, e non capisco come questo possa essere tollerato. La donna dispone del proprio corpo, ma che diritto ha di lucrare sul corpo di un altro? Infine, tutte le donne che ho sentito difendere questa pratica, dichiarano di non avere figli. Io un utero non ce l'ho ma ho visto molte donne portare in grembo e partorire due bimbi, e ho tante amiche e colleghe mamme. Devo ancora sentire una sola mamma che non consideri disumana una cosa del genere. **GIORGIO**

Sibilla Aleramo è anche santa

TRASPORTI Milano: autobus 55 in percorso dal capolinea Segrate-Lavandier per arrivare in

CHE FINE HA FATTO IL REFERENDUM?

Siccome, come disse qualcuno, a pensar male si farà peccato ma spesso ci si azzecca, io vorrei approfittare dell'occasione per dire la mia sul referendum del 17 aprile. Non voglio esprimermi nel merito, perché non è mio compito e questa non è la sede, ma certo su un argomento così decisivo per la nostra vita (il quesito sarà: «Volete che, quando scadranno le concessioni, vengano fermati i giacimenti in attività nelle acque territoriali italiane anche se c'è ancora gas o petrolio?») non posso non notare il silenzio della politica. Ma come, abbiamo visto il Parlamento

macerarsi su una cosa di cui non aveva mai sentito parlare (la Stepchild adoption) e nessuno spende una parola per mandare via le trivelle dai nostri mari? Mi sono chiesto come mai nel decreto Sblocca Italia si fosse dato il via libera a lavori di trivellazione, sia in mare che in terra, su tutto il territorio italiano e senza particolari vincoli. Mi sono chiesto perché siamo ancora all'anno zero sulle fonti di energia alternative agli idrocarburi. Ma il silenzio della politica su questo referendum, per farlo fallire, è l'unica cosa su cui ho una certezza. Ed un giudizio. CARLO G.

piazzale Loreto. A un certo punto si arriva alla fermata S. Aleramo e la voce registrata sente un pò che cosa annuncia: «prossima fermata Santaleraamo!» Testuali parole che dimostrano ampiamente l'ignoranza che ormai regna sovrana in tutti i campi. Possibile che nessuno sappia più chi sia stata Sibilla Aleramo, scrittrice e poetessa di valore? Sembra impossibile ma è proprio così. **ARIANNA GATTI**

Proteine, un mito proprio da sfatare

ALIMENTAZIONE Rispondo a Clara (che ieri su Metro aveva parlato di mancanza di proteine in merito all'alimentazione vegana, ndr) informandola che l'alimentazione vegan è completa di tutte le proteine necessarie. Semmai bisognerebbe parlare del problema dell'eccesso di proteine, nota causa di malattie cardiovasco-

lari, che si assumono con l'alimentazione onnivora, cosiddetta "normale". Il mito delle proteine è stato pianificato a tavolino dal mercato della carne, iniziato alla fine dell'800. Signora Clara, si legga "Ecocidio", poi ne riparliamo. **GIOVANNA DI STEFANO**

Che bello, negozi sempre aperti

COMMERCIO Sono favorevole alle aperture prolungate e festive. Molte persone lavorano già su turni ed in questo modo si creerebbero ulteriori posti di lavoro ampliando le ore di lavoro. Trovo davvero assurdo che in grandi città europee turistiche da me visitate recentemente (cito Zurigo, Nizza, Malaga) la domenica sia tutto chiuso anche in centro! Quindi, almeno in questo, ritengo che l'Italia sia più avanti e ben venga il Carrefour 24 ore! **PAOLA**

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



Carlo Mari

dirigente scolastico in pensione

NON È UN PAESE PER INSEGNANTI

Concorso a cattedre, esami e titoli. Precari della scuola contro: abilitati TFA (Tirocinio Formativo Attivo) e PAS (Percorso Abilitante Speciale). Da una parte i "tieffini", abilitati dopo selezione di ammissione, mesi di corso di formazione e tirocinio a scuola, valutazione del tirocinio, esame finale: una strada qualificante non meno di un concorso. Dall'altra i "passini", sovente con selezioni al TFA non superate, ma con anni di supplentato. I tieffini ultratrentenni; i passini quarantenni. La recente riforma-sanatoria ha assunto i supplenti delle Graduatorie a esaurimento (GAE), anche cinquantenni, non pochi ormai dediti ad altri mestieri. Abilitati TFA e PAS fuori da sanatoria. Lo Stato ha le sue ragioni nel dire che un conto è l'abilitazione, un conto l'assunzione. Ma non così è stato per decenni, neppure con l'ultima riforma. Si va al concorso, con quali punteggi per titoli? L'abilitazione TFA vale più di quella PAS: giusto.

Il servizio dà punteggio e lo contestano i TFA, perché ha già prodotto ammissione all'abilitazione speciale senza selezione. Giusto. Dicono i PAS: ma il servizio per anni ha mandato avanti le scuole. Giusto. E conta solo l'anno intero di 180 giorni, lamentano i PAS.

Il che però vale anche per i TFA, che obiettano: con il punteggio per il servizio, e senza tetto, il concorso appare segnato. Hanno buone ragioni. I posti sono pochi: 63.700 sembrano tanti, ma frammentati per gradi di scuola, classi di concorso e regioni, diventano un terno a lotto.

I TFA sono l'emblema del giovane italiano fregato. E' perdente la scuola e gli abilitati TFA - selezionati, preparati nei contenuti e nelle metodologie, ma fuori dalla scuola - sono l'emblema di questa sconfitta

Con il servizio fra i titoli, i tieffini rischiano di non vincere il concorso neppure con un esame geniale. Guerra tra poveri. Chi ha ragione? Diciamo chi sicuramente ha torto: lo Stato. Le ragioni degli abilitati TFA sono forti.

Il nostro non è un paese del merito, che resta uno sconosciuto. Comunque finisca, rispetto alle GAE, ai PAS, agli abilitati con le vecchie SISS, alle sanatorie varie, i TFA sono l'emblema del giovane italiano fregato. E' perdente la scuola, perché la selezione dei docenti continua ad essere vecchia e inefficace; gli abilitati TFA - selezionati, preparati nei contenuti e nelle metodologie, ma fuori dalla scuola - sono l'emblema di questa sconfitta.

PER LA PUBBLICITÀ SU



A.MANZONI & C. S.p.A
Via Bruno Buozzi, 10
10123 TORINO

tel. 011.6565111

FEDERICO FRANCESCO FERRERO

medico nutrizionista



La dieta vegana? Ok Ma occhio agli eccessi

Ogni martedì il dott. Ferrero risponderà ai lettori di Metro sui temi del cibo e dell'alimentazione. Mail a: lettere@metroitaly.it

Gentile dott. Ferrero, mia figlia di sedici anni è vegana da un anno. E' molto dimagrita e pretende che io utilizzi posate e pentole diverse per cucinare il suo cibo. Sono molto preoccupata. Dovrei darle degli integratori? UNA MAMMA

Cara Signora, adoro le verdure e non ho alcuna preclusione contro i vegani ma non amo mai gli estremismi. La scelta alimentare che esclude tutti i cibi di origine animale in maniera totale, e accetta quindi solamente verdure, rifiutando latte, uova e perfino miele, se portata alle estreme conseguenze è più simile a una religione che a una dieta. Ma, si sa, i giovani hanno bisogno di sentirsi parte di un gruppo. Le verdure cresciute con concimi animali, a rigor di logica, andrebbero escluse, rischiando di accettare quelle ottenute con concimi chimici. E,

per coerenza, non bisognerebbe vestire accessori di cuoio o sedersi su un divano di pelle. Non voler assumere una foglia di insalata che è stata toccata con la stessa forchetta che ha rimestato una polpetta è poi un atto di intransigente insana nevrosi. Tutti gli studi scientifici seri, e i dati di laboratorio dei soggetti vegani, dimostrano che il ferro (fondamentale per i globuli rossi del sangue) contenuto nei legumi e quello della carne non hanno la medesima capacità di essere assorbiti in tutti i soggetti; mi auguro non sia il caso di sua figlia. Se dagli esami invece risultasse anemica o in carenza di ferro, malgrado una dieta vegana bilanciata, le spieghi che nutrirsi di un integratore è un comportamento più contro-natura che gustare un piattino di carne cruda.

