

Shop *in the* City

PAOLA CORTELLESI

Cuore di Petra

*Su il sipario
Festival della Scienza
Una mostra sul jeans
Street Art
Cristiano Caccamo*

EUROPAM GAS E LUCE. UN UNICO PARTNER, UN UNICO INTERLOCUTORE.



GAS E LUCE

Europam è anche:

STAZIONI
DI SERVIZIO

PRODOTTI
PETROLIFERI

EFFICIENZA
ENERGETICA



CASA



CONDOMINIO



AZIENDE

Da oggi EUROPAM è il tuo partner energetico anche per le forniture di Gas Naturale ed Energia Elettrica per il tuo condominio, la tua abitazione, la tua attività.

Con l'obiettivo di far risparmiare i nostri clienti, ti garantiamo un servizio sempre ai massimi livelli gestito interamente dall'Italia e da persone specializzate del settore:

- Offerte economiche ai livelli più bassi del mercato libero.
- Nessun call center ma rapporto diretto con i nostri operatori.

INFO E CONTATTI:

Energy Store via Brigate Partigiane, 112/114

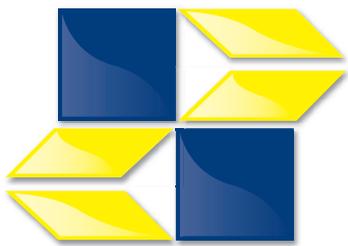
Tel. 0100965531

Ufficio Gas & Luce Via Sardorella, 45/T

Tel. 010 7227277

clienti.gaseluce@europam.it - europam.it





ISOLANI

ISTITUTO OTTICO



ESPERTI DELLE SOLUZIONI OTTICHE ALLE ESIGENZE DELLA VISTA
PARTNER TECNICO DEL VOSTRO MEDICO OCULISTA DI FIDUCIA



CENTRO SPECIALIZZATO IPOVISIONE

convenzionato ASL
per gli aventi diritto

L'**ipovisione** è una condizione di riduzione della funzione visiva che preclude lo svolgimento di **attività impegnative per la vista**, come ad esempio **la lettura di libri e giornali e l'utilizzo di computer e smartphone**.

Sulla base della **prescrizione e delle indicazioni del Medico Oculista**, nei nostri Centri sono a disposizione **Tecnici Specializzati**, per fornire **informazioni** e far **provare senza impegno, soluzioni ottiche e/o sistemi ottici ed elettronici, sia compensativi che protettivi**, in grado di sfruttare la capacità visiva residua.



lenti telescopiche



filtri medicali



ingranditore elettronico portatile

GENOVA
C.so Buenos Aires, 75r
Tel. 010.3623053

GENOVA
Via Casaregis, 36a
Tel. 010.562340

GENOVA
Via Palestro, 9/11r
Tel. 010.8315182

GENOVA VOLTRI
Via Camozzini, 28r
Tel. 010 6136572

RECCO
L.mare Bettolo, 43/45
Tel. 0185.730709

GATTORNA
Via XXIII Settembre, 4
Tel. 0185.934986

RAPALLO
Via della Libertà, 13A
Tel. 0185.232071

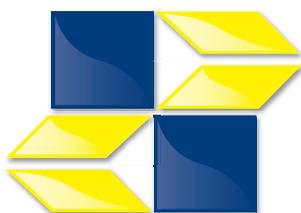
CHIAVARI
Via F. Delpino, 8/8A
Tel. 0185.598683

SESTRI LEVANTE
Via XXV Aprile, 57/59
Tel. 0185.41409

SAVONA
Via Guidobono, 28r
Tel. 019.810447

www.isolani.com





ISOLANI

ISTITUTO OTTICO



ESPERTI DELLE SOLUZIONI OTTICHE ALLE ESIGENZE DELLA VISTA
PARTNER TECNICO DEL VOSTRO MEDICO OCULISTA DI FIDUCIA



E' importante vedere bene, ma anche essere visti: gli occhiali, sono la cornice che valorizza il volto e lo caratterizza.

Gli occhi e il viso sono la parte **più in vista** del nostro corpo e hanno un ruolo centrale nell'**estetica** e nella **dinamica** del benessere di ognuno.

Per essere visti

Ogni volto possiede una sua unicità con la sua forma e le sue caratteristiche. La **moda** ci propone una **molteplicità di occhiali** "vere cornici per gli occhi" che uniscono **estetica, bellezza e funzionalità**. Nei **Centri Isolani** le nuove collezioni 2020 sono a **disposizione** per essere visionate e provate con il consiglio dei nostri **consulenti d'immagine**, per valutare il giusto equilibrio tra le caratteristiche del viso e l'occhiale, in modo da creare insieme al gusto del cliente un **effetto armonico complessivo**.

Per vedere bene

Ogni **occhio** e ogni attività richiedono uno **specifico tipo di lente**. Nelle nostre **sale simulazione** i nostri **esperti** possono **farvi provare** e valutare la **funzionalità** delle **lenti oftalmiche di ultima generazione**. Le lenti, prodotte da **industrie mondiali del settore**, sono correttive, antifatica e protettive dalle radiazioni solari e dagli strumenti digitali.

ORARI DI APERTURA

Dal lunedì al sabato
ORARIO CONTINUATO 9:00 - 19:30

GENOVA - C.so Buenos Aires 75r

GENOVA - Via Casaregis 36a

P AMPI PARCHEGGI GRATUITI

Dal lunedì al sabato 9:00-12:30 alle 15:30-19:30

SESTRI LEVANTE, CHIAVARI, RAPALLO,
RECCO, GE VOLTRI, SAVONA

Dal martedì al sabato 9:00-12:30 alle 15:30-19:30

GENOVA - Via Palestro 9/11r, GATTORNA

Tutti i nostri Centri Ottici sono operativi e attrezzati secondo norme di igiene e protezione, con particolare attenzione alla **disinfezione continua di occhiali** e ambienti.

Interessanti PROMOZIONI SOLE/VISTA in corso

GENOVA
C.so Buenos Aires, 75r
Tel. 010.3623053

GENOVA
Via Casaregis, 36a
Tel. 010.562340

GENOVA
Via Palestro, 9/11r
Tel. 010.8315182

GENOVA VOLTRI
Via Camozzini, 28r
Tel. 010 6136572

RECCO
L.mare Bettolo, 43/45
Tel. 0185.730709

GATTORNA
Via XXIII Settembre, 4
Tel. 0185.934986

RAPALLO
Via della Libertà, 13A
Tel. 0185.232071

CHIAVARI
Via F. Delpino, 8/8A
Tel. 0185.598683

SESTRI LEVANTE
Via XXV Aprile, 57/59
Tel. 0185.41409

SAVONA
Via Guidobono, 28r
Tel. 019.810447



www.isolani.com



CONTENUTI

Shop in the City ottobre 2020



15



19



23



28

6 DIRECTOR'S CUT

RUBRICHE

8 CONTRIBUTORS

10 GRANDI NUMERI

12 LETTURE

15 GENOVESI A TEATRO

19 **FESTIVAL DELLA SCIENZA**

23 GOOD NEWS

25 4 PASSI

La street art di Genova

28 FREESTYLE

Museo diffuso a cielo aperto

29 SPORT

31 FREESTYLE

Quokka Polo Positivo

33 IN PERSONA

Cristiano Caccamo

37 MC MUSA CONSIGLIA

38 FREESTYLE

Scalinata Borghese

40 MATTINE

43 FREESTYLE

Un calendario è per sempre

45 PROGRAMMA DI SALA



*In copertina Paola Cortellesi,
foto di Luisa Carcavale - ufficio
stampa Sky*



Così bene non l'hai mai visto.

Le visite sono a numero chiuso:
così hai **più tempo e più spazio**
per viverlo al meglio.



**ACQUARIO
DI GENOVA**

Emozioni **dentro e fuori** dall'acqua

PRENOTA SUBITO!

