

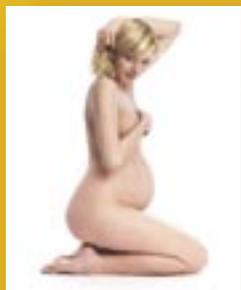
VITA *in* COPPIA

Anno 4° - n°2
MARZO - APRILE 2012



SESSO SICURO PER TUTTI

Negli ultimi anni, tra gli adulti over 45 vi è un aumento di infezioni sessualmente trasmissibili. Gli effetti dei farmaci contro la disfunzione erettile possono portare a tenere comportamenti sessuali a rischio, serve discutere di sesso sicuro con i maschi adulti.



L'ALCOL IN GRAVIDANZA PUÒ ATTENDERE

Una mamma deve fare la scelta drastica di rinunciare al bere durante la gravidanza per non danneggiare il bambino che nascerà.

SESSUALITA' OGGI INTERNET E I GIOVANISSIMI

Per gli adolescenti, oggi internet è sempre più il luogo della scoperta della sessualità e protetti dallo schermo del computer spesso si lasciano andare a comportamenti a rischio.



TANORESSIA

Si può essere dipendenti da molte cose, ma per la psicologia esistono casi in cui non si può proprio fare a meno dell'abbronzatura.



DOIMO ANTIMACCHIA

TESTATO CON SUCCESSO DA GIULIA



Composizione Secret a soli € 1.860

Prezzo riferito al salotto da 266x164 cm, come da foto, in tessuto antimacchia Emi.

Disponibile presso i punti vendita aderenti all'iniziativa Silver Collection, dove potrai testare i tessuti **antimacchia**: la macchia scivola via senza lasciare traccia. Cerca il rivenditore più vicino a te su: www.doimosalotti.it o info **0438 890511**.

DOIMO[®]

Salotti

IL SALOTTO PIÙ FAMOSO D'ITALIA.



Visita il nostro
sito internet:

www.vitaincoppia.it

€1.50

abbonamento annuale
€7.00

Anno 4° n°2 bimestrale Marzo/Aprile 2012

abbonamento@vitaincoppia.it

In questo numero:

SESSUOLOGIA

4: SESSO SICURO PER TUTTI

PSICOLOGIA

6: SESSUALITÀ OGGI:
INTERNET E I GIOVANISSIMI

STILE DI VITA

8: SAI COSA FANNO I TUOI BAMBINI SU
INTERNET?

GINECOLOGIA

12: INNOVAZIONE IN CONTRACCEZIONE
14: AUMENTANO I PARTI CESAREI

IN GRAVIDANZA

18: L'ALCOL IN GRAVIDANZA PUÒ
ATTENDERE
21: MANGIARE BENE PER IL TUO BAMBINO

BELLEZZA

22: IL LATO "B"

DERMATOLOGIA

24: TANORESSIA: UNA PATOLOGIA
EMERGENTE



27: LAMPADINE ABBRONZANTI

RUBRICA

28: PERISCOPIO
51: IL METEO
55: NOMI DEL MESE

GOSSIP

31: CHIATTI/SATTA - JAMES VAN DER BEEK
CHARLIZE THERON

TECNOLOGIA

32: SAMSUNG GALAXY BEAM
32: SMARTPHONE TABLET: STOP AI LADRI

MODA

34: SFILATE MILANESI
38: COSMOPROF



42: MICAM - MIPEL

CORSO DI INGLESE

48: SITUATIONS AND WORDS

CINEMA

50: TUTTI AL CINEMA

LE VOSTRE LETTERE

52: I LETTORI SCRIVONO

CUCINA

53: RICETTE

ASTROLOGIA

54: OROSCOPO

Casa editrice:

Laborweb srl
Autorizzazione ROC
n°21563 del 21/09/11

Da giugno 2009 fino ad agosto 2011
edita da Global Medical Service srl

DIRETTORE RESPONSABILE
Mariangela Gerletti

DIRETTORE SCIENTIFICO
Luigi Cersosimo

ART DIRECTOR
Alessandra Caputo

RICERCA FOTOGRAFICA
Fabio Braghiroli

CASTING E PRODUZIONE
T.M.M.

Stampa:

Press Up Srl - Via la Sapienza, 118/c
00055 Ladispoli RM

Garanzia di riservatezza per abbonati:

L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art.7 del D.leg. 196/2003 scrivendo a:
Laborweb srl Via Vittorio Veneto, 11
21100 Varese

Redazione, Amministrazione, Abbonamenti e Pubblicità:

Laborweb srl
via Vittorio Veneto, 11 - 21100 Varese
Tel. 0332.288 199
Fax 0332.233.047
info@laborweb.it

Redazione Scientifica:

A.GI.CO
Associazione Ginecologi Consultoriali
Sede Nazionale:
Via G. B. Somis, 18 - 00165 Roma
agico@agico.it - www.agico.it

Hanno collaborato:

Matteo Cagnoni
Valentina Danzi
Marco Gasparotti
Maria Antonietta Izzo
Alessandro Natali
Elisabetta Papuzzo
Carlo Piscicelli
John Peter Sloan
Marcella Ribuffo
Alberto Ugazio

Sesso sicuro per tutti

Negli ultimi anni, tra gli adulti over 45 vi è un aumento di infezioni sessualmente trasmissibili. Gli effetti dei farmaci contro la disfunzione erettile possono portare a tenere comportamenti sessuali a rischio, serve discutere di sesso sicuro con i maschi adulti.

Per uno stile di vita sano, far sesso sicuro è un criterio fondamentale da non sottovalutare a qualsiasi età. Questo vale, non solo per gli adolescenti alle prime armi, ma soprattutto per adulti e over 45. Secondo gli studi di ricercatori del King's College di Londra, negli ultimi 10 anni le infezioni sessualmente trasmissibili sono raddoppiate tra le persone con un'età compresa tra i 50 e i 90 anni. Uno studio trasversale ha mostrato che oltre l'80% delle persone tra 50 e 90 anni sono sessualmente attive con casi in aumento di infezioni sessualmente trasmissibili.

La causa reale dell'aumento di queste infezioni sessualmente trasmesse è sconosciuta. Le donne anziane sono più vulnerabili fisiologicamente; dopo la menopausa, aumenta il pH vaginale e un pH superiore è sta-

to associato ad un aumentato di rischio di contrarre la clamidia e la gonorrea. L'aumento non lo si nota solo nel Regno Unito, dove è partita la ricerca, ma anche negli Stati Uniti e nel Canada. Nel Regno Unito notiamo circa 13.000 casi di infezioni sessualmente trasmissibili, quasi raddoppiate tra il 2000 e il 2009; ma anche negli Stati Uniti e in Canada i casi di clamidia e sifilide infettiva sono sensibilmente aumentati.

Sebbene i cambiamenti fisiologici in menopausa potrebbero spiegare perché le donne hanno più probabilità di contrarre un'infezione se esposte, i ricercatori non spiegano perché gli uomini over 45 sono sempre più esposti al rischio. La probabile causa è da ricercarsi nell'assunzione di farmaci contro la disfunzione erettile, che porta questi uomini a tenere dei comportamenti a rischio con una probabilità più alta di avere una diagnosi positiva a malattie sessualmente trasmissibili.



Sesso sicuro per tutti

Per capire meglio l'importanza del sesso sicuro e il "boom" delle infezioni sessualmente trasmesse negli over 45, abbiamo incontrato, per un approfondimento, il **prof. Alessandro Natali** Uro-Andrologo, direttore Servizio di Andrologia urologica - clinica urologica 1^A - Università degli Studi di Firenze.

"Sicuramente l'entrata in commercio, a partire dal 1998, dei cosiddetti farmaci "pro erettili" quali Viagra, Cialis e Levitra, ha comportato per l'uomo una rivoluzione "epocale" nella terapia della Disfunzione Erettiva o, come veniva definita non più di 20 anni fa, "Impotenza", con un termine che era di per sé una condanna! La rivoluzione è stata che finalmente la ricerca ci aveva messo a disposizione dei farmaci specifici per "curare" i problemi di erezione del maschio e che potevano risolvere, nella loro globalità, il 70-80% delle problematiche che affliggevano l'uomo per quanto riguardava la sua capacità di ottenere e/o mantenere un'erezione sufficiente per un rapporto sessuale soddisfacente. Permettendo così anche a uomini della terza e quarta età di continuare ad avere una vita sessuale attiva ed appagante per sé e la propria compagna.

Ma ogni medaglia ha il suo rovescio! E in quest'ottica, a mio avviso, è da interpretare il messaggio che i ricercatori del King's College di Londra ci forniscono nello studio da loro pubblicato sulla rivista "Student Bmj" del 2 febbraio 2012. Questo studio trasversale condotto su una popolazione

adulta e sessualmente attiva di età compresa tra i 50 ed i 90 anni ha evidenziato quasi un raddoppio nell'arco di 10 anni nel Regno Unito delle infezioni sessualmente trasmissibili in questa fascia di età e questo incremento riguarda in egual misura sia gli uomini che le donne.

Da questo studio si evince che vecchie malattie veneree, quali la sifilide (il "mal francese") e la gonorrea, sono tutt'altro che scomparse, ma in netto incremento, in affiancamento a nuove infezioni veneree sostenute da microrganismi quali il Mycoplasma e la Chlamydia che colpiscono uomini e donne di qualsiasi età.

Tornando all'articolo degli studiosi inglesi, l'incremento negli over 50 di queste infezioni sta ad indicare da una parte che il sesso protetto con l'utilizzo del profilattico è poco praticato non solo tra gli adolescenti, e di questo abbiamo riscontro, purtroppo, in numerosi studi, ma anche tra gli adulti, quasi che questo (mal)comportamento si perpetui nel passaggio dall'adolescenza all'età adulta; dall'altra che, spostando più avanti negli anni con l'ausilio farmacologico, rispetto ad un recente passato, la possibilità di godere delle piaceri del sesso, si possano incrementare esponenzialmente i comportamenti a rischio con una probabilità notevolmente più alta di contrarre infezioni sessualmente trasmissibili."



Alessandro Natali

A Milano parte il progetto di Anlaids per la prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse

A Milano parte il progetto SVAP (Servizio Valore Aggiunto Prevenzione): un coordinamento cittadino per la prevenzione delle malattie sessualmente trasmesse, che coinvolge Consigli di Zona, scuole superiori di secondo grado, associazioni e comitati del territorio. Il progetto è curato da Anlaids (Associazione Nazionale per la Lotta contro l'Aids).

L'obiettivo è pianificare gli interventi di prevenzione che devono arrivare a coinvolgere tutta la cittadinanza, a partire dagli studenti e dai loro genitori. È previsto che, in ogni Zona di Milano, venga individuato uno spazio-laboratorio (un istituto scolastico, un luogo di aggregazione sociale giovanile, un gruppo culturale, ecc.) dove, grazie al prezioso supporto dei medici e degli psicologi dell'Anlaids, si crei un gruppo di studio permanente per raccogliere ed elaborare dati sui comportamenti a rischio dei milanesi, a partire dai giovani.

Sessualità oggi, Internet e i giovanissimi

Per gli adolescenti, oggi internet è sempre più il luogo della scoperta della sessualità e, protetti dallo schermo del computer, spesso si lasciano andare a comportamenti a rischio.

di Elisabetta Papuzza*

Dalla ricerca "Sessualità e Internet: i comportamenti dei teenager italiani", di Save the Children, in occasione degli ultimi due Safer Internet Day¹, emerge che gli adolescenti italiani cominciano già a 12 anni a ricevere e inviare messaggi con riferimento al sesso, ad inviare dati personali a qualcuno conosciuto in Internet, a guardare e scambiare video o immagini (proprie o altrui) a sfondo sessuale su Internet, a dare il proprio numero di telefono a qualcuno contattato in Internet, a incontrare persone dal vivo conosciute in rete con cui, talvolta, intrattengono rapporti intimi.

Lo fanno per divertirsi, per eccitarsi, per com-piacere (cioè per soddisfare la richiesta di qualcun altro, per esempio il fidanzatino, un'amica, uno sconosciuto, ecc.) per sentirsi riconosciuti come appartenenti ad un gruppo, per sentirsi grandi, per esibizionismo, per vincere timidezze e inibizioni, per fare esperienze alternative. Alcuni di loro affermano di cercare effettivamente, attraverso quello scambio, una relazione amorosa o di maturare sessualmente. Talvolta, ahimè, la motivazione può anche essere il ritorno pratico ed economico (per esempio, in cambio di ricariche telefoniche).

Ma quali sono esattamente i comportamenti più rischiosi per i nostri figli? E in che termini i pericoli potenziali si traducono in danni?

Non tanto il fatto che i nuovi media siano così diffusi e ormai centrali nella vita di bambini e adolescenti, né che tra gli utilizzi vi sia quello di esprimere la sessualità. In fondo è fisiologico che fin dalla preadolescenza emergano le prime curiosità sessuali, un corpo che cambia, l'intensificarsi delle relazioni con gli amici a scapito di quelle con i familiari, da cui scaturisce il successo dei social network soprattutto tra i giovani. Ciò che impensierisce è piuttosto il fatto che spesso la sessualità espressa dai teenager, attraverso i nuovi media ma non solo, è più legata al corpo, all'immagine, all'aspetto fisico e non ai sentimenti, alle emozioni, come se ci fosse una vera e propria scissione tra sessualità e affettività.

A questo si aggiunge il rischio effettivo di esporsi a contenuti inadeguati, quali la pornografia, e di entrare in contatto con adulti sconosciuti, potenziali adescatori.

Dietro lo scambio di materiale può spesso esserci una relazione sentimentale, un flirt tra coetanei ma anche, talvolta, con un adulto. La relazione con un adulto, che possiamo definire adescamento, quando non addirittura abuso sessuale, in quanto presuppone un rapporto non equilibrato tra un adulto e un minorenne, spesso fa leva sulla ricerca da parte del ragazzino o ragazzina di una guida affettiva, di quel confronto che talvolta può non essere facilmente a disposizione in un sistema di relazioni della vita reale.



¹ Il Safer Internet Day è la giornata europea, indetta dalla Commissione Europea, sulla sicurezza in Internet per i minori, in occasione della quale vengono organizzate iniziative di sensibilizzazione sul tema.

Cosa effettivamente suscita in bambini e ragazzi la visione di contenuti pornografici? Quanto e perché può essere dannoso?

Gli effetti negativi dell'esposizione a materiale pornografico variano in relazione alla natura delle immagini, al livello di perversione sotteso, alla frequenza e all'intensità dell'esposizione stessa, all'età e alla maturità dei giovani fruitori, al contesto che li circonda (presenza di adulti con cui dialogare), alle informazioni sul sesso già in loro possesso.

Nei bambini e nelle bambine la visione di immagini pornografiche può turbare, perché non hanno ancora raggiunto un livello di maturità adeguato (da nessun punto di vista, affettivo, mentale e fisico) per poter vivere e sperimentare la sessualità; inoltre la pornografia dà informazioni riduttive sulla sessualità e sull'amore, e questo tanto più quanto più sono carenti le informazioni che già si possiedono sul tema.

Come è possibile intervenire?

Sono numerosi gli aspetti sui quali è possibile intervenire, in termini educativi, affinché i nostri figli e ragazzi possano esprimere adeguatamente la loro affettività e sessualità, utilizzando i nuovi media nelle loro potenzialità, senza incorrere nelle principali criticità connesse a tale utilizzo e, più in generale, nei rischi associati a questa sfera così vitale e vivace della loro vita. In tal senso, l'educazione sentimentale e sessuale è la migliore forma di prevenzione di tutte quelle manifestazioni inadeguate del comportamento sessuale ed affettivo, sia quando si subisce che quando si perpetra attivamente una relazione con l'altro non basata sul rispetto e la reciprocità. L'educazione sessuale è prima di tutto educazione sentimentale, un percorso in cui genitori, educatori e insegnanti, a partire e grazie alla relazione d'affetto che hanno con i loro figli e allievi, possono aiutare questi a conoscersi meglio, nelle loro manifestazioni di piacere fisico e psichico e a esprimersi con creatività, soddisfazione, rispetto proprio e altrui.



Quali sono le prime e fondamentali regole di educazione sessuale?

