

### NOTTI DI NOTE

DA ARISA A PAOLA TURCI PASSANDO PER I DAUGHTER AGOSTO PARTE CON UN MENU RICCO DI CONCERTI

**MUSICA** 



Lungomare R. Elena, 84, 00055 Ladispoli RM 06 9922 1917 - 380 7482815 www.frontemare.eu

ROMA • MARTEDÌ 2 AGOSTO 2016 • WWW.METRONEWS.IT

metræsummer

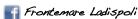




Ogni domenica sera di Agosto CENA LIVE JAZZ

> Lungomare R. Elena, 84, 00055 Ladispoli RM 06 9922 1917 - 380 7482815 www.frontemare.eu







Tua a € 17.700\*
COMPLETA DI TUTTO

#### SUZUKI VITARA V-COOL 4x2 1.6 120 cv





- Telecamera posteriore
- Luci DRL a LED e fendinebbia
- 7 airbag
  Radio con lettore USB, bluetooth
- Cruise control
  Vetri privacy



### **AUTOSPORT**

Divisione AUTOIMPORT S.p.A. dal 1957 autosportsuzuki.com

Centro Principale e Test Drive Via Salaria 745 (Aeroporto dell'Urbe) Tel. 0688648329

- Via Salaria 745 (Urbe) Tel. 0688648329
- Via Veturia 49 (Alberone) Tel. 06784601
- Via Tiburtina 1166 (GRA usc.13) Tel. 064116177



### Roma non va in ferie

Addio alla città deserta. Torna, per l'ottava volta, il progetto della **Cna** della Capitale per aiutare cittadini e turisti a scoprire negozi, farmacie e attività di servizio che rimarranno con le saracinesche aperte anche ad agosto

**ROMA.** Tanti saluti allo stereotipo della città deserta ad agosto. Sì, perché restare nella Capitale per le vacanze non vuol dire necessariamente noia e lunghe scarpinate per trovare negozi e farmacie aperte. Tutto merito di "Artigiani, commercianti e servizi aperti ad agosto", il progetto della Cna di Roma, organizzato in collaborazione con l'amministrazione capitolina, che vuole fornire una mappatura online di tutti i locali commerciali che non abbasseranno le saracinesche durante il mese più caldo. Musica per le orecchie di

romani e turisti che, quest'anno, potranno contare su tante novità. A partire dal luogo dove è stata l'ottava presentata edizione dell'iniziativa. La scelta, infatti, è ricaduta su un'officina di gomme a Torre Angela, periferia est della città. Una scelta significativa, dovuta anche alla massiccia adesione nelle scorse edizioni delle attività situate al di fuori del Grande Raccordo Anulare, che hanno caso, visto che questa presenza massiccia fotografa la situazione di un territorio



periferie che, al contrario delle zone più centrali, non si svuotano durante l'estate, rendendo così più pressante il bisogno di trovare negozi e servizi aperti.

rappresentato il 25% L'elenco è aperto a del totale. Non un tutte le imprese che vogliano iscriversi in modo totalmente gratuito ed è già consultabile sul sito

particolare come le dell'associazione www.cnapmi.org. Anche se la mappa si va arricchendo di giorno in giorno di nuove attività commerciali e artigiane, i numeri da cui ripartire sono importanti. Oltre ottocento le imprese che sono entrate lo scorso anno nel progetto (il 10% in più rispetto al 2014), con il settore

che ha fatto la parte del leone, facendo registrare il 15% del totale (seguono commercio e i servizi, con il 13%, impiantistica, idraulica ed elettricisti, 12%, e acconciatura ed estetica 10%). Ad essere aumentate. poi, sono anche le adesioni lungo tutto il territorio della provincia, che l'handelle autoriparazioni no scorso ha fatto

registrare il 24% del totale Non è un caso, dunque, che insieme all'ottava edizione siano partite delle campagne ad hoc che riguardano una fascia che si estende dai Castelli Romani a Tivoli, passando per il Litorale Sud, Pomezia, Formello e Palombara. Non mancheranno, poi, anche le imprese di pronto intervento che resteranno operative anche per il condominio. La versione definitiva sarà disponibile sul sito di Roma Capitale o telefonando al numero ChiamaRoma 06.06.06, mentre l'associazione degli amministratori di condominio di Roma (Anaci), che quest'anno è partner dell'iniziativa, avrà il compito di divulgare l'iniziativa all'interno dei condomini.

**Andrea Romano** 

VINTRO nasce dall'idea di 5 soci arditi. La forma che assume è quella di un ambiente moderno, semplice, efficace: un American Bar con uno stile industry e un design accattivante. **VINTRO** ti aspetta a qualsiasi ora del giorno, dalle 6.30 alle 2.00: a colazione, a pranzo, per uno spuntino o per la cena o il dopocena, Vintro c'è. Insomma VINTRO è così. Speciale.

VINTRO è quel posto nuovo dove qualsiasi occasione è buona per brindare. Vi aspettiamo.



VIALE JONIO 296/306



metr

summer

4 TENDENZE

www.metronews.it
MARTEDI 2 AGOSTO 2016

### L'Italia torna in vacanza

Il 69% degli italiani, con un +9% rispetto al 2015, partirà per una meta estiva. La località più gettonata resta ancora la **Puglia**, seguita da **Sicilia** e **Toscana**. E cresce sempre di più la tendenza di prenotare i viaggi online, è più comodo e si risparmia

ROMA. Primi segnali di ripresa. Gli italiani preparano le valigie e tornano in vacanza. Proprio così, l'estate 2016 segna anche un rilancio in tema di spesa per la villeggiatura e, fattore da non sottovalutare, la maggior parte dei soldi delle famiglie italiane verranno spesi proprio nei confini del Bel Paese.