Inquadra qui per
acquistare i tuoi biglietti.



acquariodigenova.it   



Nuove abitudini

Sabrina Roglio

Ho preso la mascherina, il gel igienizzante, ho misurato la febbre? Sono solo alcune delle nuove "abitudini" a cui ci ha costretto la pandemia. Insieme a queste però abbiamo imparato a sorridere e ad abbracciare con gli occhi, abbiamo trovato nuovi modi per far sentire agli amici e ai parenti la nostra vicinanza, abbiamo riscoperto i negozi di quartiere. Questo numero di Shop In The City esce in un momento in cui in Italia i nuovi casi di contagio da Coronavirus sono tornati ad aumentare, è importante che ognuno faccia la sua parte per limitare la diffusione del virus. Il giornale che state sfogliando è il nostro abbraccio alle due città che ci sostengono da tanti anni: Genova e Torino. È un numero che racconta la ripartenza del mondo culturale genovese e le buone notizie come la mostra dedicata al jeans a Villa Croce. È un numero che ci porterà tra le vie della città della Lanterna, museo di street art a cielo aperto e vera e propria "coprotagonista" di "Petra", la serie targata Sky Original, con Paola Cortellesi nel ruolo dell'ispettrice della mobile di Genova.

Buona lettura.

direzione@shopinthecity.it



Così bene non l'hai mai visto.

Le visite sono a numero chiuso:
così hai **più tempo e più spazio**
per viverlo al meglio.

PRENOTA SUBITO!

Inquadra qui per
acquistare i tuoi biglietti



**ACQUARIO
DI GENOVA**

Emozioni **dentro e fuori** dall'acqua

acquariodigenova.it



EDITORE

 Ad Local srl
Corso Dante 119, 10126 Torino
tel. 011. 660.80.03 - info@adlocal.it
www.shopinthecity.it

Direttrice responsabile

Sabrina Roglio
direzione@shopinthecity.it

LA REDAZIONE

Coordinamento editoriale

Elisa Montesanti
redazione@shopinthecity.it

Arte - Cultura - Personaggi

Davide Fantino - Marta Ciccolari Micaldi - Valentina Dirindin
Lorenza Castagneri

Moda - Beauty

Eleonora Chiais

Attualità - Curiosità

a cura della redazione

Personal Shopper

Isabella Morbelli

Graphic designer

Antonella Ferrari

Hanno collaborato

Maria Grazia Belli

Immagini

Monica Veruggio

Per segnalazione eventi e invio di materiali

Corso Dante 119, 10126 Torino
tel. 011. 660.80.03 - info@adlocal.it
Registrazione Tribunale di Torino n. 6005 - 18-10-2006

STAMPA

Reggiani spa Divisione arti grafiche
Via Alighieri, 50 - 21010 Brezzo di Bedero (VA)

PUBBLICITÀ

A. Manzoni & C. S.p.A. Via Nervesa n. 21 - 20139 Milano
Filiale di Genova, Piazza Piccapietra 21, 16121 Genova Tel. 010 5388206



WWW.SHOPINTHECITY.IT

Registrazione Tribunale di Torino n. 6005 - 18-10-2006

Tutti i diritti di riproduzione, in qualsiasi forma e di qualsiasi parte della pubblicazione, sono riservati. L'editore si scusa per eventuali omissioni ed è a disposizione di coloro che involontariamente non fossero stati citati. La redazione non si assume alcuna responsabilità per notizie, foto, marchi, testi utilizzati dagli inserzionisti né per eventuali cambiamenti di orari, luoghi o note di servizio indicate nelle schede informative. Il materiale eventualmente inviato alla redazione non viene restituito.

CONTRIBUTORS



LORENZA CASTAGNERI

Giornalista

Dopo aver abbandonato l'idea di diventare hostess, a 9 anni si accende la passione per il giornalismo. Sono una freelance di base a Torino. Collaboro con La Stampa e il Secolo XIX. Ho lavorato a Genova per 2 anni e mi sono innamorata del teatro, di Boccadasse e del rito di aprire la finestra e vedere il mare. Mi occupo di tecnologia, di giovani e di tutto ciò che mi incuriosisce.



MONICA VERUGGIO

Fotografa

Dopo essermi laureata presso la Scuola Politecnica di Genova in Design della Comunicazione e dell'Evento, ho rivolto la mia attenzione verso la Fotografia, lavorando sul campo e approfondendone le potenzialità espressive a Milano, presso la John Kaverdash Academy. Oggi lavoro dando voce alle mie idee, dalla luce che ispira lo scatto fino al design che ne esalta il messaggio espressivo.



ISABELLA MORBELLI

Publisher

Isabella è l'ideatrice della rivista, poliedrica e creativa è sempre alla ricerca di negozi nuovi per poter realizzare articoli curiosi. Se non la trovate in ufficio è certamente in qualche negozio a parlare di storia della moda e di Shop in the City... o magari ad acquistare l'ultima novità!



ELISA MONTESANTI

Segreteria di redazione, assistente di direzione, coordinamento editoriale

Figura poliedrica all'interno della redazione che segue la rivista dalla nascita alla distribuzione, senza tralasciare il fulcro di ogni attività, il contatto umano.



DAVIDE FANTINO

Giornalista

Torinese del 1974, giornalista freelance. Ama seguire qualsiasi sport, soprattutto il calcio, e andare ai concerti.



MARTA CICCOLARI MICALDI

Giornalista

Nata a Moncalieri nella primavera dell'82, abbina al romantico profumo dei fiori in germoglio la tenacia rossa del segno del toro e un piccante tocco creativo di provenienza calabra. Dopo la Spagna e Berlino ha scelto l'Italia.

Lavora come freelance nel movimentato mondo dell'editoria e della comunicazione, adora la letteratura americana e il suo compagno più amato è il rock'n'roll.



ANTONELLA FERRARI

Graphic designer

Dopo la laurea in Design presso il Politecnico di Milano e l'esperienza in Pininfarina Extra, collabora con lo studio Fragile di Milano e l'azienda Poltrona Frau. Da anni lavora come freelance con studi di progettazione e consulenza nei campi della comunicazione, specializzandosi in graphic design e art direction di diverse testate di moda e lifestyle tra Torino e Milano.



ELEONORA CHIAIS

Giornalista

Amo così tanto chiacchierare da aver fatto della comunicazione la mia professione. Giornalista pubblicista (da due lustri abbondanti), mi occupo di fashion e beauty e insegno "Moda e Costume" e "Forme e Linguaggi della Moda" all'Università di Torino. Per Bookrepublic 40k ho pubblicato C'era una volta un principe azzurro, manuale semiserio dedicato alle principesse di oggi.



VALENTINA DIRINDIN

Giornalista

Attualmente giornalista free-lance, è stata negli ultimi anni caporedattrice della rivista torinese Extratorino. Ha fatto della sua passione più grande – la scrittura – il suo mestiere, trovando un senso alla massima che dice "Fai qualcosa che ti piace e non lavorerai neanche un giorno". Si concede con assidua regolarità i seguenti amori extraconiugali: Torino, la lettura e la buona tavola.

ECCO GENOVA DOVE SI VIVE MEGLIO

di Lorenza Castagneri

Lo scatto e l'orgoglio. Dopo il suo anno più difficile, Genova guadagna 11 posizioni nell'ultima classifica sulla qualità della vita dei capoluoghi di provincia stilata dal quotidiano Il Sole 24 ore e passa al 45° posto. Ma a guardare nelle pieghe della classifica non mancano altre sorprese. Eccole.