Probabilmente la prima regola è proprio considerare e accettare con serenità che anche nei propri figli esistono dei desideri sessuali; per quanto, forse, imbarazzante e difficile, è importante non negare tali pulsioni e permettere ai nostri bambini e ragazzi di esprimere domande su tale argomento e di ricevere un'educazione sessuale, intesa come un percorso per affrontare la sessualità secondo tempi e modi adeguati all'età. È importante dar modo ai propri figli, fin da bambini, di esprimere curiosità su tale argomento, di entrare in contatto con le proprie emozioni, di scambiare effusioni con coetanei consenzienti secondo forme rigorosamente adeguate all'età. È importante lasciare ai figli la possibilità di esplorare il proprio corpo, di conoscere le proprie sensazioni, insegnando loro però che tutto ciò riguarda una sfera privata (come il fare l'amore per i genitori o il denudarsi), e al tempo stesso una sfera personale che sempre loro, crescendo, dovrebbero imparare a gestire in autonomia (per esempio, nell'igiene intima). Spesso emerge nei genitori il timore che affrontare certe tematiche stimoli la curiosità verso quegli argomenti; in realtà bisogni e le curiosità sono già presenti nei bambini e nei ragazzi ed è invece importante offrire loro i giusti canali di espressione o di soddisfazione, alternativi a quelli che noi riteniamo inadeguati (per esempio il videogioco violento o la pornografia).

Come promuovere la sicurezza d'uso di Internet?

Prima di tutto assicurandosi che l'utilizzo di tali strumenti tecnologici, nell'economia della giornata dei propri figli, non prevalga a scapito di spazi di aggregazione concreti, di attività sociali, ricreative, sportive. È importante capire se ne fanno un utilizzo integrativo oppure sostitutivo, cioè se Internet è l'unico modo per stare insieme agli altri e condividere emozioni, oppure se i nostri figli hanno una vita sociale, se si sanno rapportare adeguatamente agli altri in una relazione diretta, se nel loro tempo libero riescono ad incontrarsi con gli amici, a fare sport, a curare interessi ed hobby, a studiare secondo le loro capacità, in quanto per crescere è necessario sviluppare relazioni significative con persone vere, a cui legarsi affettivamente e apprendere e sperimentarsi concretamente all'interno di situazioni reali. Spesso invece il tempo trascorso on line va a scapito di altre occupazioni e magari esprime una difficoltà ad interagire con il mondo reale o il bisogno di affetto, di attenzione, di riferimenti, che eventualmente non trova risposta adeguata nella propria quotidianità. Molti ragazzi inoltre, in caso di problemi, non si fidano con nessuno, né amici, né fratelli, né genitori ed è questo spesso il terreno fertile tramite cui certi rischi possono diventare concreti.

***Psicologa, esperta di educazione, prevenzione e formazione, Unità Nuovi Media, Save the Children Italia**

Sai cosa fanno i tuoi **bambini** su **internet**?

Bambini e adolescenti si muovono in rete in maniera autonoma e nella maggioranza dei casi, i loro genitori ignorano tutti i pericoli che possono incontrare.

I bambini cominciano a usare internet sempre prima. Come ha rilevato un'indagine europea (Eu kids Online) l'età media in cui si comincia a navigare online è di soli 8 anni in Europa, addirittura 7 in Paesi come Danimarca e Svezia, 10 in Italia, Germania, Grecia. Tra i 9 e i 10 anni un bambino su tre usa il web quotidianamente, mentre il 26% dei bambini tra i 9 e i 12 anni ha un profilo su un social network, nonostante il divieto ai minori di anni 13 imposto da alcuni SN come Facebook.

Da anni da più parti vengono lanciati allarmi sui pericoli di un uso precoce ed eccessivo del web. Un allarmismo giustificato? Secondo la Società Italiana di Pediatria non bisogna "demonizzare il web" ma proporre un uso positivo. E a tale scopo i pediatri hanno lanciato un "Manifesto per un uso sicuro e positivo del web". Abbiamo interpellato il Presidente della Società Italiana di Pediatria Alberto G. Ugazio.

Professor Ugazio il web è da vietare ai più piccoli?

Absolutamente no. Il web è un grande risorsa, ma naturalmente dipende da come lo si usa. I dati ci dicono che i bambini al di sotto degli 11 anni sono i più vulnerabili ai rischi della rete perché non hanno competenze digitali di base, come ad esempio saper bloccare o cancellare messaggi indesiderati, modificare le impostazioni di privacy, ecc. Ma la risposta non possono essere i divieti. Bisogna invece favorire un uso positivo del web. La scuola è fondamentale: noi pediatri siamo per l'utilizzo del computer sin dalla prima elementare proprio perché un uso precoce, ma finalizzato a fini formativi e mediato e tutelato da figure adulte, permetterebbe una riduzione dei rischi potenziali per i più piccoli.

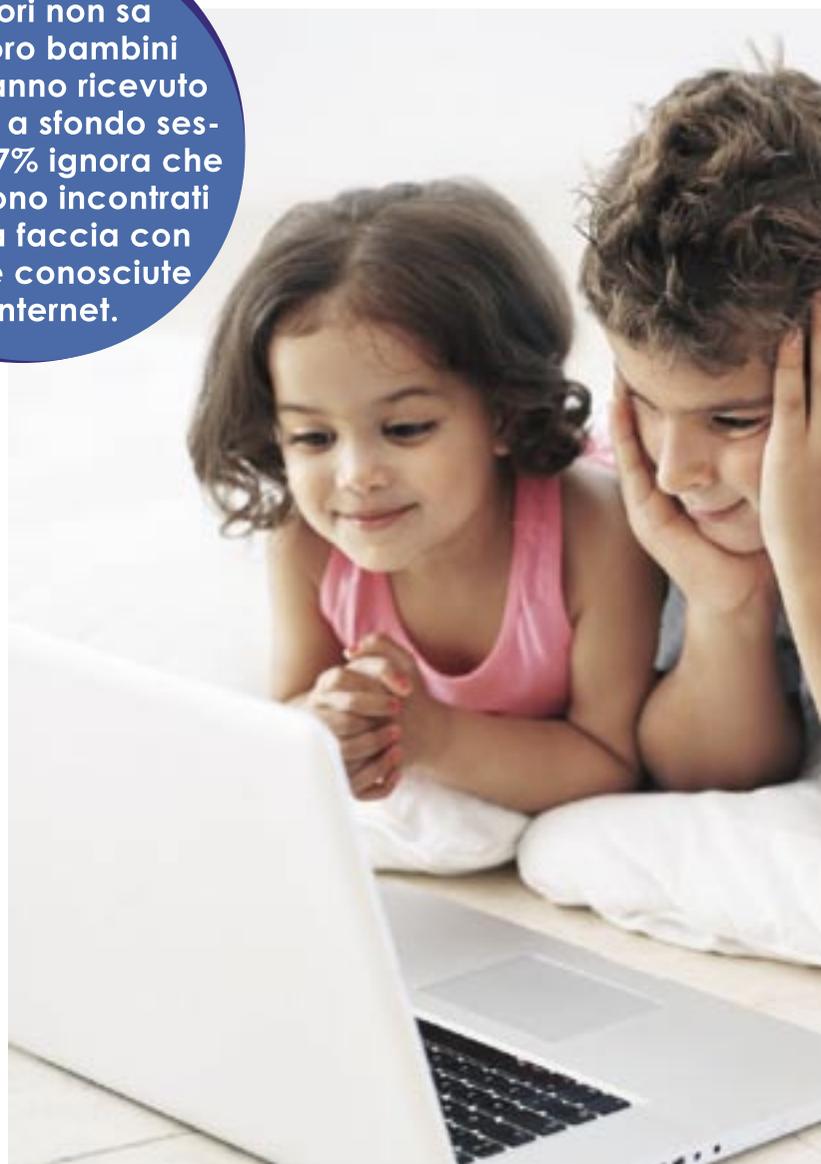
Il vostro Manifesto punta moltissimo sul ruolo della scuola con proposte quali l'incremento delle lavagne elettroniche multimediali che dovrebbero essere garantite in ogni classe, l'integrazione dei libri con l'e-book, e progetti formativi che coinvolgano genitori e insegnanti.

Da quali considerazioni nascono queste proposte?

Il Manifesto è nato a partire dai dati della ricerca europea di EU Kids Online che ha rivelato alcune peculiarità tutte italiane nel rapporto tra bambini, adolescenti e web. I ragazzi italiani sono all'ultimo posto dopo la Turchia, preceduti da Romania, Ungheria, Cipro, per quanto riguarda l'alfabetizzazione digitale e il possesso di specifiche competenze che garantiscono una maggiore sicurezza nella navigazione. Il collegamento a Internet dalle scuole è il più basso in Europa, gli insegnanti italiani sono in assoluto in Europa i meno coinvolti nelle attività on-line.

Per questi motivi possono essere dannose nel nostro Paese politiche orientate unicamente a limitare l'esposizione ai rischi,

L'81% dei genitori non sa che i loro bambini online hanno ricevuto messaggi a sfondo sessuale, il 67% ignora che i figli si sono incontrati faccia a faccia con persone conosciute su internet.



in quanto vi è il rischio di acuire il divario digitale. Occorre invece rafforzare l'alfabetizzazione digitale e il possesso di quelle competenze che garantiscono maggiore sicurezza nella navigazione. Quindi servono forti investimenti nelle scuole per favorire l'uso di internet e soprattutto occorre immaginare una scuola che consideri l'uso di strumenti tecnologici associati al web non come una materia in più, ma come un normale strumento di uso quotidiano anche nell'attività didattica.

Con queste proposte non rischiate di uscire un po' fuori dal vostro campo, che in fondo è quello di fare i medici?

Oggi il pediatra sempre più si occupa della salute del bambino a 360 gradi, non solo fisica ma anche psichica e sociale. Riteniamo cruciale lavorare per un uso positivo del web, ma non possiamo farlo da soli, occorre il coinvolgimento di tutti i cosiddetti 'stakeholders' che ruotano attorno al bambino, soprattutto genitori e insegnanti. Ecco perché lo scorso novembre abbiamo organizzato gli "Stati Generali della pediatria", cioè 19 eventi in contemporanea in tutte le regioni italiane, attraverso i quali abbiamo chiamato a raccolta genitori, giornalisti, magistrati, istituzioni, insegnanti, forze dell'ordine, in una riflessione collettiva sul tema "Bambini, adolescenti e web".



I CONSIGLI PER TUTELARE LA SICUREZZA ONLINE DELLE FAMIGLIE ELABORATI DALLA SIP INSIEME A GOOGLE E POLIZIA POSTALE

Informazione e prevenzione

- Impariamo ad utilizzare Internet e i servizi online per poter spiegare meglio ai nostri figli quali sono gli eventuali rischi, come affrontarli, ma anche come sfruttare al meglio la propria esperienza online.
- Impariamo ad utilizzare gli strumenti messi a disposizione dai vari fornitori di servizi online per rendere la navigazione online più sicura e limitare i siti e contenuti non adeguati all'età dei nostri figli.
- Segnaliamo ai fornitori di servizi o alle autorità contenuti illeciti, nel caso in cui dovessimo trovarne qualcuno, in modo che vengano rimossi.

Dialogo

- Teniamo presente che i filtri non sono mai affidabili al 100% e che funzionano solo se accompagnati dal dialogo e dalla formazione di genitori e figli ad un utilizzo sicuro di Internet.
- Soprattutto nel caso dei bambini più piccoli, navighiamo su Internet assieme a loro e condividiamo insegnamenti e impressioni sui contenuti.
- Collochiamo il computer in salotto e non nella camera dei nostri figli, in modo da poter sorvegliare l'utilizzo che ne fanno e condividere esperienze, impressioni e consigli.
- Restiamo aperti al dialogo affrontando assieme ai nostri figli ogni tipo di argomento per far sì che si sentano a loro agio nel venirci a chiedere aiuto se si imbattono in qualcosa che li disturba.

Internet non è così diverso dal mondo reale!

- Stabiliamo regole chiare sulla frequenza, la durata e la natura della navigazione online dei nostri figli.
- Non parliamo di Internet come di un pericolo ma come di uno strumento utile per la comunicazione e l'accesso alle informazioni, che però va affrontato con serietà e attenzione.
- Online come offline, insegniamo ai nostri figli a non dare confidenza agli sconosciuti e a non rendere disponibili a chiunque informazioni private, fotografie ecc...
- Ricordiamo ai nostri figli che alcuni comportamenti illeciti nel mondo reale (per esempio insultare una persona, infrangere la privacy altrui condividendo informazioni senza autorizzazione o ancora farsi passare per un'altra persona), sono illecite anche su Internet.

QUALUNQUE SIA LA VOSTRA IDEA DI LIBERTÀ,
CON NOI È AL SICURO.



SUBARU

Confidence in Motion

Sicurezza ovunque, a bordo della Outback. Linea esuberante da crossover, interni raffinati e tecnologia esclusiva Subaru: trazione integrale permanente e motori boxer Diesel, Benzina, BI-Fuel. Subaru Outback, libertà in movimento.

Consumo medio l/100 km da 6,4 a 10,0/GPL 10,6; CO₂ medio gr/km da 167 a 232/GPL 172.

SUBARU CONSIGLIA **MOTUL**



I PRIMI NEL 4X4.

Aumentano i parti cesarei

Un intervento chirurgico importante, a cui oggi in Italia si ricorre sempre di più e che invece andrebbe effettuato solo in caso di reale necessità.

Secondo i dati forniti dall'Istituto Superiore di Sanità, il numero dei parti cesarei in Italia è aumentato dagli anni '80 a oggi soprattutto nel sud Italia con, ad esempio, il 60% nel 2008 in Campania rispetto al 24% del Friuli Venezia Giulia e Toscana. È un intervento chirurgico importante che andrebbe effettuato solo in caso di reale necessità. Per approfondire meglio questo argomento, abbiamo intervistato il **dott. Carlo Piscicelli**, medico chirurgo specialista in ostetricia e ginecologia, dirigente medico dell'Ospedale Cristo Re di Roma.

Cosa ne pensa di quest'aumento di numeri di interventi?

Leggendo i numeri sul taglio cesareo in Italia, viene subito alla luce una caratteristica: la grande variabilità. Non solo tra nord e sud, ma anche tra ospedale e ospedale che si trovano nello stesso territorio. Nella Regione Lazio, ad esempio, anche escludendo le cliniche private, il tasso di TC ha un'oscillazione di circa 30 punti percentuali tra i diversi ospedali. Nel contesto dei sistemi sanitari, variabilità significa che a domanda di salute simile si daranno risposte diverse; che uno stesso professionista o una stessa organizzazione adotteranno comportamenti diversi di fronte ad una stessa patologia; che sulla base di comportamenti professionali dissimili, si avranno risultati diversi. Nel caso del parto, variabilità significa che la stessa gestante correrà il rischio di essere sottoposta ad intervento chirurgico e ai pericoli ad esso correlati, non solo in funzione delle sole condizioni cliniche in cui si trova, ma anche del luogo che la donna sceglierà per partorire. In altri termini, la durata del travaglio piuttosto che un certo pattern cardiotocografico o i tempi di una rottura delle membrane o di un determinato peso fetale, verranno considerati normali in una maternità e patolo-

gici in un'altra tanto da giustificare il ricorso ad un taglio cesareo nella prima e consentire un parto vaginale nella seconda. La variabilità è disorientante, ha implicazioni etiche e di equità.

Da cosa è dovuto?

Al timore del medico, di sentirsi colpevole di fronte alla tendenza, molto frequente, di attribuire al parto qualsiasi problema del bambino. Oppure, alle difficoltà nel saper gestire una eventuale complicanza ostetrica a cui spesso i giovani medici non sono stati adeguatamente preparati dalle scuole di specializzazione. Anche alla mancanza di regole chiare e condivise. È vero, esistono le linee guida, ma l'ingenua convinzione secondo cui basta rendere disponibili le informazioni sull'efficacia degli interventi sanitari perché i professionisti le facciano proprie ha ormai perso qualunque credibilità. La messa in pratica delle raccomandazioni, come tutti i cambiamenti e le innovazioni, è la parte più difficile da realizzare.

Col parto cesareo: più rischi o benefici?

Quando il taglio cesareo viene eseguito per una giusta indicazione, nel momento giusto della gravidanza, in presenza di un adeguato livello organizzativo (in termini di personale sanitario e presidi tecnologici), allora si avrà un bilanciamento tra rischi e benefici a sicuro vantaggio di questi ultimi col miglior esito per la madre e il bambino. Di fronte ai segni (veri) di una sofferenza fetale, in presenza di una (vera) sproporzione feto-pelvica, di una (vera) malposizione fetale o in presenza di una emorragia placentare, il parto vaginale può essere troppo pericoloso e in questi casi non ci sono dubbi: è meglio fare un taglio cesareo. Ma, quando l'intervento chirurgico viene eseguito senza un giusto motivo, in presenza di condizioni che permetterebbero l'espletamento del

parto senza problemi, allora si correranno tutti i rischi della chirurgia senza ricevere alcun beneficio dall'intervento chirurgico. La decisione deve sempre valutare attentamente rischi e benefici di una scelta rispetto all'altra.