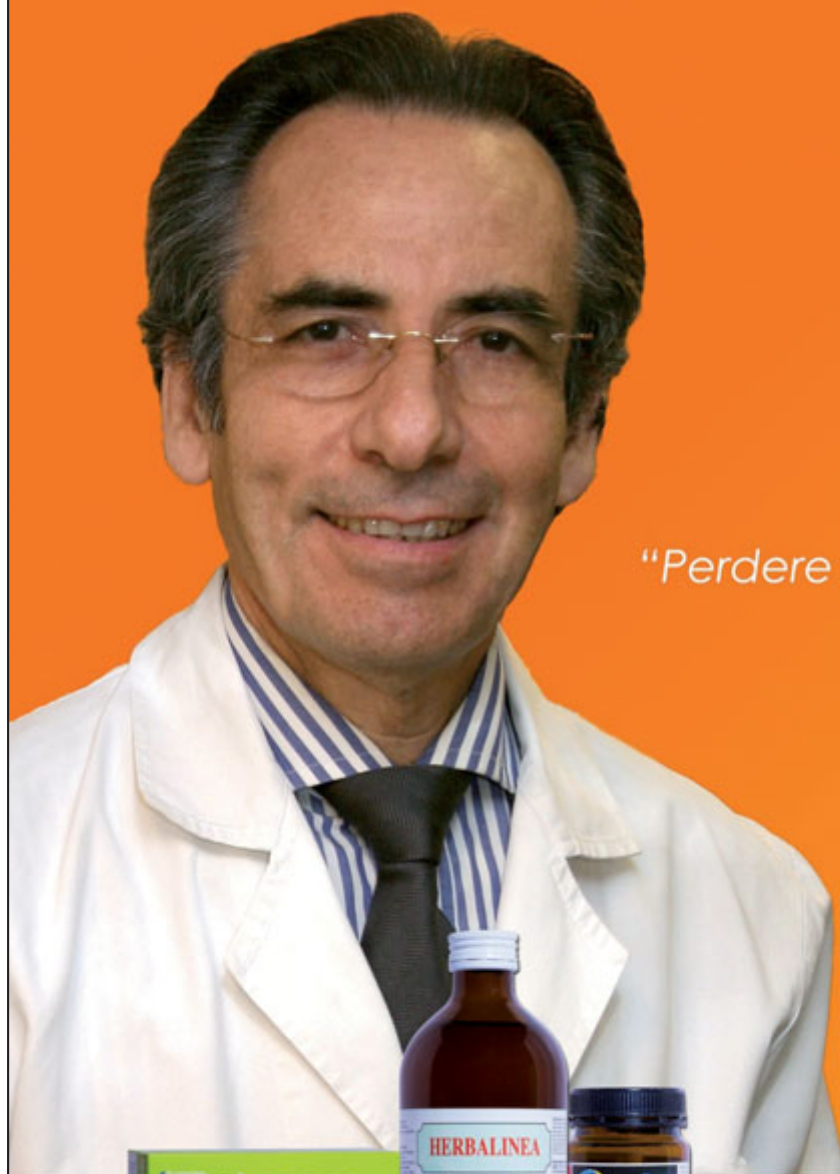
www.federicofrancescoferrero.com



Metro è un quotidiano indipendente del mattino pubblicato dal lunedì al venerdì e distribuito gratuitamente da N.M.E. - New Media Enterprise Srl. Registrazione R5 Tribunale di Roma 254/2000. Sede legale: Via Carlo Pesenti, 130, 00156 ROMA. Amministratore unico: **MARIO FARINA**

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

PUBBLICITÀ - contatti: **A. Manzoni & C. S.p.A** via Nervesa 21, 20139 Milano - tel. 02.574941, www.manzoniadvertising.it
Concessionaria clienti locali:
Milano e provincia: via Nervesa 21, 20139 Milano, Tel.: 02.57494571
Torino e provincia: via Bruno Buozzi 10, 10123 Torino, Tel.: 011-6565111
Bologna e provincia: viale Silvani 2, 40122 Bologna, Tel.: 051-5283811
Firenze e provincia: via Lamarmora 45, 50121 Firenze, Tel.: 055-5539200
Roma e provincia: via Cristoforo Colombo 98, 00147 Roma, Tel.: 06-514625802; 06-514625817
Genova e provincia: Via Roccatagliata Ceccardi 1, int 2 - 16121 Genova Tel. 010 537311
Responsabile del trattamento dei dati (D.Lgs. 196/2003):
Giampaolo Roidi; Stampa: LITOSUD SRL, via Carlo Pesenti 130, Roma - Via Aldo Moro 2, 20160 Pessano Con Bornago (MI)
DIFFUSIONE: per segnalare anomalie: diffusione@metroitaly.it



KIT FORTI E MAGRI RIDUCI I CHILI SUPERFLUI

"Perdere peso è una cosa Seria"



Un trattamento straordinario.

Con 5/10/30Kg di meno il corpo migliora le sue prestazioni fisiche e mentali. Il programma brucia-grassi elaborato da Gino San agisce, sia di notte che di giorno, senza effetti collaterali. Un programma che parte da un dato certo e cioè le migliaia di persone che ogni anno si ammalano e muoiono per i danni provocati dall'obesità. Molti ignorano gli effetti deleteri derivanti dall'abuso di zuccheri, grassi animali e cattiva alimentazione. Tutto ciò crea squilibrio energetico creando la possibilità di patologie fisiche e mentali, con grave pericolo per la salute del nostro corpo. "Forti e Magri" non è una dieta, ma un programma di salute che si realizza con consigli alimentari ed il ricorso ad alcuni integratori naturali. Il progetto forti e magri favorisce, la perdita del peso, la salute delle nostre articolazioni e dei nostri muscoli, riduce il colesterolo, trigliceridi, diabete e migliora le capacità intellettive. Basta con le diete di moda! Il Naturopata GinoSan ci invita ad adottare uno stile di vita che sia coerente con l'obiettivo.

 **Erboristeria
Gino San**
Scienza, cultura e professionalità

CONSULENZA GRATUITA. Per maggiori informazioni chiamaci **011-547971** o viene a trovarci in **Via Arcivescovado n°5, Torino**. Riceviamo previo appuntamento, tutti i giorni dal Lunedì al Venerdì dalle 10.00 - 19.00 orario continuato. Mercoledì pomeriggio Chiuso. Il sabato dalle 10.00 - 13.00 / 15.30 - 19.00. **Sito: www.erbenaturali.it**

2

SPETTACOLI

27 date negli USA



L'artista Bob Dylan. /METRO

Per Dylan album e tour

Bob Dylan annuncia l'imminente uscita di un nuovo album, *Fallen Angels*, che sarà accompagnata da un tour estivo di 27 date negli USA. Il disco (scrive la rivista *Rolling Stone*) è il seguito di *Shadows in the Night*, raccolta di cover di Frank Sinatra che Dylan lanciò nel 2015.

L'Isola raddoppia e si fa "desnuda"

Alessia Marcuzzi alla guida della nuova edizione presenta le novità del popolare reality show: dal 9 marzo su Canale 5

TV "Gli spettatori vogliono conoscere un altro lato dei vip, sapere come siamo al naturale": così Alessia Marcuzzi spiega il successo dell'Isola dei famosi, reality che torna con una nuova edizione dal 9 marzo h21.10 su Canale 5. In studio con la presentatrice, Mara Venier e Alfonso Signorini, per commentare le avventure al limite della sopravvivenza (10 settimane in condizioni estreme su un'isoletta delle Honduras) dei 10 "famosi" che gareggiano per 100mila euro: l'ex presentatrice del reality Simona Ventura, il circense Stefano Orfei, i cantanti Fiordaliso e Marco Carta, gli attori Mercedesz Henger, Jonas Berami e Enzo Salvi, e poi Alessia Reato, Claudia Galanti e Aristide Malnati. Novità, c'è chi se la passerà peggio di loro: 6 aspiranti costretti a permanere



Al centro Simona Ventura e gli altri protagonisti del reality. /METRO

re nudi sulla ribattezzata Isla desnuda, in attesa di essere scelti per unirsi ai "principali" proprio da questi ultimi. Tra i pretendenti, Gloria Contreras, la protagonista della webserie di Lory del Santo, The Lady. Bonus: altri due partecipanti dall'identità misteriosa, relegati su una zattera. Alvin sarà l'invitato in Honduras, mentre Piero Chiambretti, dal 15,

condurrà il post-Isola dove farà il terzo grado all'escluso della settimana.

L'ospite più chiacchierata dell'Isola resta la Ventura, che la Marcuzzi definisce "grande amica, donna tostissima e coraggiosa", e sulla quale Signorini non si risparmia: "Se fate i bravi vi diamo il nome del chirurgo di Simona, così non rischiate di andarci".