Le case e i colori di Genova visti da spianata Castelletto (VisitGenoa)

5° posto per importo medio delle pensioni di vecchiaia: 1.396,7 euro

6° posto per i pediatri: ce ne sono 3 ogni 1.000 abitanti 0-15 anni

6° posto per indice di sportività

8° posto per imprese straniere: 13,8% del totale delle imprese registrate

10° posto per mostre ed esposizioni: 2,4 spettacoli ogni 1000 abitanti

13° posto per prezzo medio della vendita delle case: 2.800 euro al metro quadro

12° posto per l'emigrazione ospedaliera: 12,5% le dimissioni avvenute fuori regione

31° posto per qualità dell'aria: 20,8 microgrammi per metro cubo la concentrazione media di Pm10

35° posto per aumento della speranza di vita: 2,8 incremento dell'età attesa alla nascita

84° posto per i consumi di farmaci per asma: 7,4 le unità minime pro capite

OGGI PIÙ DI SEMPRE

Acquista una **Veneta Cucine** e potrai avere oltre alle promozioni in corso:

PIÙ SERENITÀ

grazie al finanziamento senza costi con:

30 mesi tasso **zero**
potrai pagare da **Gennaio 2021**

PIÙ SICUREZZA

grazie al trattamento antibatterico su:

superfici delle strutture in **ES**

piani **CARANTO**® in ceramica **ACTIVE**

Partner elettrodomestici **Whirlpool** **Hotpoint**

Veneta Cucine®

GENOVA

Corso Perrone 15/A
Tel. 010 6143089

ALBENGA

Via al Piemonte 19/B
Tel. 0182 559527

SANREMO

Via Padre Semeria 388
Tel. 0184 663024

VADO LIGURE

Via Aurelia 456
Tel. 0192162155

NUMERO VERDE
800 177 337
CHIAMATA GRATUITA

Regolamento presso i punti vendita e su venetacucine.com

Fino a 30 mesi prima rata e 60 giorni, importo finanziabile da € 1.000 a € 25.000. Esempio: € 8.000 (importo totale del credito) in 30 rate da € 266,67 TAN fisso 0,00% TAEG 0,01%. Il TAEG rappresenta il costo totale del credito espresso in percentuale annua; importo totale dovuto € 8.000,10. Tassi e Taeg possono essere diversi da zero esclusivamente per effetto di arrotondamento decimale. Offerta valida dal 01/01/2020 al 31/10/2020. Messaggio pubblicitario. Per le informazioni precontrattuali richiedere al punto vendita il documento "Informazioni europee di base sul credito ai consumatori" (SECC) e copia del testo contrattuale. Salvo approvazione Agos Ducono S.p.A. VENETA CUCINE S.p.A. opera quale intermediario del credito NON in esclusiva.

LEGGERE L'APOCALISSE

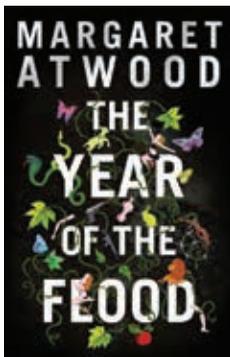
di Marta Ciccolari Micaldi

È meglio che viverla. Nonostante il pensiero di immergerci in un mondo post-apocalittico possa fare paura in un momento come questo, il potere della letteratura (soprattutto quando è buona) ci aiuta a sopportare meglio la realtà che stiamo vivendo. Leggere per credere!

L'anno del diluvio

Margaret Atwood

Abbiamo imparato a conoscere la grande scrittrice canadese Margaret Atwood grazie alla serie tv di successo *Il racconto dell'ancella*, tratta proprio dal suo omonimo romanzo. Non è l'unica sua storia che racconta un futuro distopico e dispotico, però. *L'anno del diluvio*, infatti, ci trasporta in un mondo molto simile al nostro, che ha come unica fede una scienza integralista e distorta e in cui la natura è stata rimodellata attraverso l'ingegneria genetica. Qui vivono uomini e donne, anzi Adami ed Eve, che si raccolgono nel gruppo dei Giardinieri di Dio. Come aveva predetto una profezia, a un certo punto questo mondo viene spazzato via da un'apocalisse che ha il nome di Diluvio Senz'Acqua. Sopravvivono due donne, ex adepti dei Giardinieri, che unite dalla propria amicizia e dal proprio coraggio si avventurano alla ricerca dei propri compagni. Una ricerca che le porterà a lottare per la sopravvivenza.



Zona Uno

Colson Whitehead

Prima di diventare uno dei pochi scrittori americani (e forse l'unico afroamericano) a vincere il Premio Pulitzer due volte a distanza di pochi anni (prima con *La ferrovia sotterranea* e poi con *I ragazzi della Nickel*), Colson Whitehead ha scritto un romanzo apocalittico che ha come protagonisti gli zombie a Manhattan. Una pandemia ha sterminato la Terra, lasciando come unici sopravvissuti alcuni gruppi di vivi ma soprattutto diverse tipologie di morti viventi. Sarà un gruppo di uomini armati guidati da Mark Spitz ad entrare nel cuore di New York per liberare il territorio dai soggetti infetti (non veri e propri zombie ma quasi): attraverso le pagine del libro viviamo tre giorni di quella missione allucinata, dove ad essere messo in questione non è solo il confronto tra i vivi e i (possibili) morti bensì l'intera possibilità della sopravvivenza stessa. Quel mondo è irrimediabilmente perduto?



L'ultimo uomo

Mary Shelley

Con questa storia andiamo indietro fino al 1826 e ci mettiamo nelle mani di una delle fondatrici del genere fantascientifico, l'autrice inglese di *Frankenstein*. Lei stessa però, attraverso la sua narrazione suddivisa in tre volumi, ci fa fare un salto avanti nel tempo fino ad arrivare all'Inghilterra degli anni tra il 2070 e il 2100. Qui si accanisce sull'umanità una Peste che, soprattutto nei suoi simbolici significati politici, decima la popolazione arrivando a uccidere uno alla volta anche i protagonisti della prima parte della storia. Sarà proprio, quindi, l'ultimo uomo, Lionel Verney che, attraverso incontri e decisioni sfidanti dovrà cercare di ripristinare un certo ordine. Non sempre di facile lettura e senz'altro specchio (distorto) di alcuni eventi della vita della sua autrice, per gli appassionati di sci-fi questo libro segna un punto di partenza irrinunciabile.





SAETTONELAB PREPARAZIONI GALENICHE

Dal 1971, la Farmacia Saettone di Savona è un punto di riferimento cittadino per i suoi servizi, l'ampio assortimento e l'apertura per 365 giorni l'anno h24.

In continuo sviluppo, con un laboratorio galenico in grado di soddisfare qualunque tipo di richiesta.

Pomate, colliri, capsule, lozioni, sciroppi e, a breve, anche preparazioni iniettabili, compresse e bustine monodose.

Se sei un medico, un odontoiatra o un veterinario e hai bisogno di un qualunque tipo di preparazione galenica mirata, chiamaci al numero 019 829 803 oppure scrivi una mail laboratorio@farmaciasaettone.it

Possiamo produrre anche linee di prodotto specifiche per centri estetici e per fisioterapisti.



**FARMACIA
SAETTONE**
tradizione e innovazione



IL GABBIANO
203r Corso Ricci Savona - 019 823 104



55r, Via Francesco Crispi
Savona - 019 812 491



147r, Via Paleocaps Savona
tutti i giorni 24H - 019 829 803



**BMW
MOTORRAD**



LO SCOOTER COME DEVE ESSERE.

BMW C 400 GT

SEMPRE CONNESSO, CON DISPOSITIVO DI CONNETTIVITÀ AVANZATA.

CON BMW FREE2RIDE TUO SUBITO, POI DECIDI.

Da oggi BMW C 400 GT può essere tuo a **90 euro** al mese*.
TAN 5,20%, TAEG 8,15%.

**FREE²
RIDE**

Tuo subito, poi decidi.

CONTATTA LA CONCESSIONARIA.

#PLUGGEDTOLIFE

Gecar

Concessionaria BMW Motorrad

Genova - Lungobisagno Dalmazia, 69 D - 010.8377220

Chiavari - Via Fiume, 1 - 0185.370010

www.gecar.bmw-motorrad.it

gruppo
GE

Your Mobility Solution



*Un esempio per BMW C 400 GT con formula di finanziamento BMW Free2Ride. Prezzo chiavi in mano 8.000€ IVA e messa in strada incluse, IPI esclusa. Importo versato in anticipo all'ente Venditore o eventuale permuta 1.890 €. Durata di 36 mesi con 36 rate mensili pari a 90,36 €. Maxirata finale di 3.809 € e pari al valore futuro garantito a 36 mesi/30.000 km. TAN fisso 5,20%, TAEG 8,15%. Importo iniziale del credito 6.120 €. Spese istruttoria pratica 120 €. Spese d'ingresso 5 € a rata. Imposta di bollo 16 € come per legge addebitata sulla prima rata. Inviare comunicazioni periodiche per via telematica. Importo totale dovuto dal Cliente 7.222,01 €. Salvo approvazione di BMW Bank GmbH - Succursale Italiana. I dati informativi disponibili presso le Concessionarie BMW Motorrad aderenti. Localizzatore satellitare LoJack Rider + 3 anni di servizio di recupero LoJack in omaggio. Offerta valida fino al 31/12/2020. Motoveicolo visualizzato a puro scopo illustrativo. Messaggio pubblicitario con finalità promozionale.