Per quale motivo le donne preferiscono il parto cesareo?

Cattiva informazione e contesto culturale che favoriscono la scelta del parto cesareo. Da una parte si incentiva il parto naturale ma poi leggiamo sul giornale che la nipote del presidente del consiglio e la figlia del presidente della camera partoriscono con taglio cesareo, che un gran numero di donne dello spettacolo sceglie di partorire con taglio cesareo. Spesso non per evitare un parto difficile e non soffrire, ma per non rovinare i muscoli del pavimento pelvico o per evitare di arrivare proprio alla fine della gravidanza. Un fenomeno a cui gli inglesi hanno attribuito lo slogan "too posh to push" (troppo snob per spingere). Nasce una nuova indicazione, quella del "taglio cesareo a richiesta" frutto di una società che esaspera i valori della libertà individuale e dell'autodeterminazione.

Le successive gravidanze di una donna che ha avuto parto cesareo, saranno difficoltose?

Il rischio maggiore è quello di ripetere un altro cesareo in occasione di gravidanze future per il timore di una rottura d'utero durante il travaglio. Tale evento, nei trials disponibili in letteratura, si presenta con una frequenza che va da 3 a 8 casi su mille per donne che affrontano un successivo parto vaginale a seguito di un taglio cesareo. La ripetizione di un taglio cesareo non è però priva di rischi: maggiori possibilità di incidenti vascolari di tipo tromboembolico o per la possibilità di un impianto patologico della placenta (placenta previa e accreta) nelle successive gravidanze capace di



determinare perdite ematiche ingenti al momento del parto. Quindi, va sempre considerato con molta attenzione il primo cesareo perché è da lì che origina il problema ed è importante valutare il progetto riproduttivo della donna, poiché le complicanze da inserzione placentare non sono meno pericolose rispetto alla rottura uterina. In occasione di un secondo parto, la scelta va sempre individualizzata considerando i rischi e i benefici del cesareo ripetuto rispetto alla prova di un parto vaginale che rappresenta in genere un evento più soddisfacente per la donna.

Come si può intervenire sulle donne per prevenire un parto cesareo non obbligatorio?

Con informazioni corrette fornite non solo dai medici ma da parte di un contesto culturale che tende a giustificare sempre e solo la scelta di un cesareo. Siamo perseguitati dall'erronea convinzione che tutti i feti all'inizio del travaglio siano in condizioni perfette e che un taglio cesareo sia in grado di prevenire la maggior parte dei danni neurologici. In altri termini, si è portati a ritenere che i danni neurologici siano sempre l'esito di una non corretta condotta ostetrica durante il travaglio o il parto, malgrado numerosi studi oramai abbiano documentato che la causa prenatale è quella più frequente nei feti a termine e che non più del 10-15% dei danni cerebrali siano correlati ad eventi accaduti nella fase di travaglio-parto. Da qui la tendenza di molti medici a "non correre rischi" e la tendenza delle donne a chiedere un cesareo considerato erroneamente un "parto più sicuro".

Quando la vita chiama, e Intima Roberts con

I migliori alleati per ogni occasione in casa e fuori casa!

Da qualche giorno, le giornate sono più lunghe, le temperature più calde: le maniche si accorciano e sale la voglia di sole e di aria aperta.

È arrivata la primavera! Un appuntamento imperdibile per noi donne attive e dinamiche, per cui ogni scusa è buona per uscire di casa: shopping, jogging, pic-nic all'aperto e gite primaverili fuori porta.

Chilly lo sa. Per questo ha creato la linea **Chilly con Antibatterico: detergente intimo e salviettine intime** in formato **pocket**, entrambi sinonimo di massima protezione anche dove il rischio batterico è più alto.

La formula è arricchita con **estratti di timo e salvia**, dalle riconosciute **proprietà antibatteriche**, ed inoltre permette una detersione **delicata** delle parti intime.

La linea Chilly con antibatterico potrà divenire così l'alleato perfetto nella cura dell'igiene intima, sia in **casa**, grazie al **detergente intimo** con formula a pH 5, sia **fuori casa**, grazie alle **salviettine intime** in formato **pocket**.

Il detergente intimo e le salviettine intime Chilly con Antibatterico Formula Attiva sono inoltre indicati anche per tutte le donne che, durante il periodo mestruale e la gravidanza, ricercano una maggiore **protezione**. Test clinici dimostrano elevata gradevolezza e ottima **tollerabilità***.

Che tu sia in palestra o all'aria aperta, su un aereo o in metropolitana, in piscina o nel camerino di un negozio, per sentirti davvero protetta, scegli Chilly con Antibatterico!

La linea Chilly con Antibatterico è approvata dall'Associazione Ginecologi Consultoriali A.Gi.Co. Nel mio intimo c'è Chilly. Sempre.
www.chilly.it

*Test multicentrico di tolleranza in uso sotto controllo ginecologico. Studio clinico di irritabilità e di ipoallergenicità.



rispondi con Chilly Antibatterico

Se l'arrivo della primavera è un toccasana per le donne, i protagonisti di questa stagione sono di certo i bambini, che, dopo tanti mesi passati chiusi in casa per via del freddo, possono finalmente tornare a giocare all'aperto: nascondino, palla prigioniera, guardia e ladri... che divertimento! Ma dietro il sorriso di un bimbo divertito c'è sempre lo sguardo attento della mamma, che sa quanto è importante prestare una maggiore attenzione all'igiene intima dei propri figli, quando trascorrono molto tempo fuori casa. Per la loro vivacità e curiosità, infatti, **i bambini sono spesso a rischio di contatti batterici**, anche per quanto riguarda le loro parti intime.

In particolare donne e bambine, per la loro naturale fisiologia, necessitano di una maggiore protezione intima. Per questo è importante scegliere un detergente intimo attivo che aiuti a difendere le parti intime in modo **delicato**.

Per loro, Intima Roberts consiglia **Intima Roberts con Antibatterico naturale**, il detergente intimo che garantisce protezione naturale per le parti intime, rispettando il loro ph fisiologico.

La sua formula è arricchita con **estratti di Timo**, dalle proprietà **aromatiche** ed **antibatteriche** che **aiutano a proteggere le parti intime da attacchi batterici in modo naturale e senza aggredirle**.

La sua speciale **formula è senza sapone**, facile da risciacquare, **clinicamente testata** e **ipoallergenica***, studiata per ridurre al minimo il rischio di allergie. Deterge con la massima delicatezza e **aiuta a mantenere inalterato il naturale pH intimo**.

Intima Roberts con Antibatterico naturale è **testato in Clinica Ginecologica e Pediatrica**. Ideale, dunque, per tutte le donne che cercano un prodotto che unisca **delicatezza** e **protezione** per la propria igiene intima e per quella delle proprie bambine.

Intima Roberts con Antibatterico naturale: protezione delicata e sicura per donne e bambine.

*Formulata per ridurre al minimo il rischio di allergie



L'alcol *in gravidanza* può attendere

Una mamma su tre ha meno di trent'anni e deve fare la scelta drastica di rinunciare al bere durante la gravidanza per non danneggiare il bambino che nascerà.

In Italia oltre 560 mila donne ogni anno diventano madri e nonostante sia abbastanza alto il numero di quante conoscono i rischi del bere in gravidanza, circa il 20% non fanno la scelta drastica di rinunciare del tutto a inserire l'alcol nella propria dieta.

Torna per questo la campagna di informazione e sensibilizzazione "Se aspetti un bambino l'alcol può attendere". Su www.beviresponsabile.it e www.sigo.it informazioni chiare e semplici regole da rispettare, un video che vivrà su social network, Facebook, Twitter, blog e forum col sostegno di celebrities, blogger, chef e sportive. Il focus sarà sulle under 30, perché una neo-mamma su 3 ha meno di 30 anni e a quest'età è più alta la percentuale dei comportamenti meno virtuosi e consapevoli nei confronti dell'alcol.

Molte, soprattutto alla prima gravidanza, si chiedono: come dobbiamo comportarci nei confronti dell'alcol? Se sono incinta devo smettere in assoluto di bere? O un bicchiere ogni tanto è ammesso nella mia dieta? E ancora: è importante abbandonare l'alcol già quando si è nei primissimi mesi di attesa? Dietro queste domande ci sono dei comportamenti che, secondo una ricerca commissionata da AssoBirra, parlano di uno zoccolo duro di circa 8 su 10 che non bevono o smettono di bere alcol appena apprendono della gravidanza, mentre il 17% riduce i consumi di bevande alcoliche ma non li elimina del tutto e un 4% mantiene le stesse abitudini pre-gravidanza.

Proprio per rispondere a queste domande, e per tornare a informare e sensibilizzare le donne sulle sindromi alcol fetali correlate e su come prevenirle, dopo i risultati positivi ottenuti con la prima edizione della campagna "Se aspetti un bambino l'alcol può attendere", SIGO (Società Italiana di Ginecologia e Ostetricia) e AssoBirra (Associazione degli Industriali della Birra e del Malto) hanno lanciato dall'8 al 31 marzo la seconda edizione dell'iniziativa.

Il focus dell'iniziativa quest'anno è dedicato alle under 30, visto che ben una neo-mamma su 3 ha meno di 30 anni (Istat). Per di più, secondo una ricerca Demoskopea, proprio in questa fascia di età si concentrano i comportamenti meno corretti sul consumo di alcol in gravidanza.

A fronte di una media nazionale, come abbiamo visto, del 4% di

donne che continuano a bere nonostante ne conoscano e percepiscano i rischi, scopriamo che questa percentuale cresce sensibilmente fra le under 30 (7% tra i 25-30 anni e 12% tra i 18-24) e che invece scende, altrettanto sensibilmente, con l'avanzare dell'età: si riassume al 4% nella fascia 31-37 anni e scivola addirittura al 2% tra i 38-44. A riprova, i dati di quante abbandonano del tutto l'alcol (tra astemie e bevitrici) all'arrivo di una gravidanza: contro la media nazionale che è di circa l'84%, con punte virtuose dell'86% nella fascia 31-37 e dell'88% in quella 38-44, tra le under 30 questa percentuale scende invece al 65% tra i 18-24 anni e al 75% tra i 25-30.

Alberto Frausin, Presidente AssoBirra: "Il periodo della gravidanza e dell'allattamento rientra in quelle specifiche circostanze e fasi della vita in cui la scelta più sicura è astenersi dal bere alcolici, anche alla luce del fatto che la scienza non ha ancora saputo individuare il livello di consumo al di sotto del quale si può bere senza rischi. Fra le donne che aspettano un bambino e che non sono astemie sono ancora molte quelle che, anche nel periodo che precede la gravidanza, continuano a non modificare le proprie abitudini di consumo (il 17% riduce drasticamente le bevande alcoliche, mentre il 4% mantiene le stesse abitudini pre-gravidanza). L'idea che ci ha guidato è proprio quella di rivolgerci a loro per informarle al meglio sui rischi connessi a determinati comportamenti. Perché il primo passo per prendere delle decisioni responsabili è sempre l'esatta conoscenza del problema".

Nicola Surico, Presidente SIGO: "Anche se oggi, rispetto al passato, il problema delle patologie fetali legate al consumo di alcolici in gravidanza è più conosciuto dalle donne, siamo consapevoli che molto può essere ancora fatto per sensibilizzare sul tema, soprattutto nelle fasce delle under 30. Con la prima campagna del 2007 avevamo avuto una giusta intuizione, ponendo l'attenzione su un fattore di rischio ancora poco conosciuto. E oggi SIGO - prosegue Surico - ha deciso di rilanciare questa campagna insieme ad AssoBirra, perché siamo convinti che sia importante continuare a invitare le donne a fare visita al ginecologo per avere tutte le informazioni del caso. Siamo consapevoli - conclude Surico - che quando si parla di alcol esiste una soggettività molto elevata, ma è comunque fondamentale essere informati, comportarsi di conseguenza e avere un'attenzione particolare nei mesi della gravidanza".

Alcol e gravidanza: basta evitare di bere per pochi mesi per proteggere il bambino

I rischi legati al consumo di alcol in gravidanza costituiscono un argomento delicato e non del tutto noto, specialmente in Italia. Il feto, infatti, non ha difese rispetto all'alcol assunto dalla madre. Questa sostanza può interferire con il suo sviluppo provocando l'insorgere delle cosiddette patologie fetali alcol correlate, che possono provocare danni permanenti e irreversi-

bili come anomalie della crescita, ritardo mentale e alterazioni somatiche. Tali patologie, a seconda della loro combinazione e gravità vengono distinte in FAS (sindrome fetale alcolica), FAE (difetti alla nascita alcol correlati) e FASD (disordini collegati all'uso dell'alcol in gravidanza).

In una ricerca pubblicata a settembre 2011, l'Istituto Superiore di Sanità ha rivelato che il 7,6% dei neonati italiani sono stati esposti durante la gravidanza all'alcol materno. E sebbene ancora oggi la scienza non possa dirci con certezza se esista o meno una quantità minima di alcol sicura in gravidanza, si ritiene prudentiale evitare completamente il consumo di una sostanza, l'alcol appunto, che potrebbe creare problemi al sistema nervoso centrale del nascituro, con conseguenti rischi di ritardo mentale o di disturbi comportamentali. Per questo è importante una campagna supportata dagli operatori sanitari più autorevoli e competenti - i ginecologi e ostetrici, indicati dalle donne italiane come la realtà più autorevole in grado d'incidere sulle loro decisioni in materia - che orienti le future mamme verso le giuste scelte comportamentali in materia di alcol.



LE DONNE IN GRAVIDANZA DEVONO SAPERE CHE...

Ecco alcuni semplici consigli utili per le donne in gravidanza, o che stanno pianificando di avere un bambino, su come comportarsi in questo importante e delicato momento della propria vita:

- Bere alcol in gravidanza può danneggiare il bambino che nascerà
- Già nelle prime settimane di gravidanza l'alcol che bevi può fare danni
- I danni che puoi fare al tuo bambino bevendo alcol non sono curabili
- Non consumando alcol puoi evitare completamente questi danni
- Nessuna dose di alcol è considerata sicura durante la gravidanza
- Se hai già consumato alcol durante la gravidanza non continuare a farlo
- Se stai pianificando una gravidanza astieniti dal bere alcol



LIVING AND COOKING

ASSIM cucina con colonne ante complanari UNOEDUE sistema pensili a giorno *design R&S Euromobil e Roberto Gobbo*
KARA poltrona di Désirée *design Marc Sadler*

Euromobil è sponsor principale delle mostre:
Parigi. Gli anni meravigliosi. Impressionismo contro Salon
e Caravaggio e altri pittori del Seicento.
Dal 23/10/2010 al 27/03/2011. Rimini, Castel Sismondo.
Numero Verde 800-011019 www.euromobil.com



Euromobil
cucine

Mangiare bene per il tuo bambino

In gravidanza

in collaborazione con
www.bravibimbi.it

Cominciare a mangiare in modo sano ed equilibrato durante la gravidanza, è il miglior dono che puoi fare al tuo futuro bebè.

Congratulazioni, sei incinta!

I prossimi nove mesi saranno eccitanti, non solo per te ma anche per quel piccolo esserino che ti cresce dentro! Pensa a tutto ciò che il tuo bambino riesce a fare in soli nove mesi: comincia come una microscopica cellula e si moltiplica milioni di volte. I suoi organi si sviluppano, si formano il cuore e i cinque sensi.

In pratica il tuo bambino, da una piccola massa informe che era al principio (visibile solo al microscopio), diventa un adorabile frugoletto di 3-4kg. Per aiutare un corretto sviluppo, la tua dieta dovrebbe essere la più sana possibile. Tramite la tua alimentazione, il bambino riceve tutte le vitamine, i minerali, le proteine e i fluidi necessari allo sviluppo. La miglior cosa che tu e qualsiasi altra futura mamma possiate fare è mangiare il più sano possibile. Diamo un'occhiata a tutti i benefici che una buona dieta può portare al tuo bambino.

Anzitutto, mangiare bene aiuta lo sviluppo dei suoi organi. Il tuo bambino non ha molto tempo per sviluppare organi vitali quali il cuore, il fegato, i polmoni e i reni. Una dieta povera di vitamina D o calcio può interferire con lo sviluppo delle ossa e dei denti.