LORENZA NEGRI

Su Sky Arte Artists in Love



Miller&Monroe. /METRO

TV 8 marzo d'amore. A patto che sia tormentato e senza misura, feroce e passionale. E allora ecco pittori e musicisti, registi e attrici, star e muse: da Johnny Cash & June Carter a Salvador Dalí & Gala, da Pablo Picasso & Dora Maar a Amedeo Modigliani & Jeanne Hébuterne, da Maria Callas & Aristotele Onassis a Richard Wagner & Cosima Liszt, da Arthur Miller & Marilyn Monroe a Frida Kahlo & Diego Rivera, da Federico Fellini & Giulietta Masina a Rudolf Nureyev & Erik Bruhn.

Sono le loro storie protagoniste su Sky Arte HD (canali 120 e 400) di *Artists in Love*, 10 episodi

con la guida di Samantha Morton e la direzione di Piero Messina, Fabio Mollo e Luca Granaato, arricchito da interviste: ogni episodio un viaggio nei luoghi in cui i personaggi sono nati, e sono nate e si sono consumate le loro storie, e attraverso parole e immagini tirate fuori da materiali di repertorio, inediti o privati, foto e filmati. **SILVIA DI PAOLA**

Canale 118

È Cybercrime: aggrediti in rete

TV Da stasera h22.55 è Cybercrime: aggrediti in rete. La nuova serie su Crime+Investigation (canale 118 di Sky), racconta storie di maniaci virtuali, di stalking e frodi. **METRO**



I NOSTRI NUMERI NEL MONDO

15.6 MM
Readers

7.9 MM
Daily Circulation

23
Countries

6.4 MM
Social Media Followers

13
Languages

36 MM
Unique Visitors

67
Editions

120
Cities

Siamo il QUOTIDIANO GRATUITO più letto in ITALIA e nel MONDO, grazie a tutti i nostri lettori.

CATALOGO CORSI FCI

COFINANZIATI FINO ALL'80% DALLA CITTA' METROPOLITANA DI TORINO DEDICATO AI LAVORATORI OCCUPATI

Approvato con Determinazione del Dirigente 61-12277/2014, aggiornato dopo 40 giorni con Determinazione del Dirigente 115-21188/2014, prorogato e aggiornato per il 2015 con Determinazione n. 25-5944 del 6/03/2015.

TITOLO CORSO	ORE	COSTO TOTALE	QUOTA A CARICO DELLA CITTA' METROPOLITANA DI TORINO	QUOTA A CARICO DEL BENEFICIARIO *
LINGUA INGLESE – LIVELLO ELEMENTARE **	60	€660	€ 528	€132
LINGUA INGLESE – LIVELLO INTERMEDIO **	60	€660	€ 528	€132
LINGUA FRANCESE – LIVELLO INTERMEDIO **	60	€660	€ 528	€132
LINGUA TEDESCA – LIVELLO ELEMENTARE **	60	€660	€ 528	€132
LINGUA SPAGNOLA – LIVELLO ELEMENTARE **	60	€660	€ 528	€132
LINGUA ITALIANA L2 – LIVELLO ELEMENTARE A2 **	60	€660	€ 528	€132
AGGIORNAMENTO INFORMATICO - ELABORAZIONE TESTI E FOGLIO ELETTRONICO LIVELLO BASE **	40	€440	€ 352	€88
AGGIORNAMENTO INFORMATICO - FOGLIO ELETTRONICO LIVELLO AVANZATO **	30	€330	€ 264	€66
ELEMENTI DI CONTABILITA' E BILANCIO	60	€660	€ 528	€132
ELEMENTI DI PAGHE E CONTRIBUTI	60	€660	€ 528	€132
RISTORAZIONE – TECNICHE DI PASTICCERIA E RISTORAZIONE	60	€660	€ 528	€132

Sede di svolgimento:
ARTU' Ente Formativo –
Corso Orbassano 336 –
10137 Torino

Materiale didattico:
fornito dalla nostra
segreteria

Frequenza:
1 volta alla settimana
orario preserale/serale

Pre-iscrizioni: presso la
nostra sede, con copia
Carta di Identità, codice
fiscale, ultima busta
paga

Iscrizioni:
Firma voucher + marca
da bollo da €16

Test di ingresso:
previsto per alcune
tipologie di corsi

Certificazione: verrà
rilasciato un **attestato
di frequenza e profitto**
a chi abbia frequentato
almeno i 2/3 di corso
previo superamento
della verifica finale

*Hanno diritto all'esenzione dalla quota di cofinanziamento a carico del beneficiario, i lavoratori con ISEE inferiore a € 10.000,00, i lavoratori in cassa integrazione guadagni straordinaria o in mobilità.

** Corsi che prevedono test di ingresso per la verifica delle competenze minime richieste per poter accedere al percorso formativo.

VOUCHER DI FORMAZIONE CONTINUA A INIZIATIVA INDIVIDUALE - Allegato "A" alla D.D. n. 72-11864 del 03/04/2013

CORSI PER LAVORATORI OCCUPATI PRESSO IMPRESE O ENTI LOCALIZZATI IN PIEMONTE E A LAVORATORI DOMICILIATI NEL TERRITORIO REGIONALE COFINANZIATI FINO ALL'80% DALLA CITTA' METROPOLITANA DI TORINO, FINO AD ESAURIMENTO FONDI.

I lavoratori percettori di ammortizzatori sociali in deroga possono essere destinatari di voucher ai sensi del presente avviso a condizione che non siano attivi specifici provvedimenti di sostegno sui quali possano usufruire di interventi di formazione professionale dedicati.

Non sono inclusi tra i destinatari del voucher: i titolari di P.M.I. o equiparati, nonché, per la formazione specifica prevista nel D.Lgs. n. 81/2008 e s.m.i., i lavoratori designati o incaricati dal datore di lavoro a svolgere specifici incarichi in materia di sicurezza sul lavoro, i soci di capitale e in generale i soci non dipendenti, i consiglieri di società/enti, i titolari di cariche pubbliche elettive e in generale tutte le persone non appartenenti alle categorie descritte nella sezione destinatari/beneficiari delle azioni di ciascun avviso.

L'annuncio è rivolto ad entrambi i sessi (art. 1 della Legge 903/77 e art.4 della Legge 125/91).

TERMINE ULTIMO DI ISCRIZIONE: le richieste di attribuzione voucher devono pervenire al Servizio Formazione Professionale della Città metropolitana di Torino entro il **20 dicembre 2016**.



ARTU' ENTE FORMATIVO
ENTE ACCREDITATO DALLA REGIONE PIEMONTE (CERTIFICATO NR. 1161/001 DEL 30/01/2013)
CENTRO DIREZIONALE NADIM - CORSO ORBASSANO 336 - 10137 TORINO
E-MAIL: direzione@enteformativoartu.it TELEFONO: 011.3149327



Le informazioni sono fornite ai sensi dell'art. 69 del Reg. (CE) n. 1083/2006 e degli artt. 8 e 9 del Reg. (CE) n. 1828/2006 che ripropongono le indicazioni per un corretto e pieno rispetto delle disposizioni generali in materia di informazione e pubblicità dei Fondi strutturali

per la crescita intelligente, sostenibile ed inclusiva del Piemonte

3
SPORT

Bomber a 37 anni



Milito con il Racing./ AP

Doppietta per Milito

Ok, Icardi ha appena ritrovato la strada del gol. Ma come può, un tifoso interista dimenticare Diego Milito? Il Principe del Bernal, che ha lasciato Milano nell'estate del 2014, prosegue (felicitamente) la sua carriera con una media gol davvero notevole: in 46 partite con il Racing Avellaneda Milito ha messo a segno ben 20 gol. A quasi 37 anni. Gli ultimi due risalgono a ieri notte, con la sua squadra che si è imposta 6-3 sul campo dell'Union Santa Fé: una doppietta che farà tornare in mente i fasti del triplete ai tifosi dell'Inter. METRO

Panchina d'oro

Allegri tecnico top

Primo in campionato, ancora dentro i giochi Champions, in finale di Coppa Italia. Tutto con la sua Juventus. Adesso per Massimiliano Allegri arriva un altro prestigioso riconoscimento in carriera: la Panchina d'oro 2014-2015 (la seconda, dopo quella del 2008-09 col Cagliari) che gli hanno assegnato a Coverciano i colleghi allenatori con maggioranza assoluta (27 su 51). «È un riconoscimento importante», ha detto Allegri - che mi piace condividere con i giocatori». METRO

Ombre sulla Sharapova

TENNIS Maria Sharapova ha ammesso di essere risultata positiva a un test antidoping agli Open di Australia. È risultata positiva al Meldonium, sostanza che prendeva già nel 2006 ma è stata aggiunta solo da poco alla lista nera dei prodotti stilati dall'Agenzia mondiale per il doping. La tennista si è giustificata dicendo che prima di assumere il Meldonium non aveva let-

to la lista aggiornata.