SU IL SIPARIO IL TEATRO PROVA A RIPARTIRE

La pandemia c'è ma le sale genovesi, forse più che altrove, tornano ad accogliere gli spettatori. Ecco che cosa vedere

di Lorenza Castagneri



Provarci. E' la parola d'ordine dei teatri di Genova, che forse più che altrove risollevarono i loro sipari, anche se spesso per stagioni non complete e con spettacoli recuperati in parte dallo scorso cartellone, saltato a metà causa pandemia. Già la pandemia. Qualcuno crede possa trasformarsi in un'occasione, anche per le sale. Lo scrive il nuovo direttore del Teatro Nazionale di Genova, il torinese Davide Livermore, nella sua presentazione degli spettacoli 2020-2021: «Non vi parlerò del momento difficile che viviamo, ogni giorno, insieme. Vi parlerò invece di momento eccezionale e della straordinaria occasione che ci viene offerta per trasformare il veleno di questo tempo in medicina. E il teatro questo lo sa fare: cura le anime con la bellezza e la società con il senso di comunità». Ecco dunque una selezione di quanto propongono i teatri cittadini nella prima parte della stagione.

ART

Teatro della Tosse

14-25 ottobre

Nuova produzione della Fondazione Luzzati-Teatro della Tosse diretta da Emanuele Conte, avrebbe dovuto debuttare qui in prima nazionale il 26 marzo e ora apre la programmazione autunnale. In una stanza, tre amici si confrontano sulla qualità di un quadro completamente bianco, discutendo sul prezzo per il quale è stato acquistato da uno dei tre. Il dialogo si trasforma in un dibattito acceso sull'arte contemporanea e sfocia in un litigio sul tema dell'amicizia che, forse, dopo questo evento, non sarà più tale. L'opera ha vinto il Premio Molière nel 1994.

AMLETO TAKE AWAY

Teatro del Ponente

20-21 ottobre

Amleto si adatta ai tempi. E il suo celeberrimo monologo si trasforma: «To be o FB, questo è il problema! Chiudere gli occhi e accettarsi per quello che si è, isolandosi da community virtuali per guardare da vicino e cercare di capire la realtà in cui si vive? O affannarsi per postare foto in posa tutte belle, senza rughe, seducenti, sorridenti? Apparire, apparire, apparire, bello, figo, number one e sentirsi finalmente invidiato. To be or FB, this is the question». Un affresco tragicomico vincitore del premio Ubu.

CE LE HO TUTTE

Teatro del Ponente

6 novembre

Ha paura del bricolage, dell'aspetto esteriore, del padre, dello psicanalista, dei supereroi, della terra piatta, di Dio. E ancora. Del passato, della televisione, del lavoro, del successo e pure della morte. Insomma, le ha davvero tutte. Lui è Alessandro Bergallo, storico volto del Teatro della Tosse, in scena con un one man show dove il teatro si unisce all'improvvisazione musicale e si torna a ridere delle proprie ansie.

CREATURA DI SABBIA

Teatro Gustavo Modena

11-15 novembre

Questa è la storia di una fanciulla costretta a vivere in un corpo non suo: Mohamed/Zahra, cresciuta come uomo dal padre dopo la nascita di sette figlie femmine. Ma dalla notte in cui il padre muore, questa ragazza si riappropria della sua identità. L'opera è tratta dall'omonimo romanzo di Tahar Ben Jelloun, una delle voci più alte e libere della letteratura araba ed è un ritratto sensibilissime dell'animo umano, con un delicato tono da favola quasi da Mille e una notte.

GROUNDING

Teatro Ivo Chiesa

17-29 novembre

Dopo l'incredibile successo al Fringe Festival di Edimburgo nel 2013, arriva per la prima volta in Italia il testo che ha sconvolto il mondo. Protagonista una pilota dell'aviazione degli Stati Uniti. Top Gun al femminile, macchina da guerra al comando del suo F16, è davvero una tosta. Ma una notte rimane incinta. Dovrà smettere di volare, di stare in quell'azzurro cielo che adora. E così resta a terra, grounded appunto, e diventa pilota di drone. La sua guerra si fa quindi contemporanea, scientifica, anche più consapevole. Con tutto ciò che questo comporta. Con la regia di Davide Livermore e l'interpretazione di Linda Gennari, Grounded si avvale di un impianto scenico che coinvolge lo spettatore in una esperienza immersiva.

OPEN DI DANIEL EZRALOW

Politeama Genovese

23 novembre

Coreografie ingegnose, straordinaria tempistica ed eccellenza tecnica. Un mondo infinito di contaminazioni, somatiche, stilistiche e tecnologiche, dando vita ad una miscela esplosiva di fantasia, sorpresa, divertimento, leggerezza e agilità. Un patchwork di piccole storie con numeri ad effetto, multimedialità, ironia e umorismo, all'insegna del più puro entertainment, uno spettacolare inno alla libertà creativa, al ciclo della vita e alla rivisitazione dei successi creati dal geniale coreografo e ballerino statunitense.

ROMEO E GIULIETTA

Teatro Gustavo Modena

27-29 novembre

Una delle coppie più note del teatro italiano, Paola Gassman e Ugo Pagliari, incontra uno dei gruppi a maggior intensità della scena contemporanea, Babilonia Teatri. Con tutti loro, le vicende dei due sfortunati amanti di Verona si mutano nella storia di una coppia inossidabile, inquadrata in una fase della vita ormai ben lontana dai tremori adolescenziali.

LA VEDOVA ALLEGRA

Teatro Carlo Felice

27 novembre-6 dicembre

L'operetta in tre parti di Franz Lehár, su libretto di Victor Léon e Leo Stein[1], dalla commedia L'Attaché d'ambassade di Henri Meilhac, inaugura la stagione dell'opera genovese. Ambientata a Parigi, parla del tentativo di far sposare la ricca vedova Hanna Glavari con il conte Danilo. Nel frattempo si sviluppa il triangolo amoroso tra il Barone Mirko Zeta, sua moglie Valencienne e Camille de Rossillon.

GHOST - IL MUSICAL

Politeama Genovese

3-5 dicembre

La storia d'amore raccontata in uno dei film romantici passati alla storia, con Patrick Swayze, Demi Moore e Whoopy Goldberg, ritorna sotto forma di musical. Si esalta così ancora di più la colonna sonora creata da Dave Stewart e Glen Ballard dove non manca l'indimenticabile brano "Unchained Melody" dei The Righteous Brothers. Molly, Sam e la travolgente sensitiva Oda Mae Brown lasceranno il pubblico senza fiato in questa nuova versione italiana, prodotta da Show Bees e diretta da Federico Bellone.

Nuovo YYogurt Tapporosso

Lo yogurt così buono
che piace anche alla natura.



100% naturale e con **vasetto di carta riciclabile.**

YYogurt è due volte buono: consistenza incredibilmente ricca, senza aromi, senza addensanti, senza conservanti e il suo vasetto lo ricicli nella carta.



Nuovo spazio espositivo per i terrari di Moss By Marti

La Galleria Studio Rossetti allarga i propri orizzonti e accoglie nuove proposte legate al mondo del design, accanto a pezzi unici e proposte innovative dai giorni scorsi trovano spazio i terrari di Moss By Marti



Photo @StepuntoGav.

Moss by Marti adorna il nuovo spazio espositivo di Studio Rossetti, all'angolo con via dei Giustiniani, con le sue creazioni dando un tocco di verde ad un *corner* pensato per la casa. Ne nasce un connubio autentico, quasi naturale, espressione di mondi all'apparenza agli antipodi (arte e natura) ma legati da un unico comune denominatore: la creatività. *Moss by Marti* è un laboratorio di terrari creato da Martina Gallini e inaugurato poco meno di un anno fa in via Zara 7 rosso. Frutto della passione per le piante e dell'amore per le creazioni, è una bottega in costante evoluzione che ha permesso all'ideatrice di trasformare un hobby in un lavoro e di realizzare già oltre centinaia di creazioni in appena pochi mesi di attività.