Allo stesso tempo, mangiare troppo leggero durante la gravidanza può rallentare la normale crescita del tuo bambino. Potresti scoprirti a controllare da varie fonti quale dovrebbe essere lo stato attuale della tua gravidanza. I bambini più piccoli sono più inclini a soffrire di problemi di salute una volta al mondo ma, d'altro canto, mangiare troppo può causare una crescita eccessiva del bambino. In quest'altro caso il parto sarà più difficoltoso e molto probabilmente i medici dovranno fare uso di strumenti per aiutarti a partorire naturalmente. Alcune devono forzatamente cedere al cesareo perché non è possibile farli passare per via vaginale.

Alcune ricerche dimostrano che il tuo modo di mangiare durante la gravidanza può influire sulle future abitudini alimentari del tuo bambino. Dal secondo trimestre potrà sentire i sapori del cibo attraverso il liquido amniotico. È addirittura possibile che abbia già delle preferenze prima ancora di passare al cibo solido! Mangiando il più possibile una buona quantità di frutta e verdura potrai aiutare il tuo bambino a conoscere questi sapori e apprezzarli in futuro.

Inoltre, per quanto difficile da credere, alcuni studi hanno mostrato che ciò che mangi può influire addirittura sulla sua personalità. Secondo le ricerche, i bambini nati da mamme con abitudini alimentari povere tendono ad essere meno solari, allegri e più pigri rispetto a quelli nati da mamme sane. Inoltre, le mamme che hanno consumato acidi Omega 3 a sufficienza durante il terzo trimestre hanno avuto bambini con un sonno più tranquillo e sereno rispetto ad altri.

Infine, il cervello del tuo bambino ha bisogno che tu mangi in modo salutare soprattutto nell'ultimo trimestre. A differenza del resto degli organi, il sistema nervoso subisce i più grandi cambiamenti nell'ultimo trimestre. Questo è il momento migliore per fare incetta di proteine, calorie buone e acidi grassi Omega 3. Queste sostanze garantiscono un corretto sviluppo delle funzioni cerebrali.

Non c'è momento migliore per cominciare a mangiare in modo sano ed equilibrato: è il miglior dono che puoi fare al tuo futuro bebè.



IL LATO “B”

Il fondoschiene è una componente essenziale del fascino femminile, spesso quella che più attira gli sguardi degli uomini. Se la natura non l'ha dotato di una linea perfetta, la chirurgia è ora in grado di fare miracoli.

Fino a una ventina di anni fa, avere un fondoschiene che rispondesse ai classici canoni estetici dipendeva solo dal patrimonio genetico di famiglia: se eri fortunata, lo “ereditavi” dalla mamma o dalla nonna. Certo, si poteva tentare di modellarlo con attività fisiche mirate, diete, massaggi e tanta, tanta fatica. Ma il più delle volte gli sforzi non erano ripagati dal risultato che si riusciva a raggiungere. Oggi, con l'ausilio della medicina e della chirurgia estetica, è sicuramente più semplice ottenere in poco tempo e senza troppi sforzi un bel posteriore, corrispondente perfettamente al sogno di ognuno di noi (donne, soprattutto, ma sempre più spesso la cosa riguarda anche gli uomini). Con una premessa importante: se vogliamo essere sicuri del risultato, dobbiamo affidarci a specialisti seri e preparati (per questo può essere utile consultare la Società di Chirurgia Plastica Ricostruttiva ed Estetica <http://www.sicpre.org>), che operino in strutture qualificate e in presenza di un valido anestesista (il ruolo dell'anestesista, infatti, è troppo spesso sottovalutato).

Per conoscere le tecniche chirurgiche più aggiornate e per imparare a valutare se e quando è il caso di affrontare un intervento di rimodellamento, ci siamo rivolti al professor Marco Gasparotti, docente al Master di Chirurgia Estetica all'Università di Siena.

Professor Gasparotti, quali sono le tecniche più utilizzate per il rimodellamento dei glutei?

Esistono vari metodi, che vengono utilizzati a seconda del risultato che si vuole ottenere. Per un rimodellamento chirurgico di fianchi e glutei è consigliata la

“Liposcultura Tridimensionale”. Per un aumento ed un rimodellamento si può ricorrere all'inserimento delle protesi (“Buttock Augmentation”) o al “Lipofilling dei glutei con cellule staminali”. Per sollevare e rimodellare i glutei si può invece intervenire con il “Filo di sutura di Serdev”. Infine, per avere un aumento non chirurgico dei glutei, risultati abbastanza soddisfacenti si ottengono con le “infiltrazioni di Macrolane”.

Vista la complessità, l'argomento sarà suddiviso in più articoli e pubblicato anche sui prossimi numeri di Vita in Coppia.

Una vera scultura in 3-D

Cominciamo con la “Liposcultura Superficiale Tridimensionale”, di cui lei è l'ideatore. Ci spiega in che cosa consiste questa tecnica?

Si tratta di una vera e propria scultura del corpo in 3-D, cioè tridimensionale, che porta il chirurgo a un lavoro di ritocco di tutte le minime disarmonie del corpo, fino al raggiungimento di un equilibrio di forme e proporzioni difficilmente raggiungibile con le tecniche di lipoaspirazione finora utilizzate.

Qual è la differenza con le tradizionali tecniche di lipoaspirazione? Come si interviene per migliorare la forma dei glutei?

È importante accentuare molto il punto vita, creando cioè una concavità che aumenti la convessità dei glutei, e approfondire leggermente la regione sacrale per slanciare la schiena e dare più risalto al gluteo stesso, rendendolo più giovanile e proiettato. Inoltre, creando due leggere concavità ai lati delle cosce, si trasforma un gluteo poco definito in un gluteo più rotondo e si allungano letteralmente le cosce.

Le cannule utilizzate sono molto più sottili (2-3 mm invece dei 5-10 mm di quelle tradizionali). Ma soprattutto, intervenendo nel grasso più superficiale, appena sotto il derma, c'è la possibilità di effettuare delle lipoaspirazioni assai più precise, meno traumatiche, e di sfruttare al massimo la capacità di retrazione della pelle, così da rendere possibile l'intervento anche in pazienti oltre i 40-45 anni di età e con pelle rilasciata. La lipoaspirazione è stata per troppi anni considerata una semplice rimozione dei cuscinetti localizzati di grasso o cellulite, presenti soprattutto ai lati delle cosce e dei fianchi, o a livello addominale, senza prendere in esame l'armonia globale del corpo femminile che costituisce la sua bellezza, e cioè quella continuità di convessità e concavità che rendono sinuosa la linea ideale della donna. Ebbene, la Liposcultura Tridimensionale si propone il rimodellamento completo di tutta la figura fem-



minile, levando dove è necessario il grasso in eccesso, ma anche reintroducendolo con speciali siringhe dove manca, per esempio nei glutei, per ristrutturarli e renderli più rotondi, più tonici, più aggressivi.

Quali sono le condizioni richieste per sottoporsi a questo intervento?

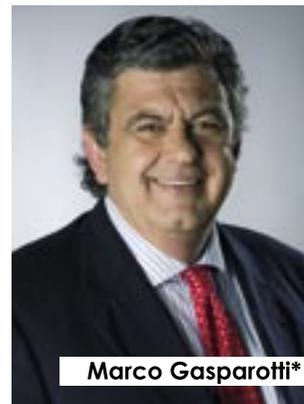
Soprattutto una buona condizione fisica. Fondamentali poi sono gli esami preoperatori, che comprendono un check up del sangue (emocromo, coagulazione, elettroliti, proteine, azotemia, glicemia, transaminasi, ecc..) e dell'urina, un elettrocardiogramma, un Rx del torace, e un esame doppler delle vene degli arti inferiori per escludere problemi circolatori alle gambe.

È un intervento molto invasivo?

Certamente non è ambulatoriale, pertanto dovrebbe essere effettuato in cliniche specialistiche dove ci sia una buona assistenza anestesio-logica e una sala di terapia intensiva, anche per i casi più limitati.

Che tipo di anestesia si richiede?

La Liposcultura 3-D può essere effettuata in anestesia locale, e quindi in regime di day hospital, o in anestesia generale o epidurale, nei casi di rimodellamenti più estesi, e questo prevede una notte di ricovero in clinica. Il chirurgo procede all'infiltrazione delle aree da trattare, con soluzione fisiologica e adrenalina, che permette di aspirare senza sanguinamento, mediante un sottile ago multiforo inserito attraverso una microincisione di 2-3 millimetri, che consente la distribuzione della soluzione acquosa e della anestesia locale in maniera uniforme e indolore. Dopo circa 10 minuti, il tempo necessario alle sostanze per produrre un effetto anestetizzante e vasocostrittore, si inizia l'intervento inserendo una sottile cannula di 2,5



Marco Gasparotti*

millimetri immediatamente al di sotto della pelle, nel grasso sottodermico, e si praticano numerosi tunnel a scollare leggermente la pelle dal grasso sottostante. Quindi, con una speciale cannula di 3 millimetri collegata a una particolare siringa, si prelevano le cellule di grasso, che verranno poi utilizzate per riempire aree di rilasciamento cutaneo, o per ristrutturare glutei che hanno poca proiezione.

Qual è il decorso post-intervento?

La paziente può tornare alle sue normali attività lavorative già il giorno successivo all'operazione, avvertendo solo un minimo indolenzimento alle gambe e ai glutei. Rimossi i bendaggi, le verrà fatta indossare per una ventina di giorni, e solo durante il giorno, una speciale guaina elastocompressiva a pantaloncino corto, con speciali rinforzi che sollevano il gluteo e mantengono la forma esattamente come voluta dal chirurgo. Il ritorno in palestra è consigliabile non prima di 15 giorni dall'intervento, e l'esposizione al sole non prima di 30 giorni. Il risultato definitivo si potrà osservare circa un mese dopo. Resteranno delle minuscole cicatrici che saranno praticamente invisibili.

I risultati sono definitivi?

Sì, il modellamento ottenuto è permanente perché le cellule adipose non si duplicano, cioè non si riformano. Se quindi la paziente dovesse in futuro aumentare di peso, lo farebbe senza ripresentare i difetti che lamentava prima dell'intervento.

*Specialista in Chirurgia estetica e plastica

Tanoressia: *una patologia emergente*

Si può essere dipendenti da molte cose, materiali e immateriali, ma per la psicologia esistono casi in cui non si può proprio fare a meno dell'abbronzatura.

di Matteo Cagnoni*

Al lungo elenco dei disturbi identificati con il termine dipendenza che sempre più numerosi affliggono l'uomo moderno, se ne è aggiunto un altro per il quale la letteratura scientifica anglosassone ha coniato il termine "Tanoressia". Tale definizione si riferisce a un abuso, su base compulsiva, di esposizione ai raggi solari. Il motivo di tale scelta, sta nel fatto che in questo tipo di addiction, il comportamento si presenta simile a quello dei pazienti con anoressia nervosa. In realtà la definizione è almeno in parte inappropriata. Infatti, i soggetti che abusano dei raggi solari, hanno note comuni con tutte le altre forme di dipendenze: al-

col, sesso, droghe in generale, ma l'abuso di sole richiama alla mente più il comportamento dei soggetti affetti da bulimia. In tutte le varianti la motivazione che trasforma un piacere in una necessità incontrollabile è alla base di un bisogno di auto-gratificazione. Tuttavia si deve osservare che il limite fra uso e abuso dei raggi solari è difficilmente definibile. Molti fattori concorrono a dilatare il range della normalità, in particolare la moda che, in tempi recenti, spinge ad assimilare l'immagine della buona salute, se non addirittura della bellezza, con l'abbronzatura. Tutto questo nonostante la campagna informativa di massa sui pericoli dell'eccessiva esposizione al sole. Pericoli prevalentemente legati alle mutazioni importanti che si sono andate manifestando

nelle caratteristiche fisiche dell'irraggiamento solare. L'aumento di tumori cutanei come melanomi ed epitelomi, è un dato statistico incontrovertibile e allarmante. Si sa che, in particolare, nel caso dei melanomi l'aumento dell'incidenza correlata all'esposizione è conseguente a esposizioni saltuarie e intense, nel caso invece degli epitelomi il fattore determinante è l'esposizione costante e prolungata. Il minimo comun denominatore dell'aumento dell'incidenza di entrambi è tuttavia, a prescindere dalle modalità di esposizione, attribuibile al notevole inquinamento radioattivo attuale. Per quale motivo, quindi, tante persone, pur informate sui rischi che corrono, insistono ad abusare del sole e oltretutto tendono ad esporsi in fasce orarie nelle quali le radiazioni UV sono più nocive? Un elemento ad alto significato promozionale è, come detto, la moda, capace di condizionare le scelte e i comportamenti degli uomini, in tutte le fasce di età. Non è da sottostimare anche il condizionamento culturale sollecitato in particolare negli anni '60 da tante canzoni i cui titoli facevano riferimento al sole e all'abbronzatura.



Ma quando un comportamento, ormai generalizzato, si converte in alcuni in una manifestazione patologica? Qual è il limite fra colui che nell'abbronzarsi rivela una naturale e attenta cura di sé e invece chi denota un ossessivo desiderio di sole? Tralasciando il riferimento alle ricerche che indicano gli effetti negativi e quelli positivi relativi all'esposizione alle radiazioni ultraviolette (UV) comprese fra 280 e 400 nm, soffermiamoci su alcuni aspetti meno noti, come il senso di benessere, l'aumento della performance fisica e la sensazione di miglioramento del tono dell'umore che si accompagnano all'esposizione prolungata agli UV. Sembra inoltre dimostrata da uno studio di M. Kaur e Coll. una riduzione dell'intensità del dolore somatico. Da una ricerca di M.L. Rao e Coll. risulta inoltre che le variazioni stagionali dell'irraggiamento influenzano l'umore oltre che nei soggetti normali anche in quelli affetti da patologia depressiva. Alla ricerca di un aumento, dopo irradiazione, di quei fattori (sostanze oppioidi) implicati nel mantenimento dello stato di benessere e nella riduzione del dolore, sono state condotte ricerche allo scopo di verificare un incremento della produzione di endorfine cutanee. Se per P.C. Levins e Coll. e M. Kaur e Coll. tale rapporto sarebbe dimostrato, altri studi non hanno confermato i risultati di queste indagini. Si deve inoltre osservare che la mancata concordanza dei risultati, potrebbe essere legata alla possibilità che solo alcuni frammenti attivi delle beta-endorfine siano proporzionalmente aumentati dopo irradiazione da UV e che quindi il valore totale delle endorfine risulti invariato o aumentato in modo non significativo. Si ritiene che la proteina p53, indotta dai raggi UV, promuova la produzione della pro-opiomelanocortina (POMC) da cui deriva la b-endorfina e l'innesco del processo biochimico favorevole al manifestarsi di questa dipendenza. Ciò, tuttavia, non significa che questo sia il principale o il solo fattore responsabile del disturbo comportamentale. Non tutti i soggetti infatti che fanno uso di sostanze capaci di determinare una dipendenza ne diventano dipendenti e molti altri fattori vanno considerati nel complesso meccanismo dell'abuso: di tipo psico-dinamico, genetico, neurochimico, sociale, comportamentale, anche se, in sintesi, le forme di addiction sono sempre caratterizzate da una patologica incapacità a controllare il proprio comportamento anche quando i danni che possono

La dispercezione corporea definita come "tanoressia" coinvolgerebbe circa il 20% della popolazione, mentre in quasi 6 italiani su 10 esisterebbe una forte propensione ad abusare dei raggi solari.

conseguirne appaiono evidenti. Uno studio su 145 soggetti usi a esporsi al sole è stato condotto dall'American Psychiatric Association valutando le risposte a un questionario che utilizza, con alcune modifiche, il test CAGE (Cut Down, Annoyed, Guilt, Eye-opener). Gli autori della ricerca hanno osservato che, a diversi livelli di coinvolgimento, il 79% dei soggetti intervistati presentavano comportamenti che suggerivano la presenza di una dipendenza o una predisposizione a svilupparne una. In particolare il 26% degli intervistati, selezionati per la loro abitudine a esporsi al sole sulla spiaggia, presentava segni evidenti di questo disturbo compulsivo. Allo scopo di verificare la frequenza con la quale il disturbo incide nella popolazione italiana, è stata commissionata un'indagine all'Istituto Demoscopico SWG di Trieste, su un campione di 600 soggetti fra i 16 e i 60 anni, estratti a caso dagli elenchi telefonici della rete nazionale. La dispercezione corporea definita come "tanoressia" coinvolgerebbe circa il 20% della popolazione, mentre in quasi 6 italiani su 10 esisterebbe una forte propensione ad abusare dei raggi solari. La ricerca suggerisce anche che il disturbo compulsivo si presenta con maggiore frequenza nel sesso femminile, con maggiore incidenza fra i 25 e i 54 anni, più nelle regioni del nord, fra chi ha una scolarità media e una pelle di natura scura e poco delicata. Nel complesso il tanoressico si identifica, sulla base dei dati ottenuti, come un soggetto che tende a prolungare l'esposizione al sole per oltre 6 ore, che si espone anche nelle ore più a rischio, che in 1 caso su 4 ricorre anche durante l'estate alle lampade abbronzanti e che le usa ripetutamente anche dopo l'estate e infine che impiega prodotti a effetto accelerante l'abbronzatura. Un soggetto su 3 considera esagerati gli allarmi lanciati dagli esperti, 1 su 4 ritiene che l'esposizione alle lampade abbronzanti non costituisca rischio alcuno; il 20% accetta il rischio di un aumento delle rughe; il 17% accetta anche di correre rischi maggiori pur di ottenere un'abbronzatura soddisfacente.