#### Si (ri)parte

Secondo un'indagine di Swg-Confesercenti, infatti, fino a settembre il 69% degli italiani raggiungerà una meta estiva e solo il 22% resterà a casa. Lo

scorso anno, invece, il 60% si era concesso una villeggiatura. E per il Codacons le mete più gettonate saranno proprio dentro i confini nazionali. Appena il 25% delle famiglie sarebintenzionata a partire verso l'estero, col restante 75% che rimarrebbe tra le bellezze tricolori. E assestandosi su una costante ascesa, anche quest'anno, la Puglia si conferma come la destinazione preferita, scelta dal 18% delle famiglie. Seguono Sicilia (15%), Toscana (12%) e Liguria (10%). Chi sceglie di varcare



il confine, invece, preferisce la Grecia (27%) davanti a Croazia (23%) e Spagna (20%). Ma, in assoluto, l'Italia attrae ancora molto turismo straniero. I paesaggi incantevoli di Puglia e Sardegna vengono solo dopo Formentera, Baleari, Malta e Grecia, con il risultato di un +1,8% di ingressi turistici. La maggior parte di turisti stranieri, sia nelle località di mare che nelle città d'arte, sarà tedesca. Ma non

mancheranno clienti britannici e francesi, con un calo di americani e giapponesi.

Entrando più nel dettaglio, secondo Coldiretti, sette italiani su dieci scelgono il mare, mentre il 24% preferisce la montagna ma non mancano scelte in controtendenza come la campagna, che si assesta attorno al 9% e premia sempre di più il soggiorno in agriturismo che abbina il contatto con la natura a un'of-

ferta enogastronomica di primissimo livello. E, sempre secondo Coldiretti, il 29% degli italiani ha scelto di alloggiare in alberghi e pensioni.

La maggioranza, il 33%, andrà in case di proprietà o ospiti da amici e parenti, con il 29% che ha scelto la soluzione dell'affitto.

#### Partenze intelligenti

Complice anche la maggiore convenienza dei prezzi, quattro italiani su dieci hanno scelto di partire a fine luglio.

E quello di anticipare la villeggiatura non è l'unico accorgimento utile per abbattere i costi. I codici sconto per prenotazioni online, ad esempio, sono un ottimo modo per risparmiare.

E ormai sono sempre più diffusi i siti internet che veicolano in modo del tutto gratuito questo tipo di promozioni. E così sempre meno persone si rivolgono alle agenzie di viaggi, tanto per l'Italia quanto per l'estero. Tanto che, secondo gli ultimi rilevamenti, addirittura tre italiani su cinque programmano online i propri viaggi. E il motivo è evidente, muovendosi nell'e-commerce si risparmia in media il 20% anche sulle prenotazioni senza coupon. Anche se esistono due atteggiamenti opposti nell'acquisto tramite web.

C'è chi sceglie di muoversi anche sei mesi prima per catturare l'offerta più vantaggiosa e chi, invece, preferisce aspettare l'ultimo momento per assicurarsi prezzi stracciati con i last minute. Effe





# Offerte valide



Risparmio con Gusto

ACQUA MINERALE

Effervescente Naturale

antagata

ACQUA

L 1.5





Certosa

CERTOSA GALBANI g 165

fino al 4

Agosto 2016

**BISCOTTI DIVELLA** gocce di cioccolato ottimini classici ottimini integrali g 700



Consilia Consilia

GELATO CONSILIA IN VASCHETTA g 500

VI ASPETTIAMO IN: SI ACCETTANO BUONI PASTO DOMENICA APERTI TUTTO IL GIORNO - C.C. UNICO - TEL. 06.22440408 VIA SALARIA, 1380 - BIVIO SETTEBAGNI (uscita 8 GRA) - TEL. 06.88565751 VIA DELL'ARCO DI TRAVERTINO, 88 - TEL. 06.78147343 VIA OSTIENSE, 2193 - OSTIA ANTICA - TEL. 06.56350023 VIA DI PORTONACCIO, 72 - CASAL BERTONE - TEL. 06.4385154

**TENDENZE** www.metronews.it MARTEDÌ 2 AGOSTO 2016 metr@summer

### Una estate a tutto twerk

Dai video di **Beyoncè** e **Rihanna**, fino alle discoteche estive, tutti impazziscono per la danza che mette in evidenza il lato B, tonifica il corpo e esalta la femminilità

dell'estate e promette di esaltare le forme femminili, tonificare il corpo (specialmente gambe e glutei), accelerare il metabolismo grazie al lovoro aerobico, scolpire gli addominali e eliminare il ristagno dei liquidi. Il tutto muovendo sensualmente le anche a tempo di musica. È il Twerk. Molto più di un ballo. Molto più di una moda. Sì perché le origini del ballo portato alla ribalda dall'interpretazione di Miley Cyrus agli MTV Awards del 2013 e diventato fenomeno di massa a L.A., sono molto antiche. Le radici del

**ROMA.** È il ballo Twerk, infatti, affondano nella terra rossa della Mapouka, in Costa d'Avorio, dove il twerk era un ballo sacro, propiziatorio della fertilità, che veniva praticato dalle donne anche per ringraziare le divinità di essere così formose, sane, e dunque belle. E anche oggi, il twerk è esaltazione della bellezza e della femminilità, come dimostra la massiccia presenza di scene di twerking nelle esibizioni di star come Beyoncè (che nel suo video "Lemonade" twerka con la numero uno del tennis, Serena Williams), Rihanna, Nicki Minaj, Jennifer Lopez e

tantissime altre. E è talmente diventato popolare da meritare l'aggiunta del verbo Twerk nel dizionario Oxford della lingua inglese. Così, anche in Italia da un paio d'anni si sta diffondendo questa disciplina, Un po' per gioco, un po' per civitteria. Sì perchè oltre agli indubbi benefici fisici, il twerk aiuta a sentirsi belle, a fare pace con le proprie forme e migliorare l'autostima. Tanto che secondo molti antropologi il twerk rappresenta una forma di emancipazione del corpo femminile.