La grande attesa

Tutto il pomeriggio ad aspettare la conferenza stampa della tennista. Sarà incinta? Lascerà il tennis? La verità ha spiazzato tutti: «L'Itf mi ha comunicato che sono risultata positiva a un controllo antidoping al Meldonium durante gli Australian Open di Melbourne». A farla incappare nella positività,

una medicina usata per combattere le cefalee, inserita dal 1 gennaio 2016 nella lista proibita della Wada perché migliora il metabolismo e l'approvvigionamento energetico dei tessuti. «Ho commesso un grosso errore - ha detto la Sharapova, visibilmente provata - Non voglio chiudere così la mia carriera, spero che mi sia data un'ulteriore possibilità». METRO



Maria Sharapova annuncia la sua positività. Tennis sotto choc./ AFP

La Roma ci prova nella tana di CR7

Giallorossi al Bernabeu per tentare di ribaltare lo 0-2. Spalletti ci crede. Per il ranking serve una vittoria



Luciano Spalletti (che ieri ha compiuto 57 anni) non ha paura del Real Madrid./ LA PRESSE

Qui Real Madrid

Zidane non ha deciso se schiererà un 4-4-2 o un 4-3-3 con Bale e Ronaldo, oltre ad uno tra Vazquez o Mayoral

- Out Sicuramente out Karim Benzema

molto probabilmente con Dzeko terminale per il gioco offensivo. Per la Roma il passaggio del turno avrebbe il sapore di una impresa storica: mai di una reventuale remuntada se ne gioverebbe tutta l'Ita-

lia. Vediamo perché.

Il pasticciaccio ranking

L'Italia rischia di non raggiungere quel terzo posto nel ranking Uefa che vorrebbe dire un posto in più in Champions a partire da settembre 2017. Galeotti furono i suicidi della Fiorentina contro il Tottenham e del Napoli contro il Villarreal: le inglesi hanno invece qualificato agli ottavi di Europa League di Liverpool, United e Tottenham. Un pò di conti: l'Inghilterra ora è terza con 73.909 pun-

ti, l'Italia è quarta con 70.272. Ecco perché l'Italia deve sperare nella remuntada della banda Spalletti a Madrid, nella vittoria della Juve in casa del Bayern e nel passaggio del turno da parte della Lazio. Un miracolo che ci darebbe una speranza: anche perché Liverpool e Manchester United si scontreranno tra loro (togliendo quindi all'Inghilterra una squadra), mentre il Tottenham se la vedrà col Borussia Dortmund. È lecito sperare? METRO

Niang dovrà operarsi Per lui un lungo stop

CALCIO Sono più serie del previsto le condizioni della caviglia di Niang. L'attaccante del Milan, coinvolto in un incidente stradale una settimana fa, dovrà sottoporsi ad intervento. Ieri ad Amsterdam Niang «si è sottoposto a visita specialistica dal professor Niek Van Dijk» che ha stabilito che la lesione capsulo legamentosa della caviglia sinistra necessi-



M'Baye Niang./ LA PRESSE

ta di intervento (che sarà effettuato venerdì). Per Niang si prospetta un lungo stop. METRO

Mancini e la Champions «Anche noi in corsa»

CALCIO «La corsa alla Champions sarà un affare per Roma, Fiorentina e Inter». Parola di Roberto Mancini. «Il Milan? Lo vedo troppo indietro per aspirare alla Champions. Piano piano sta crescendo, sta migliorando, negli ultimi anni ha perso grandi calciatori e ci vuole un pò di tempo». Per il tecnico dell'Inter «la mia squadra è sempre lì, vuol dire che



Roberto Mancini./ LA PRESSE

ha fatto qualcosa di buono all'inizio del torneo. Tutte le squadre hanno i loro alti e bassi». METRO

Posticipo di A: 98-96

Reggio Emilia «doma» Venezia e vola in vetta

BASKET Nel posticipo della 22esima giornata del campionato di basket, Reggio Emilia supera Venezia 98-96 dopo un tempo supplementare e aggancia l'Olimpia Milano in vetta alla classifica. Partita equilibratissima. Reggio è stata trascinata alla vittoria dai 25 punti di uno scatenato Aradori e dai 24 di Kaukenas. Venezia resta al settimo posto in piena corsa per un posto nei playoff. METRO

Biancocelesti a Praga

Lazio in Europa visibile in chiaro giovedì su Tv8

CALCIO L'Europa League torna su TV8 (canale 8 del digitale terrestre e 121 del telecomando Sky), in diretta e in chiaro per tutti, con le partite di andata degli ottavi di finale. Giovedì alle 21.05, in primo piano l'attesa sfida della Lazio, unica squadra ancora in corsa, di scena allo Stadion Letná di Praga contro lo Sparta. È intanto ieri Klose, 37 anni, ha fatto sapere che intende giocare «un altro paio di anni». METRO

Calcioscommesse

Conte accelera e punta dritto al rito abbreviato

CALCIO Il Ct della Nazionale Antonio Conte ha chiesto di poter accedere al rito abbreviato nell'ambito del procedimento che lo vede imputato per frode sportiva nella vicenda del calcioscommesse. Sulla richiesta il gup si esprimerà oggi. METRO

Sentire bene per sentirsi meglio!

AudioNova offre soluzioni semplici ed efficaci per ridare a tutti il piacere di sentire correttamente, con un servizio di assistenza di primo livello.



► L'udito quotidiano.

L'udito ci dà sicurezza e arricchisce le nostre vite. Se ci fermiamo un attimo a pensare all'importanza di questo senso, spesso sottovalutato, ci accorgiamo che sentire bene ci consente di socializzare, lavorare, svolgere tutte le attività quotidiane e anche rilassarci. Con un buon udito, infatti, possiamo stare tranquilli, perché è il più efficace sistema di allarme "naturale" e ci avverte di un possibile pericolo. Cosa potrebbe accadere se, per esempio, attraversando la strada tenendo per mano il nostro nipotino, non ci accorgessimo del sopraggiungere di un'automobile in corsa? È necessario capire che bisogna prendersi cura del proprio udito, prima di tutto adottando sin da giovani uno stile di vita adeguato, evitando quelle azioni che possono danneggiarlo, come per esempio ascoltare la musica ad un volume troppo alto e, in secondo luogo, misurando periodicamente la propria capacità uditiva tramite test specifici. La prevenzione è la prima azione da mettere in campo per evitare di dover poi far fronte a problemi già in stadio avanzato.

Nel caso in cui poi si dovesse scoprire di avere una diminuzione della sensibilità uditiva, bisogna affrontarla serenamente, nella consapevolezza che oggi, grazie

all'evoluzione tecnologica, è possibile rimediare utilizzando apparecchi acustici digitali, efficaci e discreti. Una delle principali cause dell'indebolimento della capacità di sentire è l'invecchiamento del sistema uditivo, per questo, sono tantissime le persone che condividono tale problema, proprio perché è un fatto "normale" ma al quale non bisogna rassegnarsi, al contrario! E infatti, per fortuna, un numero sempre crescente di persone, decide di prendere una soluzione acustica, di non rinunciare alla propria autonomia, e di regalare più tranquillità a sé stessi e ai propri cari.

Prestiamo orecchio al nostro udito.

L'esperienza più comune in chi ha un calo dell'udito, è la sensazione di sentire ma di non capire le parole. Ciò avviene perché la sordità non colpisce in uguale misura tutte le frequenze contenute nel suono di una parola. Solitamente, diventa più difficile sentire le consonanti, rispetto alle vocali. Così accade che si sentano ad esempio la "a" e la "o" di "sasso" ma non si senta la "s". La parola è "passo", "sasso" o "lasso"? Il cervello cerca di "ricostruire" le parole e ciò richiede uno sforzo mentale continuo. L'effetto è l'esaurimento, il nervosismo, ed infine l'isolamento e

il deterioramento anche dei più solidi rapporti personali. Numerose evidenze scientifiche indicano inoltre che il deficit uditivo, si associa anche ad un aumentato rischio di caduta a terra, con la frequente conseguente frattura del femore, una delle principali cause di disabilità per l'anziano, in quanto l'udito contribuisce a mantenere una stazione eretta e un'andatura stabile.

Se l'udito cala, alziamo la mano.