***Specialista in Dermatologia - IRDEG, Ravenna**

Cellulite 0 - Kallèis 1

Vinci la tua partita contro la cellulite

Vincere la cellulite, rimodellare e tonificare insieme?

Oggi puoi.



Da Kallèis il primo Trattamento globale anticellulite: è il numero 1, provalo anche tu!

Dopo poche settimane pelle visibilmente più tonica e compatta, inestetismi della cellulite decisamente ridotti

- ✦ SCRUB MARINO AGLI OLII ESSENZIALI
- ✦ CONCENTRATO RIMODELLANTE AZIONE FORTE
- ✦ CREMA RIDUCENTE PER CELLULITE CON CLA CARNITINA

Tonifica

Rimodella



Kallèis
naturale ricerca di benessere

Trovi i prodotti Kallèis in farmacia o su www.kalleis.com



Lampade abbronzanti: *nuovi limiti, nuovi divieti*

Saranno meno potenti e più controllate. Non potranno usarle i minorenni, le donne in gravidanza e i soggetti con problemi dermatologici.

Cambia tutto nel rapporto tra gli italiani e le lampade abbronzanti. Una relazione molto profonda, se è vero che circa 10 milioni di nostri connazionali - il 70% dei quali giovani e molto giovani - sono veri patiti dell'abbronzatura artificiale. Si prepara, infatti, ad entrare in vigore una serie di limitazioni e divieti su centri estetici e saloni per abbronzarsi con le lampade Uva: a cominciare dalle apparecchiature stesse, che verranno decisamente depotenziate rispetto al passato.

COSA CAMBIA

A 20 anni dall'approvazione della legge 1/90 sono, infatti, state definite le schede tecniche relative alle apparecchiature per l'utilizzo estetico, tra cui le lampade abbronzanti. Con questo provvedimento viene stabilito con certezza quali apparecchiature sono idonee e quali sono vietate nei centri estetici. I lettini solari, ad esempio, dovranno avere un'irradianza a norma da 0,3 W/m². Ciò significa che se le vecchie lampade assicuravano un'esposizione 6-7 volte maggiore rispetto a quella del sole, ora, con le nuove macchine, quest'esposizione è equiparata: 15 minuti di lampada devono corrispondere a 15 minuti al sole. La scheda tecnico-informativa del decreto fissa tutta una serie di regole e divieti: è proibito l'utilizzo delle apparecchiature abbronzanti a minori di 18 anni; donne incinte; persone che soffrono o hanno sofferto di neoplasie della cute; soggetti che non si abbronzano o che si scottano facilmente all'esposizione al sole.

L'utilizzo delle apparecchiature è esclusivo per fini estetici e non terapeutici. Non devono essere pertanto vantati effetti benefici. Dopo la prima applicazione occorre attendere 48 ore prima di effettuare la successiva, dopo di che le applicazioni dovranno essere effettuate a non meno di 24 ore di distanza l'una dall'altra.

LE AVVERTENZE

Il nuovo regolamento ricorda che l'esposizione al sole successiva al trattamento abbronzante nello stesso giorno è pericolosa; l'uso di apparecchiature abbronzanti (Uv) deve essere riservato a personale adeguatamente addestrato e con specifica preparazione teorico-pratica, quindi in grado non solo di condurre un corretto utilizzo delle apparecchiature stesse, ma anche di valutare le condizioni della cute del soggetto.

LA SITUAZIONE

A oggi la gran parte dei centri estetici e dei solarium non dispone delle nuove lampade. Quindi, oltre a osservare le nuove regole, gli esercenti dovranno adeguare le loro apparecchiature in fretta.

* Dirigente medico dell'Istituto Dermatopatico dell'Immacolata di Roma

Campionato Mondiale della Pizza 2012

Giunto alla XXI edizione, il Campionato Mondiale della Pizza è in procinto di accogliere, nuovamente, 6.000 curiosi, appassionati ed addetti ai lavori di uno degli alimenti più conosciuti al mondo e di invenzione inequivocabilmente italiana.

A Salsomaggiore Terme, dal 16 al 18 Aprile, 500 cuochi e pizzaioli si incontrano per raccontare la pizza e per darsi battaglia a colpi di farina, mozzarella e pummarola.

La kermesse culinaria ha importanza internazionale: come per le edizioni passate, sfiliranno e si sfideranno i pizzaioli di oltre 30 nazioni (America, Francia, Spagna, Germania, Brasile, Messico, Albania, Croazia, Giappone, India, Marocco, Argentina, Canada, Filippine, etc...).

Il programma della manifestazione più importante e conosciuta nel settore pizza e ristorazione prevede le gare gastronomiche di preparazione della Pizza Classica, Pizza in Teglia, Pizza Napoletana S.T.G., Pizza a Due, Pizza senza Glutine e il

Trofeo Heinz Beck (primi piatti in pizzeria).

Attese e curiose, inoltre, le diverse gare di abilità: saranno premiate le pizze più larghe, il pizzaiolo più veloce, stile libero acrobatico individuale e a squadre e la migliore presentazione della pizza.

La manifestazione è aperta al pubblico: i più golosi potranno gustare le pizze di campioni e concorrenti ed assistere alle gare di gastronomiche durante la mattina di lunedì 16 e di martedì 17 aprile e alle gare di abilità nei pomeriggi. La giornata di mercoledì 18 aprile sarà invece dedicata alla finalissima per le gare di acrobazia e al Gran Galá della Pizza.

Ogni specialità sarà valutata da esperti internazionali secondo criteri di valutazione concordati.

A cornice delle competizioni, suggestivi spettacoli acrobatici a squadre con pasta della pizza, installazione di statue realizzate in pasta di pane e degustazioni varie.



Selenella Perché salvaguardare la qualità Made in Italy

Il prezzo va sempre rapportato al livello di qualità e al valore intrinseco offerto dai prodotti

Il tema della **tutela del Made in Italy** è un argomento importante che coinvolge aziende e consumatori. A volte si nota come prodotti importati dall'estero abbiano prezzi più competitivi rispetto alle produzioni nazionali, ma va sottolineato che si tratta di prodotti dalle caratteristiche qualitative diverse. **Selenella, patata 100% italiana prodotta dal Consorzio delle Buone Idee, ha fatto dell'italianità un punto di forza.**

"L'Italia è deficitaria rispetto al fabbisogno nazionale di patate e ciò determina l'ingresso sul nostro mercato di una certa quota di prodotti di origine estera - spiega **Giuliano Mengoli, direttore del Consorzio** - ma i prezzi più bassi che può accadere di rilevare su queste produzioni importate

corrispondono a livelli qualitativi diversi rispetto ai nostri parametri e riguardano prodotti che offrono un valore intrinseco certamente inferiore.

La produzione italiana - prosegue il dott. Mengoli - **gode di prerogative uniche** riguardo agli aspetti qualitativi e alle caratteristiche specifiche dei prodotti come testimoniano i **riconoscimenti DOP e IGP** riservati ad alcune aree di produzione. I produttori **emiliano romagnoli** aderenti alle **Organizzazioni di Produttori** Assopa e Appe hanno saputo esprimere, insieme al mondo cooperativo e commerciale privato del nostro territorio, **la nascita di consorzi di valorizzazione della produzione** come quelli della patata di Bologna DOP e della patata Selenella. Questi consorzi sono nati a garanzia del prodotto e ne assicurano l'elevato

standard qualitativo attraverso **certificazioni di filiera**, sistemi di controllo particolarmente restrittivi e rispetto di **specifici disciplinari di produzione**. Inoltre, **formule di contrattualistica** a tutela del sistema produttivo e dell'intera filiera garantiscono la conservazione di un know-how che è un vanto della produzione agronomica nazionale".





**Le aziende
informano**

Dal magico mondo **Pan di Stelle** è in arrivo una dolce bontà: il nuovo **Mooncake Pan di Stelle**. Un prodotto unico che sorprende sin dal primo morso grazie al **soffice pan di spagna al cacao** che avvolge un sorprendente **cuore di crema dal intenso sapore di cioccolato**.

Perfetto per concedersi una dolce evasione dallo stress e dalle preoccupazioni quotidiane, il nuovo Mooncake Pan di Stelle è una vera golosità da assaporare lentamente, ad ogni morso.

Ideale da consumare alla fine di una giornata frenetica, come **dolce spuntino** o per regalarsi uno **speciale momento di "coccola"** nel dopocena, il nuovo Mooncake Pan di Stelle sarà il delizioso protagonista di una golosa esperienza di relax ... straordinariamente soffice e al tempo stesso magicamente cremosa!

Inoltre, grazie ad un innovativo metodo di cottura che permette di godere a pieno la bontà degli ingredienti e all'apporto calorico contenuto (121 kcal per pezzo!) il nuovo Mooncake Pan di Stelle è una golosità in perfetto equilibrio tra gusto, cremosità e leggerezza.

Disponibile in confezione da 4 pezzi monoporzione, il nuovo Mooncake Pan di Stelle è l'ultima magica novità della linea Pan di Stelle, che ad oggi si compone del famoso Biscotto, della Merendina, dei Cereali per la colazione, della Torta e delle Barrette.



Nuovo MOONCAKE

Pan di Stelle

*Quando il pan di spagna più soffice
abbraccia un cuore di crema al
cioccolato nasce un pianeta di
coccole ... tutto da scoprire!*



**Il nuovo Mooncake
Pan di Stelle regala un nuovo
modo per concedersi
una coccola al cioccolato.**

L'idea in più:

Il nuovo Mooncake Pan di Stelle è buonissimo **da provare anche caldo**: basterà mettere il dolce snack, con il suo vassoietto, nel microonde per 10 secondi a bassa intensità (160W) ... il suo cuore caldo conquisterà i più golosi!

La Chiatti meglio della Satta



Dopo le varie dichiarazioni bollenti che hanno visto Melissa Satta e il calciatore del Milan Kevin Prince Boateng al centro del gossip per le loro "sette/dieci volte" di sesso a settimana, a ribattere troviamo Laura Chiatti che racconta di fare l'amore dieci volte a settimana con l'attuale compagno, il cestista di Firenze, Davide Lamma. È una sfida

rosa tutta sul sesso. Un'altra collega, Sara Tommasi, ha dichiarato che è importante soddisfare il proprio partner sotto le lenzuola, e lei insieme al focoso conte Alessandro Verga Ruffoni Menon, ha dichiarato di fare l'amore almeno cinque volte al giorno.

James e Kimberly Van Der Beek genitori per la seconda volta

L'attore, protagonista di "Dawson's Creek", ha annunciato il 13 marzo via Twitter la nascita del suo secondogenito. James Van Der Beek e la moglie Kimberly, sposati nel 2010, sono già genitori di Olivia (17 mesi).



Charlize Theron ha adottato Jackson

La splendida attrice sudafricana, Charlize Theron, ha adottato un bambino afroamericano di nome Jackson. Il piccolo è nato negli Stati Uniti. Dopo nove anni di relazione con Stuart Townsend, Charlize è tornata single e ha deciso di fare questo passo importante. Ha sempre dichiarato la sua voglia di maternità. Ora è mamma ed è orgogliosa di essere in grado di ricoprire questo ruolo da sola.

SAMSUNG GALAXY BEAM: *smartphone-proiettore*

In occasione del Mobile World Congress di Barcellona - 27 febbraio/1 marzo, Samsung, il marchio che l'anno scorso si è affermato non solo come alternativa a Apple ma anche come leader del ricco mercato Android grazie a prodotti quali Galaxy S2, Galaxy Note e Galaxy Nexus, propone il Galaxy Beam, uno smartphone Android 2.3 che integra un pico-proiettore, da usarsi per mandare su una parete immagini e video che arrivano anche a 50 pollici di dimensione. Per il resto è un telefono multimediale completo. Tra le caratteristiche del Galaxy Beam troviamo il supporto alle reti HSPA (14.4/5.76 Mbps), GSM/GPRS ed EDGE, display TFT da 4.0" con risoluzione di 480x800 pixel, processore dual core da 1.0GHz, fotocamera posteriore da 5 megapixel con autofocus, fotocamera anteriore da 1.3 megapixel, player multimediale, connettività Bluetooth 3.0+HS, WiFi 802.11 b/g/n 2.4GHz, MicroUSB, USB 2.0, jack audio da 3.5mm, 6GB di RAM, 8GB di memoria integrata, MicroSD slot (fino a 32GB) e batteria da 2000 mAh. Le dimensioni sono di 64.2 x 124 x 12.5 millimetri per 145.3 grammi. Può occupare uno spazio interessante per manager, venditori, formatori, docenti e in generale chi parla in pubblico. Samsung ha dichiarato che il Galaxy Beam sarà in vendita in UK a partire da Luglio al prezzo di circa 450 euro.



Smartphone e tablet: stop ai ladri



Un software gratuito vi permette di rintracciare il vostro smartphone o tablet rubato.

Vi hanno mai rubato il cellulare? Quando accade la rabbia è tanta, soprattutto se ad essere stato sottratto è l'ultimo modello di smartphone che avevate tanto desiderato (e anche pagato). In realtà, a preoccuparvi maggiormente dovrebbe essere il pensiero che uno sconosciuto ha nelle mani tutta la vostra vita privata. Infatti ormai i nostri cellulari sono divenuti i custodi di tutti i momenti, le informazioni, le preferenze ed i segreti delle nostre giornate. Sul cellulare archiviamo foto, numeri di telefono, messaggi, appunti, e così via. Se tutte queste informazioni cadessero nelle mani sbagliate il danno sarebbe

ovviamente molto più grande di quello di perdere quel contenitore tecnologico che chiamiamo cellulare.

Per difendere i nostri dati privati esistono prodotti che forniscono una serie di livelli crescenti di protezione. Ne è un esempio "Anti-Theft for Mobile" di F-Secure, un'applicazione scaricabile gratuitamente che permette di controllare da remoto (a distanza) il cellulare che abbiamo perso o che ci hanno rubato. Inviando un sms con un particolare codice al nostro telefono, questo verrà bloccato fino a quando non lo ritroveremo ed inseriremo il PIN di sblocco. Una volta bloccato, tramite un altro comando, il cellulare che abbiamo smarrito può segnalarci la sua posizione inviandoci le coordinate visualizzabili sulla mappa di Google. Nel caso in cui sia stato effettivamente rubato, e nel momento in cui il ladro tenta di cambiare la sim, il nostro cellulare ci invierà in automatico il nuovo numero da poter utilizzare per effettuare una denuncia. Infine, nel momento in cui ci rendiamo conto che i nostri dati sensibili sono in pericolo, possiamo inviare un ultimo codice che cancella tutta la memoria del cellulare, lasciando nelle mani del ladro solo una custodia di plastica inutilizzabile. Ormai siamo abituati a proteggere con vari sistemi la casa, l'automobile, il pc, perché non fare lo stesso con il cellulare? Soprattutto se non costa niente.



mirtillo[®]
KIDSWEAR *Italian* STYLE



Info Franchising



Carrè Otis per Elena Mirò

Se le passerelle sono delle taglie piccole, e a volte anche troppo, il mercato è loro, delle donne reali, vere, le taglie dalla 44 alla 48, morbide e disinvoltate per **Elena Mirò**.

A rappresentarla **Carrè Otis**, che è stata magrissima ed ossessionata da bellezza e peso. "Le donne devono imparare ad amarsi e a stare bene con la propria taglia, senza farsi ossessionare troppo da quella bellezza assoluta. Io l'ho fatto da giovane e ho sofferto tantissimo".

Backstage animatissimo per **Fendi**, fotografi scatenati e poi in passerella pochi minuti per giocare un'intera stagione di lavoro.

L'attenzione è ai tessuti, alle stampe e agli accessori raffinati e moderni insieme.