E dunque, questa estte, il twerk spopola nelle discoteche di tutto lo Stivale, merito anche delle scuole recentemente nate da nord a sud. Una delle più famose è la Twerk School Roma,

passione di Federica aerobico che il corpo LaPondi. Classe 1989, occhi azzurri e fisico atletico, Federica - che insegna stabilmente allo Ials e al Vertical Doll Studio - dopo aver insegnato per anni Dancehall, gira l'Italia in lungo e in largo con i suoi seguitissimi stage d twerk. "Non si tratta solo di 'muovere il sedere' dice Federica - non c'è nulla di volgare, anzi. È un ballo seducente, è vero, ma non è 'hot' come molti vorrebbero far sembrare. Il twerk è misura dei movimenti, forza fisica... e magia. Quella di una consapevole femminilità. Quella che ti fa amare le tue curve che, improvvisamente, diventano la tua più preziosa arma di seduzione". Sorride Federica e aggiunge "E poi fa bene. Non va sottovalutato il lavoro

ballare Twerking ci fa esegue ballando il fare pace con il nostro twerk. Questa attivitè corpo. E non è poco". è funzionale in termi-No, non è poco.

ni di tonificazione muscolare mirata sopratutto ad addominali, glutei, cosce. Asciuga e tonifica la parte inferiore del corpo, bruciando i grassi nei punti critici della fisicità femminile (fianchi, vita e girocoscia), inoltre aiuta a prevenire e combattere la cellulite. Ma la cosa più importante e che

Federica LaPondi ha studiato Twerk con Aya Level (Francia), Irie Queen (Spagna), Ula Afro (Polonia) e le jamaicane Mad Michelle, DHQ Aneika Latonya e Latesha.









#### metr**summer**

## Una pioggia di note

Paola Turci e Arisa, ma anche sperimentazioni elettroniche, reggae, **Vivaldi** e Piazzolla. Per gli amanti dei concerti, ad agosto, c'è solo l'imbarazzo della scelta

ROMA. Non solo affollate. spiagge Agosto è anche il mese della musica. Soprattutto Roma. Sono tanti, infatti, gli appuntamenti in cartellone studiati proprio per chi è stato costretto a rimandare l'appuntamento con te la tanto attese ferie. Così, con la Capitale a fare da cornice e con la giusta dose di buone note, ecco che l'attesa delle vacanze può risultare addirittura piacevole. Si inizia stasera

il Mondo. Nello splendido polmone verde cittadino, infatti, ci sarà spazio per ben tre band che hanno fatto della sperimentazione sonora in salsa elettronica il proprio piatto forte. A salire sul palco, dunque, saranno gli Aucan, i Ninos Du Brasil e i Niagara. Decisamente più pop, invece, la serata di domani, quando i riflettori di Villa Ada si accenderanno per Arisa. E il suo concerto potrebbe avere un gusto ancora più speciale. Sì perché, nelle scorse settimane, la cantante ha chiuso l'esibizione al Teatro Carcano di Milano con un annuncio che ha spiazzato tutti. «Tra un anno mi fermo, voglio diventare mamma e sul palco non ci sarò più - ha detto – sono una donna che crede all'amore, che vuole

con Villa Ada Incontra il suo uomo soltanto nuto nell'ultimo disco per se, che vuol essere mamma perché la mia mamma è la cosa più bella che c'è. A me piace fare questa cosa, però non mi deve portare via troppo tempo alla vita altrimenti non ha senso. La vita è la cosa che conta». A chiudere l'ondata live nel parco romano, poi, ci penseranno le esibizioni dei Lightning Bolt (il 4 agosto), Il Muro del Canto (6 agosto), Radici nel Cemento e Train To Roots (7 agosto), e i Daughter (8 agosto). Un concerto dal sapore speciale è anche quello che Paola Turci ha preparato per il 6 agosto al Gay Village. La cantautrice, che nel 2015 ha festeggiato i suoi primi 30 anni di carriera con l'album "Io Sono", darà vita a un live acustico che alternerà i tre brani inediti conte-

(che appena uscito è arrivato nella top ten italiana) e i pezzi che hanno segnato le tappe della sua carriera. Agosto, però, ha in serbo più di una sorpresa anche per gli amanti della musica classica. Il Cortile di S. Ivo alla Sapienza (corso del Rinascimento 40, infatti, farà da cornice a una serie di concerti tutti da gustare. Oggi e domani spazio alla Serata Sinfonica, con la musica immortale di Mozart e Schubert, mentre il 5 agosto andrà in scena Le quattro stagioni, tra Vivaldi e Piazzolla, le melodie con i virtuosismi per Violino e Orchestra che ripercorreranno Le Quattro Stagioni di Vivaldi e Cuatro Estaciones Portenas (Le stagioni di Buenos Aires) di Astor Piazzolla. Il 6, infine,

la musica americana incontrerà la canzone napoletana con "New York New York! ma poi...Torna a Surriento". Effe









LLE MUSE



DAL LUNEDI' AL SABATO ORE 9.30/19.00 MERCOLEDI' E DOMENICA ORE 9.00/13.00

> 06.50.21.247 331.70.69.978

www.parcodellemuse.it info@parcodellemuse.it

### L'imbarazzo della scelta

Al **Globe Theatre** va in scena "Il Mercante di Venezia", al Gay Village c'è "Diario di una donna diversamente etero" e ai Giardini della Filarmonia parte la rassegna "Solisti del teatro". Ecco gli spettacoli teatrali che animeranno l'inizio di questo agosto

dir poco spettacolare. Sono lontani tempi in cui agosto in città era sinonimo di noia e quartieri deserti. Tanti, infatti, gli appuntamenti che in questa settimana animeranno tutte le zone del-Capitale. Punto di riferimento è il Globe Theatre a villa Borghese, diretto dal grande Gigi Proietti in persona, che è pronto a stupire i suoi spettatori con uno spettacolo da leccarsi i baf-

**ROMA.** Un'estate a fi. Sì perché sarà in scena fino al 7 agosto "Il Mercante di Venezia", il capolavoro di William Shakespeare finito sotto la lente di ingrandimento di Loredana Scaramella. Nel suo adattamento, la regista ha voluto cancellare alcune "deviazioni" che l'opera aveva subito nel corso dei secoli, recuperando così la sua essenza originaria. In primo luogo è stato bilanciato il peso dei personaggi principali, con



Antonio che ha recuperato la sua posizione di protagonista che negli ultimi anni gli era stato "soffiato" da Shylock. Senza contare che proprio la figura del ricco ebreo era diventato lo spunto per una riflessione sulla discriminazione antisemita che, a più riprese ha attraversato. Una tendenza, questa, che ha accentuato il carattere drammatico delle messe in scena di un testo che, invece, ha il carattere di una commedia. E proprio da qui è voluta ripartire la regista, impegnata a recuperare l'anima originaria dello scritto di Shakespeare, puntando sul racconto di una riflessione sulla giustizia, piena di affilata ironia sull'amore e sul denaro. Una piccola impresa che, a conti fatti, sembra essere riuscita a pieno.