Il calo uditivo non arriva all'improvviso, è progressivo, e spesso non ci rendiamo neppure conto di soffrirne. Cerchiamo di compensare aumentando il volume di TV e radio, oppure chiediamo alle persone di ripetere più volte cosa stanno dicendo, insomma sottovalutiamo i primi segnali che invece dovrebbero farci semplicemente capire che è il momento di fare una visita. In effetti una persona, pur avendo già una diminuzione importante del suo udito, può non accorgersene quando parla in un ambiente "tranquillo", dove tutto sommato riesce a comprendere il senso di ciò che gli viene detto pur non sentendo chiaramente tutte le parole. Risente realmente del disturbo negli ambienti rumorosi: riunioni familiari, ristoranti, cinema, teatro. Ma la vita non si svolge sempre in ambienti silenziosi no? Né tantomeno si può pensare

di evitare sempre quelle situazioni di "ascolto difficile", significherebbe rinunciare ai momenti più belli, come una cena con i parenti o con gli amici. È nel corso di un esame dell'udito, che si potrà rendere conto veramente di ciò che "perde" ogni giorno e prendere consapevolezza di quello che "guadagnerebbe" indossando una soluzione acustica.

Cosa fare, oggi.

AudioNova è l'azienda che ha portato una ventata di novità nel settore dell'audioprotesi italiana, attraverso un'azione di sensibilizzazione verso la problematica del deficit uditivo, e per questo offre la possibilità di sottoporsi a un **controllo dell'udito gratuito a chiunque lo desideri: basta chiamare il numero verde 800-767026**. E poi, grazie ad AudioNova, si può finalmente acquistare la soluzione acustica più adatta a sé al giusto prezzo con **l'eccezionale promozione Apparecchi Acustici digitali di qualità al 50% di sconto**. Un'opportunità di risparmio davvero interessante da non lasciarsi scappare. Il consiglio è di prenotare subito il proprio appuntamento non impegnativo, **chiamando il numero verde gratuito 800-767026, l'offerta è valida solo fino al 25 Marzo**.

Oggi i tuoi apparecchi acustici li paghi la metà.*
Fino al 25 Marzo, al 50% di sconto.

Trova il Centro Acustico o il Punto di Consultazione AudioNova più vicino a te:

► **Centri Acustici Grugliasco** Via Spanna, 1 • **Moncalieri** Viale della Stazione, 4 • **Novara** Corso della Vittoria, 2 • **Torino** Corso Vittorio Emanuele II, 24
• Corso Monte Cucco, 15 • Via Del Carmine, 26/D • Via Genova, 20.

► **Punti di Consultazione Alessandria** Via Chenna, 25 - presso Studio Medico Benessere • **Biella** Palazzo Rivetti Via Repubblica, 6 - presso Poliambulatorio Clea Medica • **Settimo Torinese** Piazza Vittorio Veneto, 16 - presso Farmacia San Giuseppe.

Fissa un appuntamento gratuito nel Centro Acustico più vicino a te

CHIAMA SUBITO

OPPURE VISITA IL SITO

Numero Verde Gratuito
800-767026



www.audionovaitalia.it/metaprezzo

AudioNova
PAGHI DI MENO, SENTI DI PIÙ



PLUS

Il ministro

Bonus bebè “Serve un aumento”

«Proporrò un aumento del bonus bebè, che cresca anche nel tempo. Dobbiamo cioè pensare a misure di sgravio per la famiglia, per la genitorialità, per i bambini fino ai cinque anni e non solo per i primi mesi di vita». Lo ha detto ieri la ministra della Salute Lorenzin a margine di un evento Farminindustria dedicato alle donne.

METRO

Fecondazione assistita: il punto sulla legge 40 dopo 12 anni

Il 10 marzo ricorre l'anniversario dell'entrata in vigore della controversa normativa sulla Pma. In cantiere c'è un nuovo Ddl

FAMIGLIA Sono decine gli obblighi e i divieti contenuti nella legge 40/2004 sulla procreazione medicalmente assistita caduti nell'arco degli ultimi 12 anni, periodo di vigenza di una delle normative più controverse mai emanate in Italia. L'anniversario dalla sua entrata in vigore ricorre infatti il 10 marzo. Ma della legge, che era anche stata sottoposta a un referendum senza successo, rimane oggi ben poco, essendo stata oggetto di «37 sentenze di giudici ordinari e costituzionali» che l'hanno pian piano smantellata, dice Filomena Gallo, segretario dell'associazione Luca Coscioni e avvocato che ha assistito diverse coppie ricorse ai tribunali e alla Corte costituzionale contro questa norma.

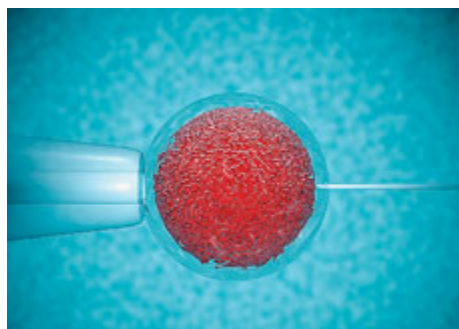
Dall'obbligo di creare e impiantare tre embrioni alla volta (dato che la crioconservazione era considerata illegittima), fino ai

Nel pubblico

Il sistema sanitario pubblico sta migliorando l'accesso alla fecondazione assistita.

- **Il Lazio** negli ultimi due anni ha spinto molto per portare le coppie a usufruire delle strutture pubbliche, autorizzando ben 3 ospedali romani (Sandro Pertini, S. Anna e Policlinico Umberto I).

divieti di diagnosi preimpianto e di fecondazione eterologa, in questi anni i “paletti” imposti dalla legge 40 sono pian piano saltati. Rimangono ora solo i “no” all'utilizzo degli embrioni sovrannumerari ai fini della ricerca scientifica (che sarà all'esame della Consulta il 22 marzo) e alla pratica della maternità surrogata, tematica quantomai calda in queste ulti-



LA legge 40 è stata oggetto di 37 sentenze in 12 anni/ OLYCOM

me settimane, come anche il no al ricorso alla Pma per le coppie gay.

«Il problema che c'è ancora oggi - spiega Gallo - è che vigono ancora troppe differenze fra Regione e Regione, e non ci sono fondi. Non sono stati aggiornati i Livelli essenziali di assistenza (Lea) e mancano i finanziamenti per procedere in modo equo anche nelle strutture pubbliche».

In Parlamento

Ma qualcosa si muove in Parlamento: «È stato già incardinato alla commissione Sanità del Senato» il

disegno di legge sulla fecondazione assistita che dovrebbe andare a sostituire la legge 40/2004. A confermare che l'esame del testo sarà avviato a breve è la presidente della commissione di palazzo Madama, Emilia De Biasi, che ha presentato il Ddl 1630.

Nel servizio pubblico

«Ci sono voluti molti anni, ma finalmente le coppie infertili, quelle vere, possono effettuare una Procreazione medicalmente assistita anche nel pubblico», spiega Rocco Rago, direttore dell'Unità operati-

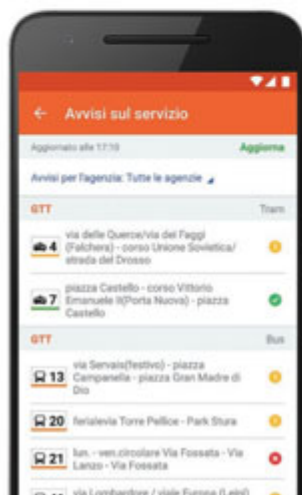
va di Fisiopatologia della riproduzione e andrologia dell'ospedale Sandro Pertini di Roma e segretario Siams-Lazio. «Purtroppo - aggiunge - mentre sarebbe necessario utilizzare i media per divulgare queste notizie, per fornire informazioni su come e dove recarsi, il dibattito si sta spostando verso ciò che niente ha a che fare con l'infertilità di coppia. Non abbiamo neppure assaporato la possibilità di poter fare l'eterologa, di poter accogliere le coppie portatrici di patologie genetiche conclamate, non abbiamo nemmeno iniziato campagne di sensibilizzazione per la donazione degli ovociti, che ci accorgiamo che il problema principale oggi è l'utero in affitto». Sulla fertilità interviene la direttrice del Centro di Pma dell'ospedale Careggi di Firenze, Elisabetta Coccia: «Occorre trovare delle soluzioni in termini di prevenzione della fertilità, perché l'Italia è uno dei Paesi in cui le donne diventano madri per la prima volta in età più avanzata, e hanno meno figli». **METRO/ADNKRONOS**