Fendi

MODA, IL MIGLIORE MADE IN ITALY

Luci giuste, modelle in posa, sono le foto da backstage, quelle ambite dai magazine di maggiore successo.

Sulla passerella di **Prada**, ogni stagione si sfida sull'immagine di una donna contemporanea. E allora eccola osare con una principessa virtuale quasi eroina da videogame. Tessuti ricercati, colori forti e braccia nude. Eccessiva ma efficace.

Immagini forti e decisive arrivano anche dalla passerella di **Moschino**, con cappotti e mantelle per aumentare la femminilità, fatta di braccia scoperte, punto vita segnato come da **Francesco Scoglioniglio**. Amatissimo da star come Madonna e Lady Gaga, ha cucito più di un abito da red-carpet.

L'abbiamo vista anche a Sanremo, e la ritroviamo a sfilare per **Roccobarocco**, Ivana Mrazova, eleganza dal maschile al femminile.

Vediamo poi che da Brunello Cucinelli il cachemire si trasforma e si declina in mille modi, giacche e cappotti, stile dagli anni '20 agli anni '80, ma tutto molto contemporaneo.



Moschino

22/28
febbraio
2012

filate Milanesi



TWITTER SBARCA ALLE SFILATE MILANESI

Battute, foto e immagini. In prima fila, giornaliste e direttori si scatenano con commenti in diretta. Graditi i **pantaloni firmati da Armani** per Emporio, lunghezza al ginocchio da usare anche sotto ad una gonna. Tacchi bassi e grande attenzione per gli accessori.



Il nuovo lusso per gli accessori, infatti, è il lavoro ricercato per combinare qualità e forma, come per le icone di Casa Tod's, lo stivaletto ha il tacco altissimo, ma è comodo ed è in pelle pregiata, con dettagli anni 20. Poi c'è Nikki, la borsa da chiamare per nome, rivisitazione di un pezzo storico. Sempre su **twitter** volano le immagini di **Raf Simons**, lo stilista che ha lasciato Jill Sander con un'ultima sfilata incredibilmente raffinata.



Belle, vistose, esagerate. Dagli scatti in backstage alla pedana **Blumarine**, non hanno paura di farsi notare. Avvolte da abiti in argento, coperte di pellicce colorate inguaiate in tute maculate. Il nero non manca ma ad **Anna Molinari** piace osare in creatività e innovazione.

Femminile, glamour, moderna è la donna di **Iceberg** per Paolo Gerani, pantaloni come una seconda pelle, sete stampate, giacche e cappotti lavorati con intarsi.

Mai come quest'anno a Sanremo si è parlato di abiti indossati o indumenti dimenticati, da **Etrò** è arrivata la vincitrice del festival, **Emma Marrone**. Per la cantante l'abito nella musica, nell'arte, è fondamentale perché aiuta a veicolare le emozioni. Non c'è quindi solo un impatto sonoro della voce ma anche un impatto visivo.

Stilisti che lasciano e cambiano panchina come **Raf Simons**, che saluta **Jill Sander**, probabile nuovo designer per Cristian Dior e nomi che appartengono e raccontano sempre la loro squadra. Come **Antonio Marras** la Sardegna nel DNA e la poesia come riferimento.



Jill Sander

In passerella storia e racconto di un romanticismo struggente. Piace l'abito in questa minor collezione, al ginocchio, segnato in vita, tessuti ricercati, colori scuri, è

questa la riscelta di **Tomas Maier** per **Bottega Veneta**, mentre **Gabriele Colangelo** riconferma la sua abilità nel rimescolare i tessuti, combinare materiali dai feltri alle sete, colori dal rosso al grigio, tutto è ricercato.

E se la moda è sempre a caccia di nuove ispirazioni, per raccontarsi, **Furla**, si è inventata la sfilata per le borse, volto e corpo delle modelle celato, accessorio in primo piano.

L'accessorio si riconferma un intramontabile passione femminile, quella che dà grandi fatturati per il made in Italy. E allora abitini in seta colorata, romantici cappotti e vestiti a kimono da **L'autre Chose**, si portano con mocassini maculati o sandali dal tacco altissimo.

Per Alfredo Beccaccini - L'Autre Chose il Tacco dev'essere alto ma furbo, una cosa nascosta che dà lo slancio del tacco ma la comodità dei 6centimetri che tutti cercano.



MODA MILANESE CON DUE BELLISSIME ATTRICI ITALIANE

I francesi la chiamano la "sublime italien", e lei **Monica Bellucci**, forme generose e sensualità mediterranea, è arrivata in Italia per la sfilata degli amici Dolce&Gabbana. Barocco siciliano in passerella con ricami e intarsi e piccolo punto, e la voglia di ricordare insieme a Monica il loro inizio.



Monica Bellucci alla sfilata Dolce&Gabbana

Mentre per **Laura Biagiotti** c'è **Virna Lisi**

che ricorda, pensando alla Notte degli Oscar, l'emozione che provò lei come presentatrice, e quella che proveranno gli attuali attori seduti in prima fila, nel sentir nominare il proprio nome.

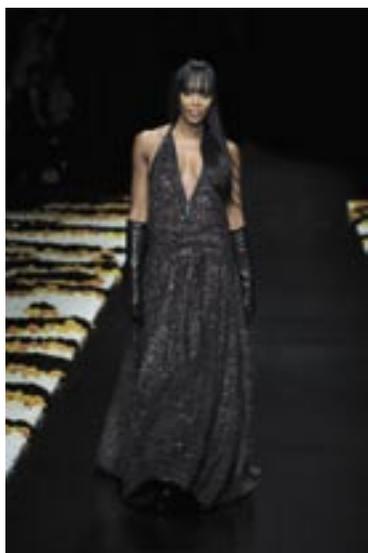


Dolce&Gabbana

UN GRANDE RIENTRO DELLA TOP MODEL NAOMI CAMPBELL, LA PIÙ FAMOSA AL MONDO

Quarantuno anni suonati, chiacchierata per il cattivo carattere, poco amata per i suoi capricci, eppure torna in passerella **Naomi Campbell** ed è il ritorno di una star. Un'attrice della moda, come l'ha chiamata **Roberto Cavalli**, l'ha voluta per la sua ultima campagna. Fotografata da Steven Meisel, in esclusiva sulla sua passerella, l'abito lungo, la schiena nuda. Ha dimostrato che le star delle passerelle rimangono ancora loro, le top model degli anni '90.

"Fare l'attrice è sempre stato il mio sogno, quindi ho vissuto le passerelle come delle vere e proprie performance. Ogni volta che mi sono trovata d'avanti un abito, ho cercato di interpretarlo. Non mi sento vecchia per sfilare. Non sono tecnologica come tutte queste ragazze, non twitto, non ho facebook, amo troppo la mia privacy per raccontarmi al mondo intero".



Naomi Campbell per Roberto Cavalli

Hanno lavorato di fianco al maestro e ora tocca a loro. **Federico Piaggi e Stefano Citron**, sono i nuovi designer da **Gianfranco Ferrè**. C'è la storia delle costruzioni sartoriali, care all'architetto della moda, ma anche uno sguardo e un'energia nuova.



Gianfranco Ferrè

Pezzi concreti e glamour insieme, come dimostra di apprezzare il mercato.

In chiusura **Giorgio Armani** invita le donne italiane "di potere" a sostenere e indossare abiti made in Italy, perché una giacca ben tagliata o un vestito prezioso, sono una bella bandiera italiana nel mondo.

UN MITO, LE TOP MODEL DEGLI ANNI '90

Un tempo c'erano loro, corteggiate dai fotografi, strapagate con contratti da favola. Belle, sensuali e con grande carattere. **Naomi Campbell** con la sua grinta, **Claudia Schiffer** la bionda teutonica, **Cindy Crawford** tutta energia e **Kate Moss** regina degli eccessi. Erano gli anni '80 e '90, tutto era esagerato e le super model raccontavano quella realtà.

"A noi piacevano gli abiti, e ci piaceva indossarli. Eravamo le protagoniste di un momento importante della moda."

- Naomi Campbell -

Ed ecco i nuovi volti della moda, tante giovani, spesso troppo magre e quasi sempre senza grande personalità.

Russe, moldave, olandesi o brasiliane. Arrivano in piccoli eserciti. Posano per fotografi. Salgono in passerella, ma spesso durano lo spazio di una stagione. Qualche sfilata e via. Passano e svaniscono.

E che il mito delle top model anni '90 non sia ancora tramontato, lo ammettono anche loro, le modelline.

"Quand'ero ragazzina esistevano solo loro, Naomi Campbell, Claudia Schiffer, e oggi sfilero con Naomi, non ci posso credere. Sono molto emozionata."

- giovane modella -



Naomi Campbell



Claudia Schiffer



Cindy Crawford



Kate Moss

Snelly Crock

La nuova pausa tutto gusto e leggerezza

Pesoforma, da sempre amico della linea e del dimagrimento, oggi presenta una sfiziosa novità.

Snelly Crock è il nuovo snack salato **gustoso e croccante**, ma allo stesso tempo leggero e salutare, adatto a chi vuole tenere sotto controllo grassi e calorie, senza rinunciare al gusto.

Snelly Crock è uno snack sano perché:

- è a base di soia (36,7%) e patate;
- non fritto;
- con il 70% di grassi in meno rispetto alle patatine tradizionali;
- ricco in proteine vegetali di soia e fibre;
- apporta solo 97 kcal per porzione;
- apporta circa il 30% di calorie in meno rispetto alle patatine tradizionali (circa 500 kcal per 100 gr.).

Nel formato da 3 sacchetti da 25 gr. l'uno, Snelly Crock è pratico da tenere sempre con sé, in ufficio o a casa, per una pausa da soli o in compagnia.

Ottimo per un break light e sfizioso, adatto a chi segue un regime dietetico per il controllo del peso.



*Snelly Crock,
lo snack gustoso e stuzzicante
leggero come un petalo*

Accadde un anno fa

11 marzo



Terremoto in Giappone

Un terribile terremoto, di magnetudo 8.9, ha colpito il Giappone, uccidendo oltre 10mila persone. Questo ha messo a rischio emergenza nucleare tutto il mondo, perchè vi sono stati danni alla centrale di Fukushima.

17 marzo



1861-2011: Auguri Italia!

Ricorre il 150° anniversario dell'Unità d'Italia. Si ricorda la promulgazione della legge n.4671 del Regno di Sardegna con la quale il 17 marzo 1861, Vittorio Emanuele II proclamò ufficialmente la nascita del Regno d'Italia, assumendone il titolo di re per sé e per i suoi successori.

23 marzo



Addio Elisabeth

All'età di 79anni, il mondo di Hollywood dice addio ad Elisabeth Taylor, nota anche come Liz Taylor, la diva dagli occhi viola amatissima nel cinema.

29 aprile



Finalmente sposi!

A Londra si sono celebrate le tanto attese nozze tra William d'Inghilterra e Catherine Middleton. Dopo la cerimonia, i festeggiamenti sono continuati a Buckingham Palace per il buffet di nozze.



Moda

Cosmoprof Worldwide Bologna

9/12 marzo 2012

*Con oltre 170.000 visitatori
si conferma leader mondiale*

Si è chiusa la 45ma edizione di **Cosmoprof Worldwide Bologna** che ha confermato la sostanziale tenuta della Manifestazione, in un clima di positivo sguardo al futuro.

175.703 presenze nei quattro giorni sono la conferma che Cosmoprof è tra le più grandi manifestazioni italiane e tra le più internazionali: evento di riferimento per gli espositori stranieri, che sono cresciuti quest'anno del 5%, e per i visitatori internazionali che sono stati oltre 40.000.

2.320 gli espositori provenienti da oltre 70 paesi, e cinque nuovi Country Pavillion: Messico, California, Brasile, Paesi Bassi e Romania, che portano a 20 il numero delle collettive di paesi produttori presenti in Fiera.

“Con questi risultati Cosmoprof Worldwide Bologna conferma il suo ruolo di appuntamento leader mondiale del settore - afferma Duccio Campagnoli, Presidente di BolognaFiere e SoGeCos, società organizzatrice della manifestazione; un obiettivo raggiunto con concretezza e impegno che dà ancor più spinta al

Cosmoprof Worldwide Bologna

progetto di BolognaFiere di ripartire da questa edizione per diventare ancora di più la più grande piattaforma internazionale dell'industria della cosmetica e del benessere e per un supporto ancor più forte del Made in Italy e per questo ci fa molto piacere la conferma venuta dalle presenze di visitatori esteri".

"Cosmoprof conferma anche la possibilità per Bologna di ospitare grandissimi eventi - ha concluso Campagnoli - e questo ci indica la necessità di lavorare perché il quartiere fieristico di Bologna e la città si collochino ancora di più tra le grandi mete e le più grandi sedi fieristiche internazionali".

Di grande rilievo e successo gli eventi che hanno portato a Bologna la presenza delle più grandi case con gli Awards di Accademia del Profumo ed Elle Beauty per i prodotti più votati nelle profumerie italiane, tantissimi i convegni e gli incontri dei buyers. Notevoli anche i dati della prevendita on line sul sito **www.cosmoprof.it** con oltre 46.557 biglietti venduti, ed enormi i numeri della visualizzazione del sito internet con 652.508 click: i più numerosi dagli USA, Francia e Inghilterra.

Da segnalare inoltre, a conferma del successo della manifestazione, la presenza degli oltre 600 giornalisti accreditati dall'ufficio stampa e l'attenzione dei media generalisti e specializzati, con decine di passaggi televisivi che hanno messo in onda il volto di Cosmoprof.

Soddisfazione da parte delle imprese aderenti all'Associazione degli Industriali italiani della cosmesi (Unipro) e del Presidente Fabio Rossello che dice "Questo è un Cosmoprof concreto: durante la Fiera l'industria ha risposto con innovazione e coraggio alle richieste dei buyer internazionali che da tutto il mondo hanno visitato Bologna. Questa nuova edizione di Cosmoprof ci dà grande ottimismo per il futuro grazie all'impegno del Gruppo BolognaFiere e alla collaborazione con Unipro e alla sinergia tra la nostra associazione e l'organizzazione della manifestazione."



cereria
ronca
LIGHT & COLOURS

CERERIA RONCA Srl - Mattarello di Trento
Tel. +39 0461 946030 - www.cereriaronca.it

foto: Nadia Bodo

dreamOn

haircare



solo nei punti vendita selezionati

Per Bespoke la salute e la bellezza dei capelli sono cose importanti.

DreamOn è la nuova linea haircare professionale creata da Bespoke Italia. E' composta da 20 referenze: 5 shampoo, 6 conditioner e 9 tra styling e finish, è realizzata con un pack riciclabile al 100% ed è fornita di carta specificata FSC. Tutta la gamma offre qualità, combinazioni di ingredienti vegetali, agenti attivi biomarini, enzimi naturali, olio di jojoba, olio di lino e di avocado, estratti di omega 3, vitamina C, alghe rigeneranti e molto altro. Fattori che agiscono sulla bellezza del capello e sulla cura di esso, a differenti livelli di antiaging.



www.bespokeitalia.com
made in Italy

NIKA

ITALIAN BEAUTY EXCELLENCE



NIKA ITALIAN BEAUTY EXCELLENCE™ si afferma in poco tempo sul mercato dell'hair care, dimostrando una dinamicità unica e proponendo soluzioni dal carattere rivoluzionario. Con una linea di prodotti di alto livello, fin dal debutto, l'azienda si è imposta l'obiettivo di soddisfare i sogni dei propri clienti in modo esclusivo, con prodotti innovativi e servizi strategicamente studiati per essere costantemente al servizio dei propri distributori.

Il carattere innovativo di NIKA IBE si afferma nel business dell'anticrespo, con soluzioni che si propongono con una durata di oltre 3 mesi e una kermesse di servizi straordinari che, inserendosi come punti di forza nei menù dei saloni italiani, hanno accelerato il passaparola tra clienti, rendendo i saloni che hanno scelto NIKA IBE il punto di riferimento più scelto nella propria area di locazione.

Migliaia sono le consumatrici dai capelli lucidi e senza crespo che hanno sperimentato la qualità dei prodotti NIKA ITALIAN BEAUTY EXCELLENCE™, beneficiando dei nuovi servizi della linea Fairy Silk, il liscio sublime™ effetto seta. Il successo del marchio NIKA ITALIAN BEAUTY EXCELLENCE™ ha ricevuto conferme esclusive dalla partecipazione a Cosmoprof 2012, che quest'anno ha registrato un passaggio di oltre 175.000 ingressi.