Il 4 agosto, invece, si alzerà il sipario sul Gay Village, dove "Le Brugole" Roberta Lidia De Stefano e Annagaia Marchioro portano in scena "Diario di una donna diversamente etero", lo spettacolo che riprende la rubrica "Diversamente Etero", curata da Giovanna Donini su VanityFair, e racconta le vicende più tragiche che comiche di donne che amano le donne, ma anche di donne che amano gli uomini. Sono quattro, invece, gli appuntamenti in cartellone con il Festival "I Solisti del Teatro", che trasformerà i Giardini della Filarmonia (via Flaminia 118) nel cuore del teatro estivo di Roma. Qui, il 4 agosto sarà il turno di "Mumble Mumble – ovvero le confessioni di un orfano d'arte", il 5 toccherà a "Gabbiani", mentre il 6 e l'8, spazio rispettivamente a "Julia d'alma e d'amoroso foco...la Divina Giulia Gonzaga" e a una serata speciale, dove "Roma Poesia" presenterà il trittico "Cassandra, un paesaggio", "Oz viaggio astratto su quattro punti cardinali e una coda" e "Tre piccoli poemi".

fusione@metroitaly.it

Metro Summer è un periodico gratuito distribuito da N.M.E. New Media Enterprise Srl. Registrazione RS Tribunale di Roma n.90/2016;. Direttore Responsabile: Giampaolo Roidi Sede legale: N.M.E. via Carlo Pesenti, 130 00156 Roma Amministratore Unico: Mario Farina Realizzazione: Effe Editore Srl - Via Carlo Pesenti, 130, 00156 Roma - tel. 06412103200 Foto: Lapresse, Getty Images 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: dif-

### TESSUTI ARREDOROMA NUOVO REPARTO AGOSTO APERTO



Piazza San Saturnino,1

#### A SPERLONGA • Piatti sfiziosi esaltano i sapori locali

### L'estro creativo è in cucina: tutta la fantasia del Mudejar

#### Dalla "Princiseppia sul pisello" allo "Spada nella roccia"

L'estro è futurista, i sapori sono quelli tipici del territorio. Cenare al ristorante Al Mudejar del centro storico di Sperlonga, in via Torre di Nibbio 5, significa provare un'esperienza culinaria fuori dal comune, che permette di tuffarsi nella tradizione gastronomica locale e di gustare l'autenticità dei sapori, rivisitati in chiave fantasiosa pur rimanendo intatti. A curare in prima persona le proposte qui servite è Andrea Luciani, che nel 2007 ha deciso di aprire questo piccolo scrigno del gusto, che contempla al suo interno 35 coperti, per riportare in vita la passione della nonna per la cucina, per la creazione e per la sperimentazione.

Questo locale di Sperlonga si pone così a meta tra la semplicità del classico tradizionale e il minimalismo della nouvelle cuisine, proponendo piatti caratterizzati dal gioco dei contrasti e dell'accostamento ardito originale dei sapori. Gli stessi nomi riflettono l'estro creativo che sta alla base del ristorante. "La princiseppia sul pisello", ad esempio, rivisita il classico abbinamento di pesce e legumi: la seppia al passito di Pantelleria è servita con una crema di piselli, guanciale di monte San Biagio e bottarga di tarallo. E ancora, lo "Spada nella roccia" è un piatto che valorizza il morbidissimo pesce spada di Ponza abbinandolo ai fagiolini al Trombolotto, un agrume autoctono, alla barbabietola rossa e all'arancia sanguinella.

Per concludere il pasto non può mancare un "sale in zucca", ossia gelato salato alla zucca e caffè con sbriciolata al cioccolato di Modica. Dolce e salato, croccante e cremoso si incontrano con equilibrio in questo dessert.

Grande attenzione viene posta alla selezione dei vini: di produzione italiana o straniera, le bottiglie privilegiate sono quelle delle aziende più piccole, che seguono un'agricoltura in linea con il modello biodinamico.



Contatti

Ristorante Mudejar Fb: Mudejar Spiriti e Cucina (



### MUDEJAR SPIRITI E CUCINA

RISTORANTE DI PESCE

RISTORANTE MEDITERRANEO



















Via Torre di Nibbio, 5 - Sperlonga (LT) - Cell. 338 683 9418

### Hollywood sbarca a Roma

Continua l'appuntamento con la XXII edizione dell'Isola del Cinema, la rassegna che trasforma l'Isola Tiberina in una incantevole sala a cielo aperto

**ROMA.** Non bisogna aspettare la notte di San Lorenzo per ammirare le stelle. Tutte le star del grande schermo, infatti, si sono date appuntamento a Roma. All'Isola Tiberina, a voler essere più precisi. Merito di Hollywood sul Tevere, il festival dell'Isola del Cinema che da ventidue anni a questa parte trasforma la Capitale in una meravigliosa sala a cielo aperto. E anche quest'anno, sono tante le soprese che la kermesse ha preparato per i suoi ospiti. Sì perché nelle tre aree che compongono l'arena, saranno serviti menù così variegati

da soddisfare anche i palati più esigenti. Qualche esempio? Stasera l'Arena Groupama farà gli straordinari. Alle 20, spazio alla presentazione di "La polizia s'incazza. Spie, assassini e sbirri del cinema italiano", il libro di Andrea Pergolari che vuole raccontare i quasi novant'anni del giallo all'italiana. Poi, alle 21.15, ecco che verrà proiettato il cortometraggio (poco più di 18 minuti) "Io Donna", di Pino Quartullo, mentre alle 21.45 toccherà alla pellicola di Luca Lucini "Nemiche per la pelle". Ma non finisce qu. Sono tante, infatti, le pelli-