I terrari di *Moss by Marti* sono infatti pezzi unici, con sempre nuove forme,

differenti tra loro, creati dopo studi approfonditi sulla buona tenuta in vaso delle diverse specie di piante e sulla loro capacità di condivisione di uno spazio in uno stesso ambiente. Il laboratorio *Moss by Marti* si compone infatti di varie tipologie di piante studiate per essere assemblate: dalle felci alle fittonie dalle edere comuni alle peperomie, dalle pteris ai muschi al ginseng, sono numerose le specie presenti nei terrari di Martina. Mantenere un terrario in casa è possibile ma bisogna rinunciare ad esporre i vasi alla luce diretta del sole, per evitare aumenti di gradazione dannosi per le piante. Inoltre è necessario trovare un angolo dell'appartamento dove la temperatura sia costante. Se il clima è adatto durante il giorno si formeranno delle piccole goccioline in un lato del vaso mentre l'altro sarà asciutto creando così un piccolo ecosistema.



Moss by Marti

via Zara numero 7 rosso

T. 340 5878393

Mail: mossbymarti@gmail.com

[*Instagram mossbymarti*](#)

[*Facebook @mossbymarti*](#)

Grafica e stampa: Designinthecity



Corner Studio Rossetti

La Galleria Studio Rossetti, presente a pochi passi in via di Chiabrera 33, si caratterizza per scelte insolite, dalla pittura alla scultura, dando spazio ad artisti emergenti. Teatro di numerose mostre nasce come luogo di ispirazione per proposte innovative esaltando la personalità degli artisti che espongono. Il carisma e la visione avveniristica di Elisabetta Rossetti, gallerista e architetto, rendono lo spazio unico trasformandolo in un polo attrattivo che favorisce il dialogo tra gli artisti.

A GENOVA IL COVID UN ANNO DOPO

Sono passati quasi dodici mesi dalla scoperta del virus che ha sconvolto le nostre vite: dal 22 ottobre al 1 novembre, il Festival della Scienza fa il punto su quello che sappiamo e ciò che dobbiamo ancora scoprire. Ma si parla anche di molto altro

di Lorenza Castagneri



È passato quasi un anno da quando il coronavirus è stato scoperto. Nelle nostre vite sarebbe arrivato soltanto qualche mese dopo, eppure è riuscito a rubarci ormai tutto il 2020, tanto che le immagini di tutto ciò che è stato prima - conferenze, corsi, spettacoli - sembra lontano anni luce. Anche il Festival della Scienza di Genova ha dovuto, naturalmente, adattarsi. E per la sua edizione numero 18 propone una serie di incontri online oltre che in presenza e che molto saranno dedicati alla pandemia. «Il Festival sarà una fantastica

occasione per fare il punto della situazione e capire cosa abbiamo imparato e quanto ancora non sappiamo», spiega Antonella Viola, immunologa, docente di Patologia generale dell'Università di Padova e direttrice scientifica dell'Istituto di ricerca pediatrica Città della Speranza, che ha curato la parte di programma della rassegna dedicata al Covid assieme al Bo Live dell'Università di Padova. L'appuntamento è dunque dal 22 ottobre al 1° novembre lì dove l'evento ha riunito migliaia di persone negli ultimi 17 anni, tra Palazzo Ducale e



Le immagini si riferiscono all'edizione 2019, da Flickr.

Porto Antico, a cui si aggiungono musei cittadini, biblioteche e teatri. Il cartellone prevede incontri, laboratori, mostre, con ingressi contingentati e modalità che assicurano la sicurezza di pubblico e operatori. Le sedi principali della manifestazione saranno anche dotate di collegamento streaming per poter seguire da lontano le conferenze. Quelle sul Covid-19 coinvolgeranno 25 studiosi di fama internazionale e per poter andare incontro alle esigenze di più persone possibile si svolgeranno con cadenza giornaliera in orario preserale e verranno trasmessi online.

«Nonostante le difficoltà sarà un Festival della Scienza inclusivo e diverso, ma sempre fedele a sé stesso e innovativo negli strumenti utilizzati», assicura Marco Pallavicini, presidente dell'Associazione Festival della Scienza.

Ma il Festival svelerà nuovi segreti anche su molti altri temi. Si parlerà delle ultime scoperte su quella macchina incredibile che è il nostro cervello, di come la tecnologia sta cambiando sempre di più le nostre vite, delle fake news legate

ai cambiamenti climatici con esperti delle materie insignite di prestigiosi premi. La parola chiave di questa edizione è *Onde*. Termine che richiama anche il format innovativo realizzato per rendere la manifestazione accessibile a tutti di questi tempi. E allora, bambini e ragazzi delle scuole potranno ascoltare gli speciali maestri che animano il Festival e partecipare alle sue attività collegandosi dalle loro classi. Gli studenti con i loro insegnanti potranno partecipare direttamente dalle classi, scegliendo tra laboratori interattivi, webinar e anche a visite virtuali dei principali istituti di ricerca italiane e europee.

«Realizzeremo veri e propri set cinematografici – racconta Fulvia Mangili, direttore del Festival della Scienza – da cui saranno trasmessi in diretta i nostri laboratori tramite una piattaforma informatica. Sono state studiate diverse modalità di interazione a distanza che permetteranno agli studenti di partecipare in modo attivo alle attività condotte dagli animatori del Festival».

www.festivalscienza.it



Sartorio & Facco

Assicuratori dal 1935



SEI IN SALUTE ALTA PROTEZIONE

LA SOLUZIONE ASSICURATIVA DEDICATA ALLA PREVENZIONE E ALLA CURA



CURARSI AL MEGLIO "SENZA SPENDERE"

Rimborso spese sanitarie o somma giornaliera per ricovero o intervento. Centri medici qualificati a cui rivolgersi senza dover anticipare le spese e aspettarne il rimborso.



NON SOLO CURA MA PREVENZIONE

È incluso un programma biennale di check-up per controllare il proprio stato di salute con visite, esami e consulenze (con le formule Comfort e Top).



VANTAGGI PER TUTTA LA FAMIGLIA

In un unico contratto, la formula che preferisci: oltre ad avere protezione economica in caso di parto, include gratuitamente i bambini fino a 10 anni.

Prima della sottoscrizione leggere il set informativo.

via Roma 9/2 · Genova | via D'Andrade 34/107 · Genova Sestri · ☎ 010 9861185
www.sartorioefacco.it



F.LLI
DABOVE

Il clima ideale
a casa tua



ASSISTENZA MANUTENZIONE
RIPARAZIONE - RISCALDAMENTO
PANNELLI SOLARI
CONDIZIONAMENTO

 **NUMERO VERDE**
800 - 092077

SEDE Genova: Via A. Passaggi 2, Genova (Ge) Tel. 010 37469.1

SEDE Ponente: Via Savona 10, Sassello (Sv) Tel. 019 724536

SEDE Levante: Via Trento 27-29, Rapallo (Ge) Tel. 0185 234556

www.dabove.it

A GENOVA È LA STAGIONE DEL JEANS

A Villa Croce una mostra celebra l'iconico tessuto in attesa che nasca un museo dedicato

di Lorenza Castagneri

Genova, in francese Gênes, da cui deriva jeans. Una storia, quella delle origini cittadine di uno dei tessuti più iconici del Novecento e oltre, troppo spesso dimenticata. E allora, Villa Croce le vuole ricordare attraverso la mostra "Dal Blu di Genova di ArteJeans all'infinito di Yves Klein", visitabile fino al 17 gennaio 2021. La compongono cinque eventi espositivi allestiti contemporaneamente nelle sale del piano nobile. Un percorso in cui il jeans è prima trasformato in opere d'arte che portano la firma di numerosi artisti stranieri. Dopodiché ci si concentra sulla sfida a colpi di blu tra il pittore Cappuccino Bernardo Strozzi e il francese Yves Klein, universalmente

noto per la sua ossessione per questo colore. Una passione anche del genovese Rocco Borella, a cui è dedicato un altro spazio, nel centenario della nascita. La visita si conclude con lo sguardo puntato sulla Costellazione, opera di Ben Patterson, e sulle Animulae di Fulvio Magurno: opere ispirate ai Crocifissi settecenteschi di Anton Maria Maragliano che virano, per effetto di elaborazione cromatica delle esposizioni multiple, verso una vibrante sinfonia di blu, quasi un riflesso dell'evanescenza dell'anima rispetto alla consistenza della carne e del corpo. Un primo omaggio. Perché il desiderio, per nulla segreto, è far nascere a Genova il Museo del Jeans.