Rimani aggiornato con Moovit

metro

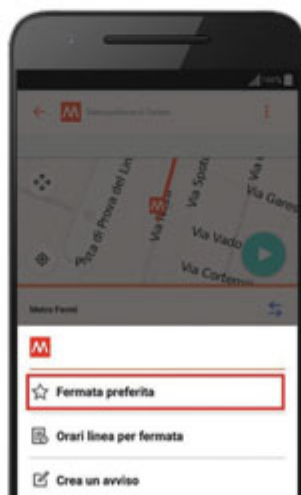
1

Scopri i ritardi prima di uscire di casa



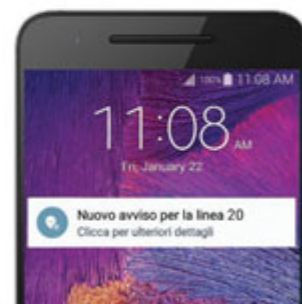
2

Aggiungi le tue linee preferite per ottenere avvisi di servizio



3

Ricevi notifiche automatiche per le tue linee preferite



moovit

Disponibile gratuitamente per:



& TORINO

Incidente a Brescia

Morti 4 musicisti piemontesi

Tragico incidente domenica sera sulla autostrada A21. Un Tir ha invaso la carreggiata opposta, travolgendo un pulmino che procedeva in senso contrario. L'impatto è avvenuto intorno alle 23.30 tra Brescia Sud e Manerbio, all'altezza del chilometro 226. Sul pulmino viaggiava una band di musicisti piemontesi, la "Tony Mac Music Show", di Fossano (Cuneo). Gli artisti stavano rientrando da una serie di concerti in Val di Sole, in Trentino. Quattro dei nove passeggeri del pulmino Nissan sul quale viaggiavano i musicisti sono morti: l'autista del veicolo, che dopo l'impatto con il Tir è stato tamponato anche da un furgoncino, e tre musicisti tra i 31 e i 45 anni. Cinque persone sono rimaste ferite e alcuni di loro sono gravi. Tra loro c'è anche l'autista del Tir che ha provocato l'incidente, che è ricoverato all'ospedale di Manerbio (Brescia). L'uomo è stato subito sottoposto ai test per verificare i livelli di alcol e droga nel sangue, accertamenti che hanno dato un risultato negativo.

AGI

Nel Movimento 5 stelle scelti 32 candidati su 40

La seconda tornata votata domenica notte. Tra loro anche un cantante lirico del Teatro Regio

CITTÀ Continua la scelta dei candidati al consiglio comunale tra le file del Movimento 5 Stelle torinese, in vista delle prossime amministrative. Domenica notte l'assemblea costituita da 250 militanti residenti in città ha scelto altri 11 candidati, che si aggiungono a quelli designati con lo stesso metodo, la votazione on line, lo scorso 21 dicembre. Gli aspiranti consiglieri pentastella-



Chiara Appendino, candidata del movimento 5 Stelle. /CONTALDO

ti salgono così a quota 32. All'appello ne mancano ancora otto, e questa volta saranno scelti direttamente sul territorio, in ciascuna delle circoscrizioni cittadine, dai gruppi di lavoro locali del mo-

vimento. Il gruppo chiamato a sostenere la candidatura allo scranno più alto di Palazzo Civico, Chiara Appendino, per il momento è composto da 19 uomini e 13 donne. Ma non è detto che le

"quote rosa" non vengano rispettate con la designazione dei restanti otto aspiranti consiglieri. Per il momento l'unico candidato sindaco donna che potrebbe arrivare al ballottaggio contro il primo cittadino uscente, Piero Fassino, è proprio Chiara Appendino.

I candidati designati ieri, a differenza di quelli scelti il 21 dicembre, non hanno esperienze politiche, ma tra i curricula ci sono figure interessanti della società civile. Come il 50 enne Roberto Gueno, cantante lirico al Regio, oltre a docenti, architetti, ingegneri e imprenditori.

Tutti pronti a scendere in politica. **METRO**

La protesta

**Mucche in marcia
contro il caro-latte**



La protesta. /LAPRESSE

CARMAGNOLA In piazza d'Italia, nel mercato del bestiame di Carmagnola, è andata in scena ieri la "marcia delle vacche", a sostegno dei produttori di latte italiano in crisi. Tra le proposte della Cia per combattere il crollo dei prezzi figurano il mettere a disposizione le risorse del Fondo Latte ed erogare i 25 milioni di aiuti eccezionali stanziati dall'Ue. Presenti alla marcia il presidente della Cia, Secondo Scanavino e il viceministro dell'Agricoltura Andrea Olivero. **LAPRESSE**



Tutto pronto per l'Ermitage

Si stano ultimando gli ultimi ritocchi per la grande mostra che aprirà al pubblico il prossimo 11 marzo. Palazzo Madama si appresta a presentare i capolavori dell'Ermitage di San Pietroburgo. Grazie al prestito del museo russo sarà possibile ammirare, fino al 4 luglio, oltre 70 dipinti che illustrano la storia dell'arte francese dall'avvento delle accademie fino alla nuova libertà della pittura en plein air proposta dagli impressionisti. Un itinerario inedito che va dai fasti di corte del Re Sole e di Madame de Pompadour fino alla vigilia dell'avanguardia, dove si intrecciano tutti i grandi temi della pittura moderna: dai soggetti sacri a quelli mitologici, dalla natura morta al ritratto, dal paesaggio alla scena di genere. **METRO (FOTO CONTALDO)**

OFFERTE SPECIALI LAST MINUTE SETTIMANE BIANCHE E WEEK-END

info: www.alpiemareholidays.com

GRAND HOTEL PRINCIPE

Vicino alla partenza degli impianti sciistici della Riserva Bianca. Quiete, benessere, beauty & fitness, relax, natura, specialità enogastronomiche, per una vacanza in montagna all'insegna dello sport: ski, snowboard, mountain bikes, piscina estiva, sauna, parco giochi, golf. Settimane Bianche.

LIMONE PIEMONTE

Via Genova, 45
Tel. +39 0171 92389
Fax +39 0171 927070
info@alpiemareholidays.com
<http://www.alpiemareholidays.it/>



PISTE DA SCI
PERFETTAMENTE
INNEVATE GRAZIE ALLE
ABBONDANTI NEVICATE
DEI GIORNI SCORSI

LIMONE PALACE APARTHOTEL

Appartamenti dotati di ogni confort nel centro di Limone Piemonte, la perla delle Alpi Marittime, in un'oasi di verde e di tranquillità. Trekking, nordic walking, escursioni nei Parchi Naturali, nelle Langhe, nella Riviera dei Fiori e in Costa Azzurra.

Visite guidate alla Valle delle Meraviglie.

LIMONE PIEMONTE

Piazza Risorgimento, 10
Tel. +39 0171 926965
Fax +39 0171 926994
www.limonepalace.com



Curare cani e gatti non deve essere un lusso che pochi possono permettersi!



Sconto del
20% su tutta
la Veterinaria

ti consigliamo di prenotare le specialità veterinarie in farmacia

**Farmacia
San Salvatore**

Via Nizza, 27 - Torino
Tra Porta Nuova e la Metro Marconi
Tel: 011.6699926
www.farmaciasansalvatoretorino.it

Ti Aspettiamo!!!



seguici



Partycillina, donne al centro del palco

MUSICA Due giorni di festa per una buona causa. La XIV edizione di Partycillina vedrà al centro la condizione della donna e le discriminazioni che ancora oggi deve affrontare nei diversi ambiti della sua vita quotidiana. Per l'occasione l'associazione l'Entità con il Circolo Arci Margot e le Officine Corsare, ha organizzato una serie di eventi fra martedì e mercoledì. Si comincia l'8 alle Officine Corsare dalle 19, con la conferenza sul mondo della donna e dello sport dal titolo Siamo pari?, per proseguire all'Hiroshima con giovani artiste come Ce-

cilia, La Rappresentante di Lista, Marie and The Sun, Donna Camillo e Beabeat, Lady Violet e VanilleV. Mercoledì h19 la conferenza alle Officine Corsare, Cultura, femminile singolare, per arrivare al momento clou h21.30 all'Hiroshima con un nome di culto come Tricky, padrino del trip-hop, che torna a Torino alla guida del suo nuovo progetto, Skilled Mechanics.