Claudio Santamaria e Gabriele Mainetti, protagonista e regista di Lo chiamavano Jeeg Robot.

cole nazionali e internazionali che potranno essere ammirate in questi giorni: da "Perfetti Sconosciuti" di Luca Genovese fino a "Batman vs Superman", passando per "Non essere cattivo", il toccante film del compianto Claudio Caligari, già autore di "Amore Tossico". Senza dimenticare i divertenti "Noi e La Giulia" e "Loro chi?", oltre al cult "La Stan-

gata" e a "Suburra", che tanto ha fatto discutere (e riflettere) al momento della sua uscita in sala. Particolare, poi, anche l'evento in calendario per giovedì 4 agosto al Renault Lounge. Qui, alle 21, ci sarà la presentazione del libro "Non mi sono fatto mancare niente", con Pino Strabioli a fare da relatore e con la presenza del grande Paolo Villaggio.

#### Non solo proiezioni

A dare ancora più lustro al festival, però, ci ha pensato un riconoscimento. "Premio Groupama Assicurazioni Opera Prima e Seconda", che è stato assegnato lo scorso 27 luglio con una festa dal sapore speciale. Ad aggiudicarselo è stato "Lo Chiamavano Jeeg Robot", di Gabriele Mainetti, che si è portato a casa an-

che le "statuette" del Premio del Pubblico. Nel corso della stessa serata, poi, sono stati assegnati anche i Premi L'Isola del Cinema, che sono stati consegnati ad Alberto Caviglia (regista rivelazione con Pecore in Erba), Claudio Santamaria (migliore interpretazione maschile per Lo chiamavano Jeeg Robot), Greta Scarano (migliore interpretazione femminile per "Suburra"), Giulia Elettra Gorietti (miglior attrice non protagonista per Suburra), Libero De Rienzo (miglior attore non protagonista per "La Macchinazione"), Giorgio Colangeli (premio alla Carriera per L'attesa") e a Daniele Costantini, Laura Morante (premio speciale alla sceneggiatura per Asso-







nuoversiaroma.it

#### **Ztl diurne sempre attive**

Solo per le Ztl notturne, ad agosto, ci sarà la pausa estiva. Tranne che nel giorno di Ferragosto, le Ztl diurne Centro Storico, Tridente e Trastevere, infatti, rimarranno in funzione con i consueti orari.

#### Fori Imperiali, isola pedonale h24 fino al 4 settembre

Via dei Fori Imperiali resterà isola pedonale fino al 4 settembre. A stabilirlo una delibera dello scorso ottobre con la quale si dava il via alla chiusura sperimentale 24 ore su 24 della strada nei periodi di festa e durante l'estate. Resteranno deviate su percorsi alternativi, quindi, le linee di bus 51, 75, 85, 87, 117, 118 e n2. Nessuno scambio metrò/bus pertanto alla stazione Colosseo della linea B.

#### DA LUNEDÌ 8 AGOSTO LA LINEA DI TRAM 3 TORNA A TRASTEVERE

A meno di cambiamenti dell'ultimo minuto, lunedì 8 agosto, il tram 3 tornerà a viaggiare sull'intero percorso tra Valle Giulia e la stazione Trastevere. La linea 3Bus (Ostiense-stazione Trastevere) sarà soppressa.

#### TRASPORTO PUBBLICO

### Agosto, per i bus c'è l'orario estivo L'Atac e la Roma Tpl si adeguano

Corse ridotte dall'8 al 20 per le periferiche. Per altre 58 linee riduzione fino al 27

Chi rimarrà in città ad agosto e sceglierà di spostarsi con i mezzi pubblici dovrà tenere conto della riduzione di corse scattata ieri su parte della rete di superficie. Come previsto dal contratto di servizio tra Roma Capitale e Atac, infatti, il programma di alcune linee di bus e tram verrà rimodulato fino al 27 agosto. In particolare, ci saranno meno corse sui tram 5 e 14 e sulle linee di bus 03, 09, 016, 20, 23, 30, 32, 38, 40, 44, 46, 49, 60, 61, 63, 69, 75, 80, 82, 86, 87, 88, 89, 90, 92, 93, 98, 105, 163, 170, 310, 334, 337, 341, 360, 409, 492, 495, 500, 628, 670, 714, 715, 716, 719, 723, 772, 776, 779, 780, 788, 791, 792, 881, 916 e 983. Lo stesso avverrà, ma da lunedì 8 a sabato 20 agosto, per i bus della Roma Tpl.

E, vista la sospensione delle Zone a traffico limitato notturne, cambia orario anche la linea di bus 115 che, venerdì e sabato, segue l'orario in vigore nel resto della settimana con l'ultima corsa da



via Paola all'1,30, anziché alle 3, e transito intermedio in via Girolamo Induno all'1,50 circa.

La linea tram 8, che va ricordato fino a venerdì 5 agosto viaggerà su bus per lavori sui binari di viale Trastevere, mantiene invece gli orari prolungati del fine settimana: al venerdì e al sabato, ultime corse complete sulla tratta Casaletto-piazza Venezia alle 3; da piazza Venezia, inoltre, alle

3,13 e 3,26, partiranno corse limitate dirette a Trastevere.