. 02

Giorni di apertura e orari
Giovedì e venerdì 15-19
Sabato e domenica 11-19
Prevendita dei biglietti su
www.ticketone.it



. 01

. 01 Photo by Ricardo Gomez Angel on Unsplash
. 02 Fulvio Magurno, Animulae, 2020
. 03 Museo Villa Croce Genova



. 03

UMBERTO MARCENARO

MADE IN ITALY

MATERASSI - RETI - LETTI - POLTRONE MOTORIZZATE - DIVANI LETTO



VIENE... PROVA... RILASSATI...
TROVERAI TUTTI I PRODOTTI
SCONTATI...

FINO AL

50%



CONSEGNA E RITIRO USATO GRATUITO

ideariposo



dorelan
dormire bene vivere meglio

50 ANNI D'ESPERIENZA 50 PRODOTTI DA PROVARE



materasso h. 21 cm. in MEMORY



GENOVA - CORSO SARDEGNA 318 R

STORE: IGENIZZATO, SANIFICATO QUOTIDIANAMENTE, NON E'

NECESSARIO NESSUN APPUNTAMENTO GRAZIE ALL'AMPIEZZA DEL LOCALE

APERTI DAL LUNEDI' AL SABATO ORARI 8.30/12.30 . 15.00/19.15

TEL. 010 884963 - www.marcenaromaterassireti.com

P
CLIENTI





. 01



La street art di Genova

I murales d'autore hanno ricolorato le strade del Ponente, che ora entrano di diritto nell'elenco delle cose da vedere in città

di Lorenza Castagneri

Nell'elenco delle cose da vedere a Genova ci sono sempre più strade nuove, che mai fino ad ora erano finite nei giri della domenica di tanti "locals" o negli itinerari dei turisti. Sono le vie dei quartieri del Ponente che l'arte di strada ha reso un museo a cielo aperto. Il

nostro viaggio non può che iniziare da Certosa.

A Certosa

Il suo cuore pulsante è Certosa. Il quartiere vissuto per sessant'anni all'ombra del ponte Morandi, la cui vita quotidiana è stata stravolta dal suo

crollo e che ora prega che la nascita di nuovo viadotto e di un parco urbano possa regalare un nuovo futuro alle sue case e alle sue strade. Intanto, a farlo, ci hanno pensato alcuni dei più grandi artisti italiani e internazionali che, con il loro estro, hanno trasformato edifici



. 02



. 03

pubblici e privati in opere d'arte viventi. Il progetto si chiama «On the wall». L'italiano di Pontedera Gionata Genesi, noto con lo pseudonimo di Ozmo, ha voluto ispirarsi a un classico. E su una casa di via Fillak ha riprodotto «Amore e Psiche» di Antonio Canova, ma sul volto dei due protagonisti compare la scritta «This is site specific». È una dedica di Ozmo alla città e un modo per dare a chiunque l'opportunità di immedesimarsi nel murales. Sembra, invece, un richiamo a Keith Haring, il coloratissimo «Certosa freestyle» dello street artist di Lodi, Geometric Bang, in via Certosa. Sulla stessa strada, in successione, si vedono anche l'opera astratta composta da lettere del genovese Blef, il «Fantozzi» del duo di Caltanissetta Rosk&Loste, già diventato un punto di riferimento per tutto il quartiere, l'«Antica via del nuovo cerchio» di Gola Hundun, originario di Cesena e «Le acciughe fanno il pallone», dal titolo di una canzone di Fabrizio De

André, murale realizzato dalla coppia di foggiani Caktus&Maria. E girato l'angolo, sono imperdibili i flash di colore di «Ricostruzione/Decostruzione», che letteralmente hanno illuminato la scuola media Caffaro. L'idea è venuta al romano Greg Jager. Imperdibili anche l'immenso murale di Agostino Iacurci che ha trasformato un tipico condominio ligure dalle persiane verdi a ridosso di via Questa in un gioiello dai toni del rosso, del blu e del viola e «Untitled» dell'olandese Zedz, che ha fatto notizia per essere il più grande murale della città e per trovarsi a pochi metri da una delle ultime pile del vecchio Morandi. *La sopraelevata* Ma l'arte murale è anche «off» Certosa. E allora basta scendere verso il Porto Antico per vedere come, già da anni, alcuni artisti hanno trasformato i pilastri della sopraelevata in una galleria d'arte nell'ambito del progetto «Walk the line». L'ultimo capolavoro è stato svelato

solamente a gennaio. È un'opera di Chekos'Art, che raffigura una bambina di colore, di spalle, intenta a disegnare un sole. Sopra una scritta eloquente: «Restiamo umani». Un messaggio ispirato ai temi di aggregazione e solidarietà di cui si fa da sempre portavoce la comunità di San Benedetto al Porto, che ha finanziato il lavoro. *A Marassi* E sempre lo stesso artista leccese ha firmato anche l'ultima opera esposta a Genova-museo a cielo aperto: un murale dedicato agli Ex-Otago. Si può ammirare a Marassi, il quartiere dove i componenti del gruppo musicale sono cresciuti, che hanno cantato e a cui hanno dedicato il titolo di un album.

- . 01 Certosa Freestyle di Geometric Bang
- . 02 Wall Painting di Agostino Iacurci
- . 03 Il murale di Chekos'Art che ricopre uno dei piloni della Sopraelevata

AURUM 1962

OPERATORE PROFESSIONALE IN ORO AUTORIZZATO DALLA BANCA D'ITALIA

COMPRO
ORO e ARGENTO

Genova Corso Buenos Aires 81 R

(a fianco cinema Odeon) lunedì 15/18 martedì/venerdì 10/12 - 15/18

SEDE STORICA

SERVIAMO TUTTI

Purchè maggiorenni ed in possesso di un documento di identità valido

PAGAMENTO IMMEDIATO IN CONTANTI*

*fino al massimale di legge

COMPRIAMO TUTTO

Orologi, diamanti, leghe, monete, pietre preziose, gioielli, oro puro o di qualsiasi caratura, argento, platino, palladio

Offriamo i servizi di disimpegno polizze e valutazione a domicilio

PAGHIAMO PIÙ DI TUTTI

Massime valutazioni giornaliere

ODEON

AURUM

AURUM

COMPRIAMO ORO

Base Milano, Arci Genova, Bepart e Associazione La Stanza insieme ai ragazzi dalle scuole medie e superiori dei quartieri Certosa e Cornigliano hanno realizzato dei percorsi di arte urbana a partire dai propri bisogni e dalle proprie paure

"Immaginare Genova", un nuovo museo diffuso a cielo aperto che parte dai giovani

di Maria Grazia Belli



. 01 Opere di poster art e realtà aumentata nate dai laboratori creativi di immaginazione urbana, che hanno coinvolto alcuni gruppi di ragazze e ragazzi provenienti dalle scuole medie e superiori dei due quartieri genovesi.

. 01

Un progetto che parte dai giovani e da una domanda: Com'è fatta la città che vorresti? La risposta si trova nel nuovo museo diffuso a cielo aperto tra le strade dei quartieri Certosa e Cornigliano arricchite dalle opere sviluppate dai ragazzi delle scuole medie e superiori dei due quartieri genovesi durante i laboratori creativi di immaginazione urbana legati al progetto "Immaginare Genova".

A cura di Base Milano, Arci Genova, Bepart e Associazione La Stanza, "Immaginare Genova" è realizzato con il sostegno della Fondazione Compagnia di San Paolo nell'ambito del Bando CivICA, progetti di Cultura e

Innovazione Civica.