Ingresso euro 5/8. Il ricavato finanzierà la riqualificazione del centro maternità di Djaguila, in Mali, dove la morte materno-fetale è un grosso problema. **DIEGO PERUGINI**

**Al Teatro bellArte
andrà in scena**

lo spettacolo di Marta
e Diego Dalla Via sulla
vita ad alta quota

DEBUTTI Cosa si nasconde dietro il mondo alpino di un hotel di montagna? Lo racconterà alla perfezione l'11 marzo al bell'Arte di via Bellardi 1161 l'ottimo spettacolo Piccolo Mondo Alpino, diretto e interpretato da Marta e Diego Dalla Via, per la prima volta in scena in Piemonte. La pièce descrive la condizione esistenziale di quattro fratelli, Elsa, Ennio, Alberto e Bertilla, che gestiscono un hotel in alta monta-

Lingotto

Simone Rubino in concerto

MUSICA Il percussionista Simone Rubino protagonista del concerto, oggi h20.30, che chiude la stagione di Lingotto Giovani. Tra le musiche: Bocca, Cangelosi e Rubino. **A. G.**

Un Piccolo Mondo Alpino tra fantasia e cruda realtà



Dalla pièce Piccolo Mondo Alpino. /METRO

gna. La loro vita potrebbe sembrare semplice e lieta, a contatto con la natura, tra neve, sci e prodotti tipici. In realtà, la loro esistenza si rivelerà essere una realtà profondamente amara, stazionaria e immobile, dalla quale i fra-

telli vorrebbero evadere. Così la vita montana scatenerà nei protagonisti un intimo desiderio di rivalsa e un perpetuo senso di angoscia che pare eterno. Alla fine lo spettatore verrà a conoscenza di due montagne opposte, di per sé al-

quanto minacciose ed inquietanti: quella delle cartoline e quella reale, quella dei villeggianti e quella dei montanari, quella del bosco con il silenzio ed il candore della neve e quella dell'umanità alcolizzata e muta che vive quotidianamente nel comprensorio sciistico.

Perché, se agli occhi dei turisti la montagna appare come un mondo di perpetua serenità, gli stessi non si domandano mai come sia vivere in un comprensorio sciistico tutto l'anno, ovvero quando non vi sono turisti, né neve, quando i montanari sono costretti ad aspettare la cosiddetta buona stagione (Infotel. 011 7727867). **ANTONIO GARBSIA**

Voilà, I Tre Moschettieri

TEATRO Sul palco dell'Astra il kolossal a puntate I Tre Moschettieri con il 3° episodio, diretto questa volta da Piero Maccari-nelli, in scena, in prima nazionale, da stasera al 14. Un evento che ha già fatto registrare il tutto

esaurito su ciascuna delle 12 repliche dei primi 2 episodi diretti da Beppe Navello e Gigi Proietti.

La drammaturgia di questa terza puntata sarà di Aldo Trionfo e con un cast di quasi 40 attori (Info: 011 5634352). **A. G.**



Terre del Barolo

Territorio patrimonio
dell'umanità.
Un motivo c'è.

DEGUSTAZIONE E VISITA IN CANTINA LUNEDÌ • SABATO CON ORARIO 8/12 - 14/18 • DOMENICA MATTINA DALLE ORE 9 ALLE ORE 12

12060 CASTIGLIONE FALLETTO - ITALIA - Via Alba - Barolo n. 8 - Tel. 0039 0173 262053
www.terredelbarolo.com

Parole crociate

Orizzontali

1. Più che fredda 6. Ha la capitale sul Nilo 12. Assolutamente eccezionali 14. L'attore Flynn 15. È vicina a Gaeta 16. Chiacchiere a vuoto 18. È nato sei lustri fa 20. Vale in mezzo 21. L'inizio del torneo 22. Il Welles del cinema 23. Prestigioso "college" inglese 25. Il padre di un Aiace 27. Metà indice 28. Uccello simile al tordo 31. Era senza fine 32. Corsa... offensiva 33. Si grida per scacciare 35. Relativa a tibia o a femore 36. Il santo patrono di Trieste 38. Attrice di grido 39. Un'arma della scherma 41. Le vocali scritte per bene 42. Al centro della leva 44. Parità farmaceutica 45. Andata... con il poeta 46. Spesso involucro del nucleo terrestre 48. Uno dei profeti minori 49. Tullio, terzo re di Roma 50. Debutti, esordi

[illegible]

Verticale

1. Attori da strapazzo 2. Non oltre 3. Le monete turche 4. Chicco d'uva 5. La fine dei commenti 7. Richard del cinema 8. Sigla dell'Irlanda 9. Cavati, fatti uscire 10. Un dolce con le mandorle 11. Pianta fiorefera da viali 13. Seme mangereccio 16. Nome di donna 17. Fa unire uno Stato a un altro 19. Triunvirato politico 24. Luogo per contrattazioni 26. La camera del fotografo 28. Pure, immacolate 29. Un segno grafico 30. Si getta nella Senna 32. Una funzione trigonometrica 34. Molto più

che buoni 36. Proprio così 37. Famiglia di ostacolisti italiani 40. Ristora nel deserto 43. Volume (abbr.) 46. Un po' di ottimismo 47. In quel luogo 48. In mezzo alla stanza

► Soluzione

I	Z	N	I	O	I	L	O	S	T	I	L	S
S	O	A	M	E	O	S	E	O	S	E	O	S
I	T	A	N	E	A	N	E	V	E	A	N	E
E	T	T	O	F	I	O	R	E	T	T	O	F
■	O	■	■	G	I	U	S	T	■	■	■	■
O	■	O	■	S	C	I	■	A	R	I	C	A
■	■	■	■	O	S	■	■	O	S	■	■	■
■	■	■	■	O	■	L	E	■	■	■	■	■
■	■	■	■	O	R	S	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	R	E	N	T	■	■	■	■	■
■	■	■	■	C	I	A	R	■	■	■	■	■
■	■	■	■	P	■	■	■	■	■	■	■	■
■	■	■	■	E	G	I	T	■	■	■	■	■



RAIUNO

12.00 La prova del cuoco
13.30 Telegiornale Notiziario
14.00 Tg 1 Economia
14.05 La vita in diretta
15.00 Torto o ragione? Il verdetto finale Attualità
16.30 Tg 1 Notiziario
16.40 La vita in diretta
18.45 L'eredità Game show
20.00 Telegiornale Notiziario
20.30 Affari tuoi Game show
23.25 Porta a porta Attualità
0.00 Tg 1 - Notte

21.20
Fiction: BACIATO DAL SOLE.
La vita di Elio è caduta in un baratro fatto di droga e disperazione, l'amore per Mula non fa altro che aumentare la sua infelicità



RAIDUE

13.30 Tg2 Costume e società
13.50 Medicina 33
14.00 Detto fatto Attualità
16.15 Cold Case Telefilm
17.45 Rai Parlamento
17.55 Tg2 Flash L.I.S.
18.00 Tg Sport Sport
18.20 Tg 2 Notiziario
18.50 NCIS: Los Angeles TF
19.40 NCIS Telefilm
20.30 Tg 2 20.30 Notiziario
21.00 Lol Serie
23.00 Tg2 Notiziario

21.15
Varietà: MADE IN SUD.
Nuova puntata dello show che ha rilanciato l'umorismo mediterraneo, condotto da Gigi e Ross con Fatima Trotta ed Elisabetta Gregoraci



RAITRE

14.50 Tgr Leonardo Attualità
15.00 Tg3 Lis Notiziario
15.05 Tgr Piazza Affari
15.10 La casa nella prateria TF
16.00 Aspettando Geo
16.40 Geo Documentari
19.00 Tg 3. Tg Regione. Meteo
20.00 Blob Videoframmenti
20.05 Sconosciuti Attualità
20.30 Quasi quasi... Rischia tutto - Prova pulsante
20.40 Un posto al sole SO
0.00 Tg3 Linea notte

21.15
Attualità: BALLARÒ. Il talk di approfondimento di Massimo Giannini. Al centro del programma, tematiche sulla vita politica ed economica del Paese



CANALE 5

11.00 Forum Attualità
13.00 Tg 5. Meteo.it
13.40 Beautiful Soap opera
14.10 Una vita Soap opera
14.45 Uomini e donne
16.10 Amici Talent show
16.20 Il segreto Telenovela
17.10 Pomeriggio cinque
18.45 Caduta libera
20.00 Tg 5. Meteo.it
20.20 Striscia la notizia
23.30 Vicky Cristina Barcelona Film (comm., 2008)

21.10
Film: VENUTO AL MONDO.
Tratto dall'omonimo romanzo di Margaret Mazzantini, la storia di Gemma, una donna che vivrà un doloroso tuffo nel passato



ITALIA 1

14.35 Futurama Cartoni
15.00 Big Bang Theory Sitcom
15.35 Mom Telefilm
16.00 Due uomini e mezzo TF
16.55 La vita secondo Jim Serie
17.45 Mike & Molly Sitcom
18.10 Camera Café
18.20 Snooze - ogni benedetta mattina Varietà
18.30 Studio Aperto. Meteo
19.30 CSI Scena del crimine TF
0.20 Un viaggio da campioni - Priceless surprise