Invariata la programmazione e il servizio delle tre linee del metrò, delle tre ferrovie regionali Roma-Lido, Roma-Viterbo e Termini-Centocelle e del resto della rete di bus e tram diurna e notturna. Ad agosto anche sulle linee di bus extraubane Cotral il servizio sarà ridotto. Tutti i dettagli su www.cotralspa.it ■

#### AL VOLANTE

#### Manutenzione e chiusure notturne nella zona nord della città

Interessate anche le gallerie Fleming, Farnesina e Giovanni XIII

Agosto sarà un mese di manutenzione straordinaria anche per alcune grandi direttrici di traffico a nord della città. Si tratta di una serie di interventi in notturna che riguarderà le gallerie Fleming, Farnesina e Giovanni XXIII, viale di Tor di Quinto e corso Francia. Dopodomani, da mezzanotte alle 6, primo intervento all'interno della galleria Fleming, che sarà chiusa tra viale Tor di Quinto e largo Ferraris IV, verso lo Stadio Olimpico. Nella stessa notte, la-

vori anche su corso Francia e viale Tor di Quinto, all'altezza della rampa verso via del Foro Italico. Tra lunedì 8 e martedì 9, dalle 22 alle 6, intervento di pulizia nella Galleria Giovanni XXIII con chiusura da via del Foro Italico a via della Pineta Sacchetti, mentre giovedì 11, da mezzanotte alle 6, si lavorerà nella Galleria Farnesina. Infine, giovedì 18 si torna nella galleria Fleming, chiusa da mezzanotte alle 6, in direzione della Salaria

#### L'ALTERNATIVA

#### Tintarella eco-sostenibile con le linee dirette al mare

Ad agosto le "Linee Mare", che raggiungono le spiagge romane, viaggeranno a pieno ritmo. Sulla 07, stazione Colombo-Torvaianica, corse ogni 10 minuti dal lunedì al venerdì e ogni 5 di sabato e nei festivi. La 062, che collega via Baffigo con il lungomare Vespucci, parte ogni 23 minuti dal lunedì al venerdì e ogni 13 di sabato e nei festivi. Per la 070, Eur Fermi-Torvaianica bus ogni 30 minuti dal lunedì al venerdì e ogni 10 di sabato e nei festivi

#### Via Druso, da oggi cantiere Acea e strada chiusa verso San Giovanni

VIABILITÀ

Da oggi al 20 agosto, via Druso che collega piazzale Numa Pompilio a Porta Metronia e via dell'Amba Aradam, sarà chiusa in direzione San Giovanni per lasciare spazio a un cantiere Acea. La strada sarà percorribile a senso unico solo in direzione di Caracalla con inevitabili deviazioni delle linee di bus 118, 628, 671, 714, 717 e 792. Anche il traffico sarà deviato lungo le direttrici che saranno indicate sul posto dalla Polizia Locale di Roma Capitale. In particolare, i veicoli in arrivo dall'Eur, da piazzale Numa Pompilio potranno girare su viale delle Terme di Caracalla o per via di Porta San Sebastiano. Dalla Colombo la svolta si può anticipare da via Cilicia o viale delle Mura Latine, verso San Giovanni, o da viale Guido Baccelli verso Porta Capena, il Circo Massimo o il Colosseo. Chi arriva da via delle Terme di Caracalla, invece, può proseguire per via di Porta San Sebastiano e raggiungere San Giovanni

#### FERROVIE

#### Ticket regionali Trenitalia in vigore le nuove regole

Da ieri, sono cambiate le regole per acquistare il biglietto regionale per le ferrovie Trenitalia. È infatti necessario indicare il giorno di partenza, il ticket potrà essere utilizzato esclusivamente entro le 23,59 e come sempre va convalidato prima di salire a bordo e sarà valido per le 4 ore successive alla timbratura. Possibile anche il cambio, ma solo per una volta e comunque entro le 23,59 del giorno precedente a quello indicata sul biglietto

### XXVII Edizione

#### Direttore Artistico Fabrizio Fiorini



#### **5 Agosto**

#### Pre-Apertura in collaborazione con "SabinaMusicaFestival"



Sabrina Davide, Soprano David Perpetuini, Clarinetto Antonio Di Marco, Pianoforte

#### 6 Agosto

#### Giovani artisti in concerto Serata di gala degli studenti del conservatorio "Santa Cecilia"

Michela Guarrera, Neriga Redanaite Soprani Caterina Moro, Mezzosoprano Giorgio D'Andreis, Tenore Simone Chiominto Violoncello e Jegal Heejin, Pianoforte Accompagnati dal Prof. Maestro Alberto Galletti, Pianoforte

#### 7 Agosto

#### La Quattro Stagioni di Vivaldi

Corrado Stocchi, Violino solista Orchestra Anello Musicale

#### 8 Agosto

#### "Cinema e Musica" – con omaggio ad Ennio Moricone

Ugo Gennarini, Clarinetto Ettore Belli, Viola Alberto Galletti, Pianoforte

#### 9 Agosto

#### "Cavalleria Rusticana" - Opera in I Atto di P. Mascagni

dalla novella di G.Verga - Libretto di G.Targioni Tozzetti e G. Menasci Personaggi e Interpreti: Santuzza, Selene Fiaschi, Turiddu, Giorgio Casciarri Alfio, Alessandro Calamai, Lola/ Mamma Lucia, Veronica Senserini, M° Concertatore al pianoforte Eugenio Milazzo

Regia Alessandro Calamai, Allestimento in forma scenica con costumi

#### 10 Agosto

#### "Tango Y Gotan"

Ana Karina Rossi, voce - Ruben Peloni, voce Gerardo Agnese, bandoneòn - Adrian Fioramonti, chitarra Special Guest : Mariano Navone e Ornela Parrino (Danza)

#### 11 Agosto

#### "Primedonne" – Concerto per tre soprani

Elisabetta Braga, Soprano Erika Giannella, Soprano Michela Guarrera, Soprano

M° Concertatore al pianoforte Alberto Galletti

#### 12 Agosto

#### "Poesie in Musica" Le più belle poesie

Pablo Neruda, Gabriel Garcia Marquez, Nazim Hikmet, Gennaro Di Filippo accompagnate da musiche originali di Michele Biki Panitti