Obiettivo dell'iniziativa è quello di attivare un processo di immaginazione collettiva – a partire dai più giovani – che possa contribuire a riattivare la costruzione di immagini di futuro per Genova. La prima parte del progetto ha coinvolto i ragazzi delle scuole che dovevano creare contenuti attraverso l'utilizzo di linguaggi contemporanei della produzione artistica quali il collage, il video, l'animazione e la realtà aumentata. Partendo dai propri bisogni e dalle proprie paure, i ragazzi hanno definito e analizzato le necessità della propria città, immaginando un profilo della Genova dei desideri. L'arte è

diventata così processo di apprendimento, elaborazione emotiva, sviluppo di nuove competenze, strumento di partecipazione e trasformazione dello spazio pubblico. Composto da opere di sticker art e realtà aumentata, il museo ripercorre i punti cruciali dei due quartieri genovesi come l'Ex Mercato coperto di Cornigliano, il Parco Urbano Valletta Rio San Pietro, i Giardini Melis, l'Info Point Cornigliano, la Stazione della Metropolitana di Brin e il Mercato Comunale di Certosa. Inquadrando con lo smartphone lo sticker attraverso l'app Bepart (disponibile gratuitamente su iOS e Android), l'opera si animerà.

Una ricerca americana mostra i vantaggi del fitness per la longevità

L'attività fisica mantiene giovane il cervello

di Davide Fantino

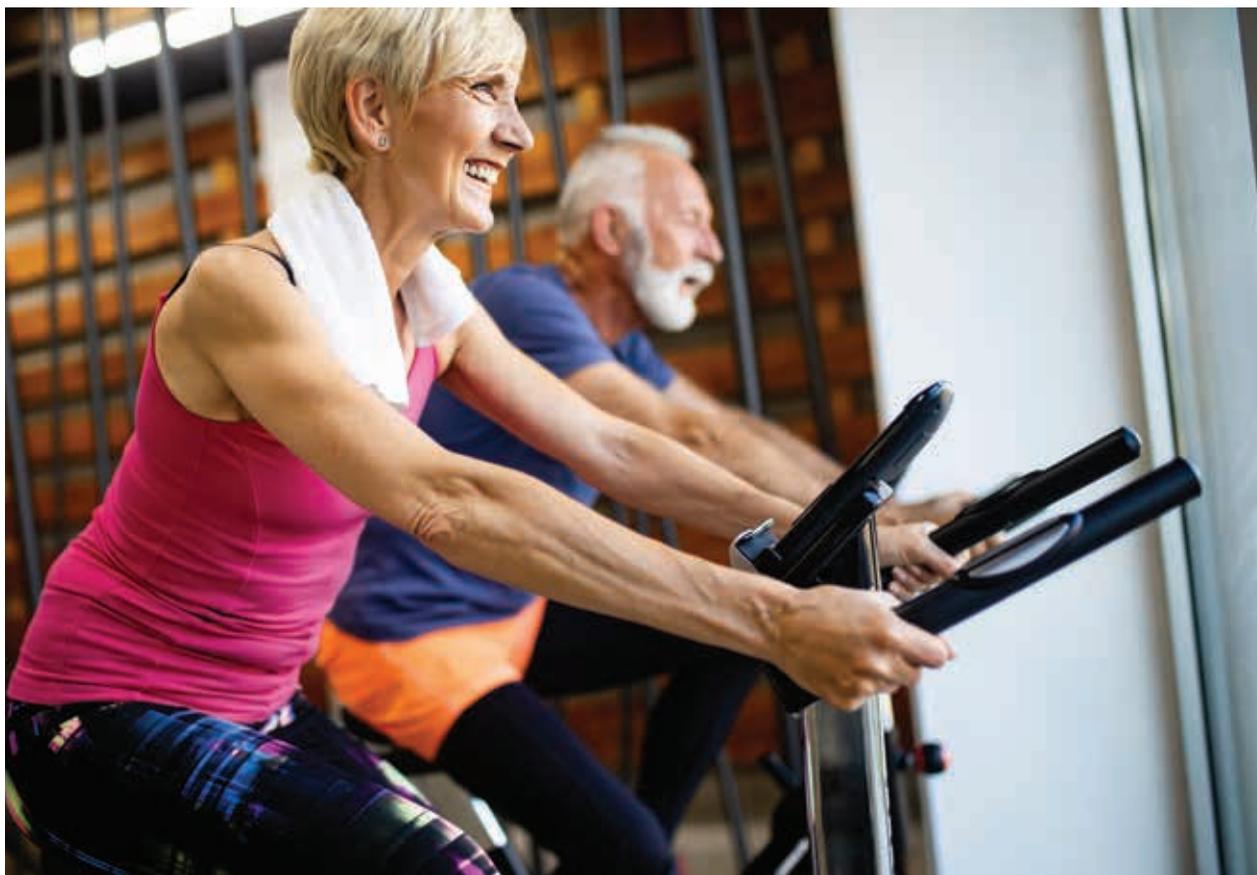


C'è una correlazione diretta tra lo svolgimento regolare di un'attività fisica e il mantenimento delle capacità cognitive anche in età avanzata. Gli scienziati che hanno redatto lo studio raccontato dalla rivista *Science* non hanno dubbi: per i ricercatori dell'Università della California e dell'Eli and Edythe Broad Center for Regeneration Medicine and Stem Cell Research esiste "un asse fegato-cervello attraverso il quale i fattori del sangue possono trasferire i benefici dell'esercizio in età avanzata".

Per arrivare a concludere che "l'esercizio ha una vasta gamma di effetti benefici sulla salute" lo studio è partito sui topi. Il team ha testato la possibilità che tali effetti dell'attività fisica potessero essere trasferiti attraverso il plasma (il sangue senza i suoi componenti cellulari) da un topo a un altro con vantaggi si

riverberassero sulla neurogenesi nel cervello e portassero a una migliore cognizione nei più anziani. In effetti, è stato osservato proprio questo: i topi "vecchi" che avevano ricevuto il plasma dai giovani pur rimanendo inerti, o che avevano fatto attività fisica, mostravano effetti benefici nel loro cervello. In particolare, manifestavano miglioramenti sensibili dell'attività cognitiva e registravano la presenza di nuovi neuroni nell'ippocampo, l'area del cervello cruciale per apprendimento, memoria a breve e a lungo termine e orientamento. In questo senso i ricercatori si sono esplicitamente sbilanciati: "L'inversione dell'invecchiamento cerebrale può essere possibile attraverso interventi sistemici, come l'esercizio fisico". Ma che cosa c'entra il fegato in tutto questo? Secondo gli autori l'effetto

favorevole sarebbe da ricondurre alla proteina Gpld1. "Abbiamo scoperto che è la somministrazione di fattori sanguigni circolanti nel plasma a trasferire gli effetti positivi dell'esercizio negli esemplari anziani e sedentari". In seguito, è stato riscontrato che la concentrazione nel sangue della proteina Gpld1, rilasciata dal fegato subito dopo l'esercizio fisico, aumenta in esseri umani anziani attivi e sani. Saul Villeda, uno degli autori della ricerca, è il primo a stupirsi della portata della scoperta: "Sinceramente, non mi aspettavo che una singola molecola potesse spiegare così tanto dei benefici dell'esercizio sul cervello. Sembrava più probabile che l'attività fisica esercitasse molti piccoli effetti difficili da isolare. Quando ho visto i dati relativi alla Gpld1, sono rimasto completamente sbalordito. Attraverso questa proteina, il fegato



Attività in palestra: le regole

Il sito del Ministero della Salute italiana riporta le regole da seguire per poter svolgere in serenità l'attività fisica all'interno delle palestre:

- Lavarsi frequentemente le mani, anche attraverso appositi dispenser di gel disinfettanti.
- Mantenere la distanza interpersonale minima di 1 metro in caso di assenza di attività fisica; mantenere la distanza interpersonale minima adeguata all'intensità dell'esercizio, comunque non inferiore a 2 metri.
- Non toccarsi mai occhi, naso e bocca con le mani.
- Starnutire e tossire in un fazzoletto evitando il contatto delle mani con le secrezioni respiratorie;

se non si ha a disposizione un fazzoletto, starnutire nella piega interna del gomito.