21.10
Varietà satirico: LE IENE SHOW.
Serata in compagnia dello show che propone inchieste inedite e interviste graffianti. Con Geppi Cucciari, Pif e Nadia Toffa



RETE 4

8.50 Cuore ribelle Telenovela
9.40 Carabinieri Telefilm
10.45 Ricette all'italiana
11.30 Tg 4 - Telegiornale
12.00 Detective in corsia TF
13.00 La signora in giallo TF
14.00 Lo sportello di Forum
15.30 Hamburg distretto 21 TF
16.35 La donna del West Film
18.55 Tg4 - Telegiornale
19.30 Tempesta d'amore SO
20.30 Dalla vostra parte
0.25 Donnavventura

21.15
Attualità: LA STRADA DEI MIRACOLI.
Un viaggio al confine tra spiritualità, fede e scetticismo, con documenti inediti e reportage sul campo. Con Safiria Leccese

LA7

14.20 Tagadà Attualità
16.25 Lezioni di giallo - Murder 101 Film-tv
18.00 L'ispettore Barnaby Serie
20.00 Tg La7 Notiziario
20.35 Otto e mezzo Attualità
21.10 diMartedì Attualità
0.00 Tg La7 Notiziario

TV8

15.15 Finding My Father Doc.
16.15 Mamme sull'orlo di una crisi da ballo Varietà
17.15 Hell's Kitchen USA
19.00 House of Gag Varietà
20.30 Tg 20 Countdown
21.10 Dear John Film
23.15 Come una donna Film

SATELLITE

21.00 Sky Cinema 1 Sky cine
NEWS RUBRICA
Sky Family Dreamer - La strada per la vittoria Film
Sky Passion Nata ieri Film
Sky Max Il castello Film

DIG. TERRESTRE

20.20 Stories The Night shift
TELEFILM
Joi 30 Rock TELEFILM
20.25 Premium Action
American Odyssey TELEFILM
20.45 Joi 30 Rock TELEFILM
21.15 Stories Royal Pains
TELEFILM

Joi Big Bang Theory
SITCOM
Premium Action
Chicago Fire TELEFILM
21.35 Joi Mom SITCOM
22.05 Stories Chasing Life
TELEFILM
Joi New Girl TELEFILM

L'Oroscopo di metro

www.metroneews.it

Ariete 21/3-20/4.

Momenti magici con il partner, a patto di riuscire ad essere disponibili al dialogo e ad accettarlo per quello che è. Ammettete le vostre pecche! Soddisfazioni e novità al lavoro, vi viene affidato un compito che vi piace.

Toro 21/4-21/5.

Un pizzico di estro e di diplomatica ritrosia vi rendono più attraenti e affascinanti: oggi vi piacerà giocare questa parte, traendone discreti successi. Se siete in coppia cerca di rilassarvi in modo più spontaneo.

Gemelli 22/5-21/6.

Fate attenzione a non ingarbugliarvi in sofismi da veri e propri azzecca-garbugli: la via migliore per arrivare al successo è anche la più semplice, imboccatela e non resterete delusi. Qualche equivoco sul lavoro.

Cancro 22/6-22/7.

Vita di coppia movimentata: riuscirete a conciliare gusti e caratteri differenti, ce la farete e ne sarete orgogliosi. Una persona importante vi farà capire molte cose e non avrà bisogno di fare grandi discorsi.

Leone 23/7-22/8.

Prendete lo zaino, il camper o la bicicletta e partite! Avete bisogno di evadere dalla routine e immergervi in ambienti nuovi e soprattutto più naturali. Se state cercando l'anima gemella, portate con voi questa speranza.

Vergine 23/8-22/9.

Oggi tenderete a commettere imprecisioni sul lavoro un po' per scarsa motivazione, un po' perché siete sufficientemente scioccati. Avrete l'intuito giusto per trovare un'intelligente scappatoia. Passione ed erotismo al top.

Bilancia 23/9-22/10.

Molti di voi sono distratti da un sentimento che non ha ancora trovato modo di esprimersi o che è ostacolato dalle circostanze. Affrontate la giornata di lavoro con lucidità e decisione e non lasciatevi distrarre...

Scorpione 23/10-22/11.

Vivacizzate la relazione di coppia coltivando interessi in comune e frequentando più spesso gli amici. Organizzate delle gite e portate con voi gli amici di sempre. Non si può sempre stare in due.

Sagittario 23/11-21/12.

Giornata eccellente per concludere lucrosi affari o compravendite che sembravano stagnare in una palude d'incertezze. Lavoro soddisfacente e gratificante per tutti voi con improvvisi e graditi colpi di fortuna.

Capricorno 22/12-20/1.

Giornata all'insegna dell'insicurezza: sarà il vostro partner a farvi ritrovare la grinta giusta per superare una difficoltà in ambito familiare. Sul lavoro, riceverete delle notizie importanti che vi faranno sperare nel meglio.

Acquario 21/1-18/2.

Bene tutto ciò che ha a che fare con l'estero. Sviluppate i contatti con le persone straniere e organizzatevi per andarle a trovare al più presto. Ottimi affari sono lì, pronti da cogliere. Siate estrosi, creativi e versatili.

Pesci 19/2-20/3.

Non insistete con chi non vuole ascoltare le vostre ragioni, soprattutto se si tratta dei figli. Per i genitori: cercate di dimenticare le loro marachelle e puntate su un dialogo concreto. Riuscirete a superare questo momento.

Il meteo di metro

www.meteolive.it



Maltempo su mezza Italia

Una nuova depressione interesserà l'Italia sino alle prime ore di mercoledì determinando precipitazioni anche intense su Liguria di levante, sud ed est Lombardia, basso Veneto, Emilia-Romagna, regioni centrali tirreniche e Campania con limite della neve attorno ai 300-500m su nord Appennino, oltre i 700-900m sull'Appennino centrale, oltre i 1000-1300m su quello meridionale. In seguito graduale miglioramento al settentrione e tra gio-

vedi e sabato instabilità al centro-sud con temporali, poi in localizzazione sul meridione. Al nord da giovedì prevalenza di sole e temperature in progressivo rialzo con parentesi primaverile nel corso del fine settimana. Dalla Russia però potrebbe essere in agguato aria molto fredda.



ALESSIO GROSSO
www.meteolive.it



AUTOFRANCIA

CONSEGNA IN 48 ORE DI TUTTA LA GAMMA FIAT



SCONTO ROTTAMAZIONE* + FINANZIAMENTO CON ANTICIPO Ø DOPO 3 ANNI SCEGLI SE RESTITUIRE L'AUTO**

FIAT PUNTO 1.2 M.Y. 2014 3P CLIMA

- CLIMA • ESP • 2 AIRBAG
- TELECOM. APERT./CHIUSURA PORTE
- RADIO CD MP3 • USB

KM ZERO

€7.880



3 COL. DISP.

DISPONIBILE ANCHE 5 PORTE E GPL



2 COL. DISP.

FIAT 500 CABRIO 1.2 LOUNGE AZIENDALE

- INTERNI IN PELLE • CLIMA AUTOMATICO
- 7 AIRBAG • CERCHI IN LEGA
- SENSORI PARCHEGGIO
- BLUE&ME

€10.900

FIAT 500L 1.6 MJT POP STAR LIVING 105CV AZIENDALE

- CLIMA • 6 AIRBAG • ESP
- CERCHI IN LEGA • BLUE&ME
- RADIO TOUCH SCREEN

€12.900



4 COL. DISP.



3 COL. DISP.

PEUGEOT 208 1.4 HDi ACTIVE 5P AZIENDALE

- CLIMA • 6 AIRBAG • ESP • CERCHI IN LEGA
- RADIO TOUCH SCREEN
- USB • BLUETOOTH

€9.900

FINANZIAMENTI CON ANTICIPO ZERO E PICCOLISSIME RATE FINO A 96 MESI

UNICA SEDE

ORARIO 9-12.30/15-19.30 • DOMENICA 10-12.30/15-19.00

CORSO FRANCIA 341 - Tel. 011.4030361 - Torino METRÒ STAZIONE MARCHE

www.autofrancia.it

segui su

*IN CASO DI RILASCIO DI ALTRA AUTO ALMENO DI PARI VALORE.

PREZZO PROMOZIONALE ESCLUSO VOTURA.

La fotografia è puramente indicativa - offerta valida esclusivamente sulle vetture in pronta consegna.

**FINO A 2.000 EURO IN CASO DI FINANZIAMENTO CON ANTICIPO ZERO.

Consumi ed emissioni di ogni vettura proposta sono disponibili in concessionaria.

Per finanziamenti documentazione precontrattuale in concessionaria.