Gabriella Artale, Pianoforte Tei Kim, Tastiera Giulia Manzini, Soprano Sara Tiburzi Violino A Roma • Lo studio del dottor Maurizio Otti offre una tecnica all'avanguardia per rimuovere i depositi indesiderati di adipe

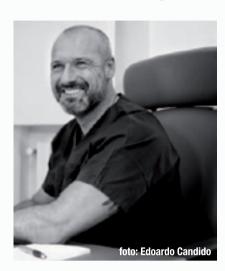
### Vaser, soluzione hi tech contro il grasso

Il centro è specializzato anche nella medicina rigenerativa, che regala una nuova vita ai tessuti del proprio corpo

La chirurgia del profilo corporeo è oggi senza dubbio la procedura chirurgica più richiesta dai pazienti; l'intervento tradizionale in questo ambito è sicuramente la lipoaspirazione, metodica chirurgica che negli anni ha subito enormi trasformazioni, sino ad arrivare alla più moderna VA-SER lipo. Nell'esperienza del dottor Maurizio Otti la VASER lipo è risultata essere una procedura unica, soprattutto perché i traumi e le complicazioni chirurgiche, la possibilità di dolore postoperatorio e i lividi sono ridotti al minimo in confronto alla lipoaspirazione tradizionale in quanto le onde d'urto emesse dalle sonde sono in grado di emulsionare il tessuto adiposo, lasciando la matrice extracellulare intatta eliminando in tal modo la fase traumatica di rottura tipica dell'intervento tradizionale. Nella grande maggioranza dei casi si riesce a condurre l'intervento in regime di Day Hospital, senza necessità di ricovero ed ospedalizzazione. Altro aspetto fondamentale della VASER lipo è la capacità di stimolare una importante retrazione cutanea, così da evitare l'eccessivo rilassamento dei tessuti che si osserva spesso dopo la lipoaspirazione.

#### **LE PARTI INTERESSATE**

La lipoplastica VASER ed il rimodellamento del corpo ad alta definizione sono tecniche chirurgiche che rimuovono indesiderati depositi di grasso da zone speci-



fiche del corpo, compreso il viso e collo, parte superiore delle braccia, superiore e inferiore della schiena, addome, glutei, fianchi, cosce interne ed esterne, ginocchia, polpacci e caviglie. Non si tratta di un sostituto per la riduzione del peso, ma di un metodo per eliminare i depositi di tessuto adiposo e migliorare la definizione. Il rimodellamento del corpo tramite la tecnologia VASER può essere eseguito come procedura primaria o può essere combinato con altre tecniche chirurgiche. I migliori candidati per il rimodellamento del corpo ad alta definizione sono gli individui di peso relativamente norma-



le che hanno il grasso in eccesso in particolari zone del corpo. Avere la pelle soda ed elastica si tradurrà in un migliore contorno finale dopo questa procedura. La pelle che ha perso di tono a causa dell'invecchiamento, perdita di peso e danni del sole non si rimodellerà ai nuovi contorni e potrebbero richiedersi ulteriori tecniche per ridurre la pelle in eccesso. La procedura ad alta definizione viene eseguita utilizzando l'avanzata tecnologia brevettata chiamata VASER. Una sonda scanalata viene in primo luogo inserita attraverso piccole incisioni nella pelle. L'energia ad ultrasuoni emessa dai lati e dall' estremi-

tà della sonda mentre viene mossa avanti e indietro rompe i depositi di grasso. Viene quindi inserita una sottilissima cannula, così da garantire un'aspirazione delicata per rimuovere il grasso emulsionato.

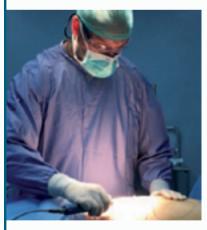
#### **UNA GRANDE NOVITÀ**

Ulteriore novità è poi rappresentata dal fatto che il grasso emulsionato ed aspirato dopo la VASER lipo è risultato essere estremamente utile nel trattamento dei processi di invecchiamento del viso, entrando a pieno titolo nelle procedure medico-chirurgiche della nascente disciplina della Medicina Rigenerativa; è questa infatti la grande novità di questi ultimi tempi, la possibilità di trattare il tessuto adiposo con filtri specifici, ottenendo così un prodotto praticamente fluido e iniettabile in maniera assolutamente non traumatica sul viso per eseguire una vera e propria rigenerazione dei tessuti. Questa tecnica è utilizzata per correggere perdite di volume legate ai fisiologici processi di invecchiamento, migliorare il trofismo cutaneo, riempire e migliorare aree anatomiche fino ad oggi di difficile approccio, come la regione palpebrale inferiore e il solco lacrimale. Lo Studio del dottor Maurizio Otti si pone quindi all'avanguardia nei trattamenti di medicina e chirurgia estetica, nel rispetto del paziente e con l'obiettivo di un continuo aggiornamento professionale.

#### G- f 🖸

#### studio Dr. Maurizio Otti

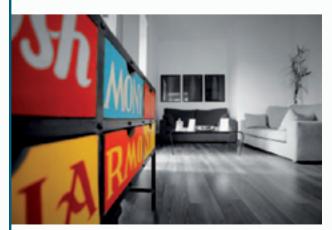
www.studiootti.com







#### Medicina estetica - Chirurgia estetica - VASER Lipo







Studio Dr. Maurizio Otti Via Città di Cascia, 8 - Lun - Sab: 9:00 - 18:30 - Tel. 06 6930 4336 - info@studiootti.com

### Jroscopo dal 2 all'8 agosto

### ARIETE

21/3-20/4 State per imbarcarvi in un periodo fortunato. Sull'amore sappiate che non ci saranno ostacoli tra voi e la felicità. Il destino ha scelto di mettervi in contatto con una persona speciale e da questo momento in poi non potrà che esserci un'eccitante scoperta reciproca. Serate scoppiettanti in compagnia dei vostri più cari amici, magari a

#### 22/5-21/6

Date più credito ai consigli di chi vi conosce. Se dovessero farvi notare che avete un atteggiamento scostante, fidatevi di loro. Potreste aver bisogno di una giornata dedicata solo al vostro benessere. Prendete la macchina, o il treno, o quello che volete, e fatevi una gita. La vostra unica preoccupazione sarà pensare a dove fare l'aperitivo del-



#### 23/7-22/8

Basta scrutare la vostra vita alla ricerca delle imperfezioni! Siete stupendi così come siete. E poi l'estate è fatta per rigenerarsi, così da affrontare tutto quello che verrà dopo con la giusta carica. Sgambettate fino al mare e passate lì quanto più tempo potete. L'abbronzatura vi dona e chissà, magari tra una bracciata e l'altra, qualcuno potrebbe allietarvi.