LA BELLEZZA
DEI TUOI CAPELLI
RAGGIUNGE
L'ECCELLENZA

Fairy Silk

Fairy Silk

IL LISCIO SUBLIME EFFETTO SETA

Visitaci su www.nika.it





Si chiudono con successo i due appuntamenti internazionali dedicati agli accessori di moda in pelle e alle calzature.



Si è concluso con successo **MICAM SHOEVENT**, l'appuntamento internazionale dedicato alle calzature di fascia alta e medio-alta, organizzato da ANCI, Associazione Nazionale Calzaturifici Italiani, presso i padiglioni di Fiera Milano Rho. 36.049 operatori del settore, di cui 18.687 stranieri, hanno sottoscritto gli ordini per l'autunno/inverno. Vero punto di riferimento per l'intero settore delle calzature.

Tutti gli amanti delle scarpe hanno avuto la possibilità di partecipare a eventi all'insegna dell'eccellenza calzaturiera italiana e conoscere la **piattaforma e-commerce www.iloveitalianshoes.eu**, attraverso cui è possibile acquistare online calzature made-in-Italy a prezzi ridotti.

In concomitanza al Micam, il polo fieristico di Milano-Rho ha ospitato **MIPEL**, il salone Internazionale della Pelletteria.

16.401 visitatori totali contro i 17.440 di marzo 2011, ma non si può parlare di trend negativo perché i buyer presenti durante i quattro giorni di manifestazione hanno dimostrato una **netta propensione all'acquisto**. Contatti che si sono tramutati in ordini.

Un'occasione unica per scoprire le tendenze del momento su borse e accessori in pelle sempre più determinanti per l'evoluzione del fashion, ma anche l'appuntamento più atteso per celebrare la fantasia di artigiani e industriali proveniente da ogni parte d'Italia e da numerosi paesi esteri.



NANNINI

www.nannini.it

ASTORE

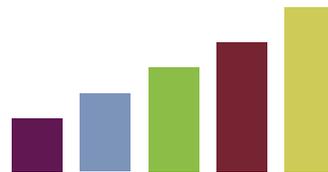
VENEZIA



In pelle naturale dipinte a mano - Natural leather handpainted



VOLUM



www.volumbags.com

Lo stile ricercato e l'attenzione al dettaglio contraddistinguono sia le linee da festa e cerimonia che quelle casual del noto marchio spagnolo.

La stagione estiva di VOLUM BAGS arriva carica di colori, incanto e freschezza con una vasta gamma di modelli.

BLUE NOTTURNI

La predominanza delle tonalità blue in tutte le sue gradazioni: lavanda, avio, marino, indaco, turchese, smeraldo, zaffiro... è la novità di questa stagione. Il "ton sur ton" è il protagonista di questa linea con modelli prevalentemente da sera, misure ridotte e materiali delicati.

COLORI DEL DESERTO

Lavorazioni eco-compatibili, colori naturali, tinte polverose, materiali rettili e tele canvas sono il comune denominatore per piccole tracolle eleganti e pochette "evening".

ROJO PASIÓN

Capienti borse e shopping bags da giorno e glamour ed eleganti pochette da sera, linee pulite e una gran passione per il rosso: dal corallo, al ciliegia passando per il cremisi.

IL FASCINO DEGLI ARGENTATI

Argento invecchiato, strass e polvere di luna per i nuovi vintage sobri, ma luminosi, d'ispirazione Charleston.

BIANCHI ESTIVI

Morbidi handy bags e borse clutch white&white che accettano solo i dettagli dalle tonalità pastello.

INTRAMONTABILE NERO

Ultra-chic e nero profondo: un grande classico del look elegante di tutti i tempi. Piccole pochette e clutch rigorosamente neri con particolari gioiello o piccoli strass.



COLORI A CONTRASTO
Colori estivi a contrasto per le nuove borse kelly, tonalità variopinte per le perline in legno che arricchiscono pochette di stoffa e un'esplosione di colore e freschezza segna il carattere di questa linea con modelli volutamente vistosi.

L'INCANTO DEL ROSA
Il fucsia condivide protagonismo con il rosa polvere per dare personalità ad un ritrovato romanticismo ricco di mini-bags con tracolla e handy bags.

Gattinoni

www.gattinoni.com



100 anni di Migliore Visione con Carl Zeiss Vision



L'occhio è il nostro organo di senso più importante e la vista rappresenta il 90% della nostra esperienza sensoriale: è la nostra finestra sul mondo che ci permette di distinguere i colori, i contrasti, la luce e l'oscurità. Avere una **migliore visione** aiuta a **migliorare la qualità della nostra vita**. Un compito di grande responsabilità, che richiede precisione e rigore, a cui Carl Zeiss Vision, divisione oftalmica di Carl Zeiss, si dedica quotidianamente da 100 anni, raggiungendo massimi livelli in termini di eccellenza, precisione, tecnologia.

Nel corso della sua storia, iniziata nel 1912, quando Carl Zeiss presentò al mercato **Punktal**, la prima lente di precisione con immagine focale puntuale, i prodotti a marchio ZEISS si sono progressivamente evoluti, sviluppando tecnologie d'avanguardia, che rappresentano importanti pietre miliari nel settore delle lenti oftalmiche. Una grande rilevanza meritano le tecnologie **PhotoFusion** e **i.Scription®**, che permettono di ottenere lenti a scurimento automatico che reagiscono più velocemente che mai alla variazione delle condizioni di luce, non costringendo ad un continuo cambio di occhiale fra ambienti chiusi e aria aperta e offrendo protezione dai dannosi raggi UV e **i.Scription®**, per un'esperienza visiva unica e una visione eccellente in qualsiasi momento della giornata, soprattutto

di notte e al crepuscolo, in presenza di scarsa luce naturale, o di riflessi causati da luce artificiale, grazie alla correzione delle aberrazioni sia di basso sia di alto ordine, precedentemente individuate grazie ad uno specifico strumento di analisi ZEISS.

Gli ultimi due nuovi importanti traguardi firmati ZEISS, introdotti sul mercato per celebrare il suo centesimo anniversario, sono **MID** e **DuraVision Platinum**. **MID (Maximum Intermediate Distance)** è una tecnologia innovativa che garantisce il benessere ottimale degli occhi sul luogo di lavoro con una visione nitida e rilassata nel campo visivo a breve e medio raggio, grazie al calcolo della distanza media ottimale necessaria per ognuno.

DuraVision Platinum è, invece, un nuovo trattamento per ottenere lenti ultrasensibili all'usura e allo sporco. Questa tecnologia, infatti, consente agli strati che compongono la lente di aderire con precisione l'uno sull'altro, rendendo le lenti più resistenti agli agenti nocivi esterni e semplificando la vita quotidiana dei portatori di occhiali.

JOBS *Cosa farai da grande?*

Prima di tutto, voglio spiegarti la differenza tra work e job. Quello che identifichi con job è il compito che hai, quello per il quale sei pagato. Con work si intende invece il lavoro che fai, ovvero le mansioni di cui ti occupi nello svolgimento del tuo job.

EXAMPLES:

What do you do?

I am a policeman, that is my job.

What do you do in your job?

I work with other policemen to keep public order.

DIFFERENT JOBS

Accountant/contabile

An accountant sorts out my money and taxes.

He works in an office.

Un contabile si occupa dei miei soldi e delle tasse.
Lavora in ufficio.

Baker/panettiere

The baker makes bread and we buy it in the morning.

He works in a bakery.

Il panettiere fa il pane e noi lo compriamo la mattina.

Barman OR barmaid/ barista uomo O barista donna

The barman serves drinks in the pub.

– He is my hero! – He works in a pub.

Il barista serve da bere al pub.

– È il mio eroe! – Lavora in un pub.

Builder/muratore

The builder builds buildings and houses.

He works on a building site.

Il muratore costruisce edifici e case.

Lavora in un cantiere.

Butcher/macellaio

The butcher prepares and sells meat.

He works in a butcher's.

Il macellaio prepara e vende la carne.

Lavora in una macelleria.

Chef/cuoco

The chef prepares and cooks food. He works in a kitchen.

Il cuoco prepara e cucina il cibo. Lavora in una cucina.

Cleaner/persona addetta alle pulizie

The cleaners cleans. She works in offices, bars and houses.

John Peter Sloan autore, attore dei best seller "Instant English" e "English in viaggio", ritorna a settembre con lo speciale "INSTANT ENGLISH 2" e con quel geniale humor che l'ha trasformato nell'insegnante d'inglese di tutti gli Italiani!

Ricco di tante curiosità e facili approfondimenti, "Instant English 2" si candida, ancora una volta, come il CORSO PIU' RIVOLUZIONARIO DEL MOMENTO, ancora più ricco e completo!



Guarda la presentazione
del nuovo libro di John Peter Sloan
"INSTANT ENGLISH 2"
sul tuo telefono cellulare.
Segui le istruzioni a pag. 49



La persona addetta alle pulizie pulisce. Lavora in uffici, bar e case.

Dentist/dentista

The dentist looks after people's teeth. He works in a dentist's.

Il dentista si prende cura dei denti delle persone. Lavora in uno studio dentistico.

Doctor/dottore

The doctor looks after people's health. He works in a hospital or surgery.

Il dottore si prende cura della salute delle persone. Lavora in un ospedale o in ambulatorio.

Fireman/pompieri

The fireman extinguishes fire. He works in a fire station and in buildings.

Il pompiere spegne il fuoco. Lavora nella caserma dei pompieri e negli edifici.

Hairdresser/parrucchiere

The hairdresser cuts and styles people's hair. He works in a hairdresser's.

Il parrucchiere taglia e modella i capelli delle persone. Lavora in un salone.

Judge/giudice

The judge judges and sentences people. He works in a court.

Il giudice giudica ed esprime sentenze alle persone. Lavora in un tribunale.

Lawyer/avvocato

The lawyer defends and prosecutes people.

He works in a court and in his office.

L'avvocato difende e accusa le persone.
Lavora in un tribunale e nel suo ufficio.

Nurse/infermiera o infermiere

The nurse looks after patients.

She/He works in a hospital.

L'infermiera/e si prende cura dei pazienti.
Lavora in un ospedale.

Policeman/poliziotto

The policeman keeps public order.

He works in the police station and in the city.

Il poliziotto mantiene l'ordine pubblico.
Lavora nella stazione di polizia e in città.

Plumber/idraulico

The plumber sorts out problems with the water system.

He works in all types of buildings.

L'idraulico mette a posto i problemi con l'impianto idraulico. Lavora in ogni tipo di edificio.

Postman/postino

The postman delivers letters. He works on the streets.

Il postino consegna le lettere. Lavora nelle strade.

Receptionist/chi sta alla reception

The receptionist receives visitor.

He/She works in a reception.

Chi sta alla reception riceve i visitatori.
Lavora alla reception.

Shop assistant/comMESSO O commessa

The shop assistant sells products and help customers.

He/She works in a shop.

Il commesso/La commessa vende prodotti e aiuta i clienti. Lavora in un negozio.

Secretary/segretaria

The secretary sort out appointments, meetings and writes e-mail. She works in an office.

La segretaria organizza appuntamenti, riunioni e scrive e-mail. Lavora in un ufficio.

Vet/veterinario

The vet looks after animals. He works in a veterinary.

Il veterinario si prende cura degli animali. Lavora in una clinica veterinaria.

Water OR waitress/cameriere O cameriera

The waiter takes orders and brings food. He/She works in restaurants.

Il cameriere/La cameriera prende le ordinazioni e porta il cibo. Lavora nei ristoranti.

VITA IN COPPIA E' MULTIMEDIALE



Esempio codice

Questo codice vi segnala la presenza di contenuti aggiuntivi legati alla pagina che state leggendo in quel momento, contenuti multimediali quindi filmati o pagine internet che potrete vedere direttamente sul vostro telefono cellulare. Questo codice interagisce con tutti i cellulari recenti dotati di fotocamera e collegamento a

internet. Vi basterà verificare se il vostro cellulare è dotato del software adatto.

In caso contrario potete inviare un sms al numero **+44.77.97.88.23.25** per ricevere un messaggio contenente il link da cui scaricare il software oppure potete collegarvi da cellulare a questo indirizzo internet **http://get.quarkode.mobi**

Automaticamente verrà scaricato il software adatto al vostro cellulare, seguite le semplici istruzioni e avviate il software appena scaricato. A questo punto dovete semplicemente inquadrare il codice col cellulare e automaticamente il vostro cellulare scaricherà direttamente un filmato o una pagina internet collegata alla pagina della rivista che state leggendo in quel momento.

COME FARE?



Ricerca sul tuo telefono cellulare il programma reader per leggere il codice



Centra il codice all'interno degli indicatori del programma e automaticamente il programma leggerà il codice da te scelto.



Accesso a Internet

Tutti al CINEMA

Ecco alcuni dei film, di vario genere, in uscita nei mesi di Marzo/Aprile 2012

Henry

dal 2 Marzo 2012



Un film drammatico di Alessandro Piva, con Carolina Crescentini, Claudio Gioè, Aurelien Gaya, Paolo Sassanelli, Michele Riondino.

Trama

È la storia di Nina, insegnante di aerobica a Roma che conosce due ex eroinomani, il giovane Gianni senza soldi e il cinquantenne fotografo Rocco. Dopo il loro incontro, Nina si ritrova coinvolta in un omicidio e nella guerra tra "gli Africani" e "la banda di Civitavecchia", per contendersi la vendita di "henry". Henry, nel gergo degli africani di New York, è l'eroina.

The Double dal 9 Marzo 2012



Dalla regia di Michael Brandt, sugli schermi vedremo Richard Gere, Topher Grace, Tamer Hassan, Stana Katic, Stephen Moyer in "The Double".

Trama

Un film incentrato su un operativo della CIA in pensione, Paul Shepherson, ossessionato dal suo lavoro perchè è andato in pensione senza essere riuscito ad inchiodare un misterioso e imprevedibile assassino sovietico. Torna in servizio e fa coppia con un giovane agente dell'FBI, Ben Geary, per indagare sull'omicidio di un senatore degli Stati Uniti.

Biancaneve

dal 4 aprile 2012

Dal titolo originale "Mirror Mirror", è un film di Tarsem Singh con Julia Roberts, Lily Collins, Armie Hammer, Nathan Lane, Robert Emms.

Trama

È la storia di Biancaneve, molto fedele alla storia originale scritta dai fratelli Grimm. Abbandoniamo l'idea dei nani minatori, nel film sono dei ladri ed è presente il drago della foresta.



Guarda il trailer del film
"Biancaneve"
sul tuo telefono cellulare.
Segui le istruzioni a pag. 49



Il meteo nella tua città

Vita in Coppia propone le previsioni meteo della tua città sul tuo telefono cellulare sempre aggiornate

Trieste



Trento



Torino



Milano



Genova



Bologna



Aosta



Venezia



Roma



Perugia



L'Aquila



Firenze



Campobasso



Ancona



Sassari



Potenza



Palermo



Napoli



Catanzaro



Cagliari



Bari



“Gentilissima dottoressa, mi chiamo Carla e ho una figlia di 15 anni, Alice, che passa molto tempo davanti al computer, circa 16 ore al giorno. Sono piuttosto preoccupata anche perchè non sono capace di controllare che cosa sta facendo. Il rendimento di mia figlia a scuola è molto calato e sembra non avere molti amici. Come faccio a gestire questa situazione?”

Carla



Risponde

Dott.ssa Valentina Danzi
Psicologa e Psicoterapeuta

Buongiorno Carla,
Alice è entrata nella fase delicata dell'adolescenza e probabilmente il mondo del computer sta andando a sostituire o colmare aree di sé fragili in maniera piuttosto totalitaria. Credo che divieti o restrizioni non diano in questi casi buoni risultati. Se da poco tempo Alice presenta questo tipo di comportamento sarebbe opportuno provare a parlarle e osservare poi se nel tempo la situazione cambia. Se invece questa posizione di chiusura va avanti da diversi mesi, allora credo sia importante rivolgersi ad uno psicologo esperto in problematiche dell'adolescenza e valutare insieme la situazione, per evitare cronicizzazioni o problematiche future.