#### BILANCIA

23/9-22/10 Siete degli spiriti liberi, ri-manere fissi sempre sulla stessa situazione alla lunga vi stufa. Forse adesso però è tempo di fermarsi un momento, di guardarsi intorno e di apprezzare quello che avete. E chissà che a breve non accada qualcosa che farà di voi delle persone pie-namente appagate della vita. Tenete sotto controllo la posta elettronica, presto novità.



#### **SAGITTARIO**

23/11-23/12

Adesso che non ci sono più gli spauracchi del passato prendetevi cura dei vostri bisogni. Sarà eccitante vestire i panni di una persona sicura e determinata. Generose le occasioni che si piazzeranno sotto il vostro naso. Talmente grandi da non poterle ignorare. La vostra carica è benefica per tutti, amici e parenti. Siete un esempio



#### **ACQUARIO**

22/1-18/2

L'emergenza è rientrata, la vocina che vi faceva dubitare di voi è stata abbandonata. E adesso che non ci sono più quelle nubi nere sopra il vostro umore riuscite a vedere finalmente chiaro. Gli amici, invece, tirano un sospiro di sollievo: le serate passate a lamentarsi di tutto e tutti non sono che un vecchio ricordo, sbiadito dalla noia. Fategli un regalo.



bordo piscina.

#### **TORO**

21/4-21/5

Annientate ogni malumore e non lasciatevi condizionare dai discorsi del solito amico un po' pessimista che vorrebbe trascinarvi nel suo mondo cupo. Non è da voi amareggiarvi di fronte alle avversità. În questi giorni, poi, avrete molto da fare: come prima cosa non perdete di vista il relax e, come seconda, lasciatevi conquistare dal rumore del mare...



#### **CANCRO**

22/6-22/7

La vostra principale occupazione questa estate sarà quella di schivare i dardi dell'amore. Avete un carisma calamitoso ed è davvero difficile non cadere ai vostri piedi. Chi invece ha già un partner deve guardarsi bene dal non combinare disastri, il rischio è grosso. Dopo un anno un po' traballante, questo momento vi ripaga di tutti i sacrifici che avete fatto...



#### VERGINE

23/8-22/9

Questo è davvero un mo-mento felice per voi. Se ancora non vi sentite pienamente appagati, presto lo sarete. Qualcosa o qualcuno, meglio se tutti, sapranno ri-pagarvi per i tanti sacrifici fatti. Se avete un partner, in questi giorni potrebbe davvero stupirvi. Coccole e amore come se piovessero. Se siete single, invece, quest'estate vi cambierà.



#### **SCORPIONE**

23/10-22/11

Ciondolate da una stanza all'altra senza curarvi del caos che regna intorno a voi. Fareste bene a non farvi vedere senza far nulla perché qualcuno, a dispetto vostro, si sta dando da fare senza sosta. In questi giorni cercate di sdebitarvi. I modi per farlo sono molti. Portare la colazione a letto potrebbe essere uno. Ma la lista è davvero infinita, quindi impegnatevi.



#### **CAPRICORNO**

22/12-20/1

Se siete certi che cambiare vi farebbe bene, è altrettanto vero che chi cerca trova... Per voi è ufficialmente iniziato il periodo della caccia, di emozioni. Se volete cambiare lavoro, non perdete di vista gli annunci; se volete trovare l'amore, non rinunciate alle occasioni. In settimana arriverà un invito, qualcosa di inaspettato che vi farà sorridere come non mai.



19/2-20/3

Lasciatevi trasportare dalle emozioni. Siete persone battagliere e giuste, e in questo momento mal digerite l'indifferenza di una certa persona verso qualcosa che vi sta a cuore. Fidatevi del vostro istinto e lasciate che a parlare siano i fatti. Delle parole fine a se stesse non ne potete più, per fortuna qualcosa sta per cambiare. Benefici ad ampio raggio.





# Agosto Aperti Affari



**AUTOIMPORT**www.autoimport.it

Via Salaria, 729 (Urbe) Tel. 06.88.648.1 Via Tiburtina, 1166 (GRA usc.13) Tel. 06.41.16.177 Via Veturia, 49 (Alberone) Tel. 06.78.46.01

#### **SIGMA AUTO**

Via Mattia Battistini, 167 Tel. 06.61.24.01 www.sigmaauto.it

#### **EURAUTO**

Via Ostiense, 941 (Torrino Nord) Tel. 06.52.07.81 www.eurauto.it

Offerte valide su di un numero limitato di vetture in stock per immatricalazione entro il 09/09/2016 IPT esclusa, I 6.800 euro di ecoincentivi si riferiscono al modello Zafira con rottamazione auto posseduta da almeno 6 mesi ed immatricalata prima del 31/12/2006. I prezzi delle auto si riferiscono ai modelli base senza IPT - informazioni in concessionaria o sul sito apel.it. Le offerte non sono cumulabili con altre in corso. Le foto sono a titolo di esempio e possono avere accessori attenibili a pagamento. Le afferte sulle auto a KMO sono valide fino ad esaurimento disponibilità. Consumi Gamma Opel ciclo combinato (l/100 km)/Emissioni COz (g/km); da 3,3 a 11,3/da 88 a 258