“Sto per sposarmi. Ho una casa di proprietà ereditata dai miei genitori e un piccolo pacchetto azionario. Lei mi consiglierebbe la separazione dei beni, perchè non ho ben capito in cosa consiste realmente, e come si fa per realizzarla praticamente? Grazie”

Enzo



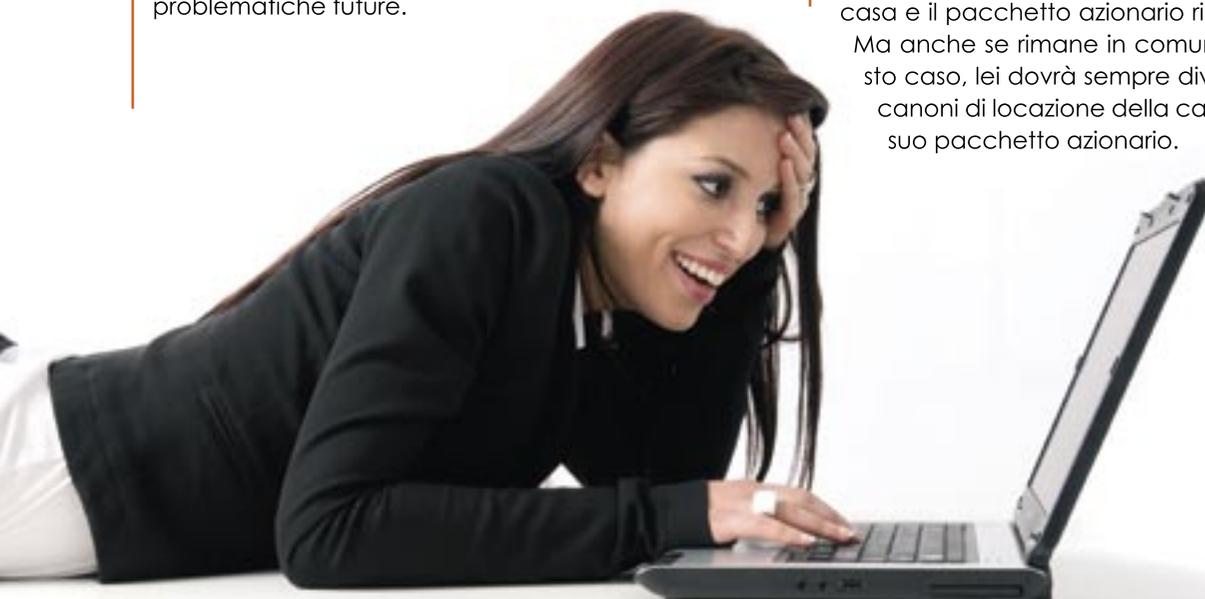
Risponde

Avv. Maria Antonietta Izzo
Studio Legale Bernardini De Pace

Caro Enzo,
il regime legale vigente che regola i rapporti economici fra i coniugi è la comunione dei beni. Dunque, tutto quanto acquistato dopo al matrimonio da ciascun coniuge, anche singolarmente, diventa di proprietà comune (beni immobili, beni mobili, azioni, obbligazioni, guadagni dell'attività separata di ogni coniuge). I beni che appartengono a ciascuno degli sposi prima della data del matrimonio, restano di proprietà esclusiva e personale di ognuno; tranne gli interessi e gli utili che derivano dai beni personali che diventano comuni dopo il matrimonio.

La separazione dei beni si può scegliere, in alternativa, già al momento della celebrazione del matrimonio. In tal modo ogni coniuge è sempre titolare esclusivo dei beni che già possedeva prima o che acquista dopo il matrimonio.

In conclusione: se lei sceglie la separazione dei beni, la casa e il pacchetto azionario rimarranno sempre suoi. Ma anche se rimane in comunione. Tuttavia, in questo caso, lei dovrà sempre dividere con sua moglie i canoni di locazione della casa e le plusvalenze del suo pacchetto azionario.



Carciofi alla romana

INGREDIENTI

- 2 carciofi
- 1 limone
- 4 rametti di prezzemolo
- 4 foglie di menta
- 1 spicchio d'aglio
- sale - pepe
- olio extravergine di oliva
- 250 ml circa di brodo vegetale

PROCEDIMENTO

Pulite i carciofi rimuovendo le foglie esterne e tagliate i gambi, di cui potete utilizzarne i primi 5cm, spellati con un pelapatate. Mettete carciofi e gambi in acqua fredda acidulata con mezzo limone in attesa di averli puliti per bene.

Lavate i rametti di prezzemolo e tritate finemente su un tagliere assieme alla menta e mezzo spicchio d'aglio spellato.

Scolate i carciofi dall'acqua acidulata, divaricateli e farciteli con un cucchiaino di trito, un pizzico di sale ed un filo d'olio.

Mettete i carciofi a testa in giù in un pentolino dai bordi alti, largo appena da ospitarli tutti. Unite i gambi negli spazi, condite con 1 cucchiaino d'olio, cospargete con il trito rimasto, un pizzico di sale ed pepe.

Unite abbastanza brodo vegetale da coprire i carciofi per un terzo della loro altezza.

Cuocete per 30 minuti a fiamma media con coperchio, controllando di tanto in tanto che non si asciughino; nel caso aggiungete altro brodo. Trascorsi i 30 minuti togliete il coperchio e proseguire la cottura per altri 10 minuti. Servite irrorando con il fondo di cottura.

Cozze al limone

INGREDIENTI

- 1 Kg di cozze
- 1 limone
- pepe

PROCEDIMENTO

Lavate accuratamente sotto acqua corrente le cozze e raschiate la superficie esterna della conchiglia da eventuali incrostazioni. Mettetele in una pentola senza nient'altro. Ponete sul fuoco a fiamma vivace ed attendete per 5-7 minuti che le cozze si aprano. Mescolate di tanto in tanto. Scolate le cozze a fine cottura ed apritele gettando la valva senza mollusco. Disponete le altre su un piatto da portata.

Spremete un limone e cospargetelo sulle cozze insieme al pepe.

Gnocchetti stracchino e radicchio

INGREDIENTI

- 1 cipolla bionda
- 1 radicchio rosso
- olio extravergine di oliva
- 250 ml di brodo vegetale
- sale fino - pepe nero
- 150 g di stracchino
- 800 g di gnocchetti di patate
- Parmigiano Reggiano

PROCEDIMENTO

Sbucciate la cipolla e affettatela sottile. Prendete il radicchio, lavatelo ed asciugatelo utilizzando una centrifuga da insalata; mettetelo su un tagliere e tritatelo grossolanamente con un coltello.

Mettete in una padella antiaderente 2 cucchiaini di olio, la cipolla e portatela sul fuoco fino a dorarla. Quindi unite un mestolo di brodo vegetale, un pizzico di sale e di pepe. Cuocete a fuoco lento con coperchio per 5 minuti poi scoperchiate, alzate la fiamma ed unite il radicchio. Cuocete per 2-3 minuti a fiamma media, fino ad appassire il radicchio. Spegnete e lasciate coperto. Tagliate lo stracchino a pezzetti. Lessate nel frattempo gli gnocchi in abbondante acqua salata e, quando vengono a galla, scolateli e poneteli in una pirofila unta l'olio. Unite un filo d'olio e mescolate con delicatezza per non rompere gli gnocchi.

Unite il sugo di radicchio e cipolla, lo stracchino a pezzetti e mescolate. Ricoprite con una grattugiata di Parmigiano Reggiano ed infornate a 200° C per 5-10 minuti finchè lo stracchino si scioglie e la superficie è gratinata.

La Ponti Spa, azienda leader nel mercato dell'aceto di vino, continua ad aggiornare il suo sito internet con nuove e gustose ricette da preparare con i suoi ottimi aceti e sottaceti. La ricetta presente sul sito www.ponti.com che vi proponiamo questo mese è:

Bracioline di coniglio alle mandorle con Cipolline Peperlizia Ponti

INGREDIENTI

- Bracioline di coniglio
- Mandorle
- Uova
- Fagiolini
- Le Cipolline Peperlizia Ponti

PROCEDIMENTO

Pulire e porzionare le bracioline di coniglio. Preparare una panure di mandorle tritate e impastare le bracioline di coniglio passandole prima nell'uovo e poi nella farina di mandorle. Rosolare il coniglio. Comporre il piatto con le bracioline di coniglio, le Cipolline Peperlizia e guarnire con chicchi di melograno, mandorle tritate e fagiolini al vapore.



www.ponti.com

**ARIETE**
21/3 - 20/4

Vi aspettano mesi molto movimentati. Un grande successo nel mondo degli affari, nuovi incontri sentimentali. Ottima anche la salute, se praticate sport. Godetevi questi successi senza perdere lucidità nel momento di prendere delle decisioni.

**TORO**
21/4 - 21/5

Con Giove nel segno, avete assicurata quel pizzico di fortuna in più in tutti gli ambiti della vita. Ottimismo e creatività caratterizzeranno questi mesi e faranno emergere i vostri talenti più nascosti. La vostra sicurezza verrà premiata sul lavoro e in amore.

**GEMELLI**
22/5 - 21/6

Concentratevi sul vostro percorso professionale, ricco di piani e strategie. Difendete i vostri diritti e i vostri interessi. Per chi vive in coppia sarà un periodo movimentato, difficoltà finanziarie da affrontare con estrema cautela. Attenzione a non ferire il partner con le parole.

**CANCRO**
22/6 - 22/7

Qualche piccolo momento difficile da affrontare nella coppia. Non siate egoisti, ma cercate il dialogo col partner per risolvere piccoli problemi. Ottimo periodo per chi ama viaggiare e per chi ama esser circondato da nuove amicizie.

**LEONE**
23/7 - 22/8

Tenete sotto controllo le vostre spese e la situazione finanziaria. È il periodo ideale per recuperare questioni del passato lasciate in sospeso. Tutto questo per essere liberi di ricominciare con tutto in modo più chiaro. Stabilità nella coppia. Per i single nuovi importanti incontri.

**VERGINE**
23/8 - 22/9

Al lavoro cercate l'alleanza con i colleghi per non ritrovarvi da soli in situazioni complesse. Continuate ad essere onesti e leali, come avete sempre fatto, per evitare discussioni. Ottima la vita sentimentale e i rapporti in società. Dedicate un pò di tempo al vostro benessere.

**BILANCIA**
23/9 - 22/10

Un periodo di stress e tensioni. Mantenete i nervi saldi e lasciatevi passare tutto davanti senza prendere decisioni affrettate e drastiche. Verso la fine di aprile miglioramenti. Nei prossimi investimenti fate molta attenzione a ciò che vi propongono.

**SCORPIONE**
23/10 - 21/11

Col passare del tempo vedrete i vostri progetti realizzarsi, e questo vi darà più fiducia e sicurezza. Sarà una primavera creativa e ricca di nuovi incontri, nuove amicizie anche nell'ambito professionale. In amore esplosioni sentimentali che miglioreranno la relazione.

**SAGITTARIO**
22/11 - 21/12

Volete fare mille cose ma non riuscite ad organizzarvi in modo da far tutto. La pressione vi renderà molto nervosi e irritabili. Nonostante questa crisi, in ambito lavorativo un risvolto interessante che vi metterà in luce e alla prova per dimostrare quanto valete.

**CAPRICORNO**
22/12 - 21/1

Non mentite in amore, chiedete aiuto e consiglio ad un amico per parlare e sistemare la vostra relazione col partner. Sul lavoro vi metterete spesso in competizione con i colleghi per raggiungere i vostri obiettivi, ma attenzione a non dire troppe bugie e quindi a cadere nella vostra stessa rete di menzogne.

**ACQUARIO**
22/1 - 19/2

Affronterete i prossimi mesi aiutando gli amici, parenti, estranei... Non per questo i vostri "problemi" economici si sono risolti. Capiteranno dei momenti di stanchezza fisica, trovate almeno per mezzora al giorno un attimo di relax. Approfittate delle giornate di sole per fare lunghe camminate.

**PESCI**
20/2 - 20/3

Problemi in vista se siete in coppia. Per interferenze di familiari o amici avrete discussioni col partner circa la vostra situazione amorosa. Con la giusta parola o anche con una sorpresa risolverete tutto. Concentratevi molto di più nel lavoro, l'attenzione è il vostro punto forte.



Baby Ariete

21 mar - 20 apr

I piccoli dell'Ariete, nati nel mese di marzo, sono molto vivaci e incontenibili. I nati in aprile, invece, saranno più tranquilli e riflessivi. Nella secon

da metà dell'anno tutti i piccolini saranno attratti dall'avventura e dall'esplorazione, quindi, cari genitori, prestate attenzione e buon divertimento!

Baby Toro

21 apr - 20 mag

Tenerissimi, dolci e affettuosi, sono i piccoli del Toro. Nei primi mesi del 2012 prediligerà l'attività fisica e l'intraprendenza.

Una forza e un'energia da sfruttare in sport e nella creatività. Difetti del toro: pigro, testardo e materialista.



I NOMI del mese

Curiosità sul loro significato

CAMILLA/O

Onomastico: 3 Marzo
Colore: Giallo
Pietra: Topazio

Nome di origine etrusca, con significato incerto. Con il termine "camillus" si indicava un fanciullo addetto alle cerimonie sacre. Nella storia ricordiamo: Camillo de Lellis fondatore dei Camilliani; Camillo Benso conte di Cavour; il personaggio di don Camillo creato da Giovanni Guareschi. Camilla è una persona decisa nell'inseguire e realizzare le sue idee, le sue passioni.

EZIO

Onomastico: 6 Marzo
Colore: Rosso
Pietra: Opale

Dall'etimologia incerta, definiamo il nome di origine greca Aetios "aquila". Diffuso per Flavio Ezio, generale dell'imperatore Valentiniano III, che vinse i Goti e i Franchi nel 453. Sconfisse le orde di Attila. Al teatro La Fenice di Venezia, nel 1846 venne messo in scena l'Attila di Giuseppe Verdi, dove notiamo Ezio nei panni dell'eroico difensore della patria contro gli invasori. Caratteristiche di Ezio sono la vivacità, intelligenza, fascino e la sincerità. Quando Ezio è nei paraggi, non gli si può essere indifferenti.

MARZIA/O

Onomastico: 13 Aprile
Colore: Verde
Pietra: Smeraldo

Diffuso soprattutto in Toscana. Dal latino Mars, il dio Marte della guerra e significa "dedicato a Marte". Nome amato dalla Chiesa, legato al culto di san Marzio e festeggiato il 13 aprile. Marzia è una persona sincera, indipendente, generosa. Amante dei grandi spazi e delle grandi conquiste. Dal fascino irresistibile nonostante il suo carattere a volte scontroso.

EVA

Onomastico: 14 Marzo
Colore: Blu
Pietra: Zaffiro

Di origine ebraica, Eva è un nome diffuso molto nel nord Italia, e significa "madre di tutti gli esseri viventi", progenitrice del genere umano, creata da Dio secondo la Genesi dalla costola di Adamo. Si festeggia il 14 Marzo beata Eva, monaca di san Martino di Liegi. Eva è molto competitiva, e si mette a confronto con l'uomo in tutti i campi, sia professionale che familiare.

ERMANNINO

Onomastico: 7 Aprile
Colore: Bianco
Pietra: Diamante

Di origine germanica, significa "uomo di armi". Per i longobardi indicava uomini liberi e con il diritto all'assegnazione di terre. Nel XIII secolo ricordiamo Ermanno di Colonia, si fece aggiungere al nome "Giuseppe" perchè si considerava lo sposo mistico della Madonna.

LAMBERTO

Onomastico: 16 Aprile
Colore: Giallo
Pietra: Topazio

Un nome diffuso al Nord Italia, soprattutto in Toscana ed Emilia Romagna, di antica origine longobarda col significato "illustre della propria terra". La Chiesa ricorda san Lamberto martire di Saragozza e san Lamberto vescovo di Liegi "il balzubiente", fondatore dell'organizzazione laica delle Beghine, cioè donne votate alla castità e all'obbedienza. Lamberto ha le idee ben chiare di ciò che vuole dalla vita. Ha la testa sulle spalle. Vuole certezze e ama la conoscenza. Amante della magia e del misticismo.

ALMA

Onomastico: 12-19 Aprile
Colore: Bianco
Pietra: Diamante

Diffuso soprattutto nel nord Italia, il nome Alma ha origini latine e significa "colei che dà la vita". Diffusa tra le divinità romane, infatti le era dedicata un'intera settimana di festeggiamenti, dal 12 al 19 Aprile. Spontanea, generosa, sensuale e stravagante, Alma è una persona che conduce una vita ricca di passioni e avvenimenti.

Rubrica



Non ti resta che scegliere.



Samsung GALAXY S II

Smartly different.

Per lo spessore di soli 8,49 mm, per la brillantezza del display Super AMOLED Plus, per la velocità dei comandi Touch e del processore Dual Core: ci sono tanti buoni motivi per scegliere Galaxy S II. Oggi anche uno in più: l'eleganza della versione Pure White. C'è chi segue e chi sceglie Galaxy S II.