- Evitare di lasciare in luoghi condivisi con altri gli indumenti indossati per l'attività fisica, ma riporli in zaini o borse personali e, una volta rientrato a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti.
- Bere sempre da bicchieri monouso o bottiglie personalizzate.
- Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati (ben sigillati).

risponde all'attività fisica e dice al cervello di diventare giovane. È un notevole esempio di comunicazione fegato-cervello che, per quanto ne sappiamo, nessuno immaginava che esistesse". Villeda si è poi spinto ancora oltre, immaginando uno scenario rivoluzionario: "Se ci fosse un farmaco che produce per il cervello gli stessi benefici dell'esercizio, lo prenderebbero tutti. Ora il nostro studio suggerisce che almeno alcuni di questi benefici potrebbero un giorno essere disponibili sotto forma di pillola". Fino ad allora, il suggerimento è quello di riuscire sempre a ritagliarsi del tempo per praticare attività fisica e mantenere "giovane" anche il cervello.

È stato da poco inaugurato nel quartiere Albaro uno spazio dove l'arte e la cultura sono di casa

Quokka Polo Positivo: “un punto di ritrovo per fare del sorriso l'unica arma di difesa”

di Maria Grazia Belli



. 01

Un nuovo spazio dedicato a corsi, spettacoli e eventi. Si chiama Quokka Polo Positivo e come l'animale australiano diventato famoso perché sorride sempre è «un luogo dove l'arte e la cultura sono di casa e un'occasione per fare del sorriso l'unica arma di difesa - spiega l'attore e cabarettista genovese Alessandro Bergallo, cuore e anima del progetto - Quokka è un punto di ritrovo per il benessere fisico e mentale, un nuovo palco in città dove proporre spettacoli ed eventi, una piazza per la creatività, che offre anche corsi formativi di teatro, canto, fotografia, musica e non solo». Nel quartiere di Albaro, a due passi da corso Italia, precisamente in via Zara 25 rosso, accanto al civico 1, c'è la sede del teatro: «L'idea di fondare uno spazio culturale nel quartiere di Albaro la coltivavo già da molto tempo - spiega

Bergallo, fondatore e direttore artistico - L'anno scorso, il progetto si è concretizzato e per qualche mese abbiamo proposto spettacoli ed eventi aperti al pubblico, che hanno anche riscosso un notevole successo. Poi a febbraio è successo ciò che tutti noi sappiamo e siamo stati costretti a chiudere e a fermare le iniziative. Ma siamo ripartiti, il progetto è stato ripensato e abbiamo aggiunto tante nuove attività adatte a tutti, con un occhio di riguardo per la sicurezza. C'è tanta voglia di divertimento e di stare insieme, anche se a un metro e mezzo di distanza». Il primo corso che Quokka Polo Positivo ospita fa parte del progetto C.A.S.A - Centro di Alti Studi per l'Attore, con la direzione artistica dell'attore e regista Paolo Antonio Simioni. Gli altri corsi sono aperti a tutti: ogni martedì a partire dal 3

novembre, si terrà il corso professionale di avvio all'arte scenica “Dal corpo alla voce”, condotto da Sarah Pesca, attrice professionista diplomata al Teatro Nazionale di Genova e insegnante di recitazione. Ogni lunedì sera a partire dal 9 novembre è in programma “Il polo positivo e comico”, un corso-spettacolo con Alessandro Bergallo e Andrea Begnini. E poi corsi per bambini e ragazzi, corsi di yoga e di fotografia. La sera spazio alla comicità e al divertimento con gli spettacoli della stagione teatrale che parte il 29 ottobre e continua per tutto il 2021.

www.quokkapolopositivo.com

. 01 Attore e cabarettista genovese Alessandro Bergallo.

RESIDENZA



AVE MARIA



CI PRENDIAMO CURA DI VOI.

Da oltre 70 anni la Residenza Ave Maria opera nel mondo della sanità ligure a fianco dei cittadini che hanno avuto necessità medico-assistenziali nel corso della propria vita.

La posizione e la vista della residenza sul borgo di Boccadasse sono una vera gioia per lo spirito mentre la grande professionalità dei medici, infermieri e di tutto il personale sono al servizio dei nostri pazienti.



FISIOTERAPIA FISOCHINESITERAPIA MASSOFISIOTERAPIA, MASSAGGI PREVENTIVI INDIVIDUALI E PERSONALIZZATI E TERAPIE SPECIFICHE PER IL RECUPERO DELLA FUNZIONALITÀ MOTORIA. • RIABILITAZIONE MIRATA A SEGUITO DI EPISODI ISCHEMICI E PROBLEMATICHE CARDIACHE. • CAMERE SINGOLE LUMINOSE E SPAZIOSE DOTATE DI OGNI COMFORT. • SERVIZIO CUCINA INTERNO, ALTA QUALITÀ DELLE MATERIE PRIME E CUOCHI DALLA COMPROVATA ESPERIENZA SONO A DISPOSIZIONE DEI NOSTRI CLIENTI.

ASSISTENZA MEDICO INFERMIERISTICA 24H/24

VIA DE GASPARI 6 CANCELLO - 16146 GENOVA - TEL: 010 3106381 - 367861 - 311080 - MAIL: BOCCADASSE@HOTMAIL.IT



. 01

Chiedimi la Luna

Cristiano Caccamo è una giovane promessa del cinema italiano: talentuoso, bellissimo, e da oggi anche scrittore. Gli abbiamo chiesto come si fa a fare tutto, e a farlo bene

di Valentina Dirindin

La prima cosa che possiamo dire di Cristiano Caccamo è che è bello. È vero: fermarsi all'aspetto fisico, giudicando un libro dalla sua copertina, è un atteggiamento che nessuno dovrebbe avere. Giovanissimo (classe 1989), alto, moro, fisicato, Cristiano Caccamo è alle prese con l'inizio di una carriera da attore, modello, scrittore che si preannuncia piena e brillante. Per questo ci permettiamo di presentarlo dicendo quanto è bello: perché che è bravo lo sta già dimostrando, e non solo nel suo settore. Lui, che nasce attore (per il cinema, per la televisione, per le piattaforme on demand come Netflix) oggi va in giro per l'Italia a firmare le copie del suo primo libro, "Chiedimi la luna", edito da Harper Collins. Una storia certamente originale, che parla di Aibek un ragazzo che fa un lavoro straordinario: accende e spegla la luna. "Un compito scrupoloso, fatto di centimetri, per spostare con uno spazzolone granelli di luce sull'esatta porzione da illuminare".

Un mestiere solitario, che smetterà di essere tale quando Aibek, spinto dalla curiosità, decide di fare un salto sulla terra, e conosce Adhara. È proprio durante una delle tappe del suo "firma copie" tour, quella al Torino Outlet Village, che incontriamo Cristiano Caccamo e, tra un giro di shopping e l'altro, lo intervistiamo, per chiedergli come sia nato questo nuovo progetto. **Cristiano, parli un po' di questo libro...** «Faccio tanta fatica a spiegarlo, quando invece dovrebbe essere la cosa più semplice! In realtà io volevo raccontare una fiaba: sono fissato con cartoni animati, con le storie di fantasia, e volevo raccontare una cosa che fosse fantastica ma reale. Così ho messo insieme due mondi: da un lato c'è lui, che per mestiere accende la luna; dall'altro invece c'è una persona comune che lavora al supermercato. Ma alla fine è una storia che parla di sentimenti: entrambi provano le stesse cose, ma hanno due concezioni del mondo e della vita molto diverse».

Quale voleva essere l'obiettivo del libro? Divertire, emozionare, suscitare una riflessione? «In realtà non ho mai pensato a un obiettivo finale. Mi piaceva raccontare questa storia, ho iniziato a scriverla e da lì mi sono venute fuori delle cose, tant'è vero che ho cambiato spesso le carte in tavola. Io non volevo dare risposte, perché non le ho, ma aprire una riflessione sì: alla fine i due personaggi sono custodi di due verità opposte, ma entrambe sono verità».

Come è arrivata la voglia di buttarsi nella scrittura? «La proposta è arrivata dalla casa editrice, non da me. Anzi, io all'inizio ero molto titubante perché penso che ci sia qualcuno che può fare questo lavoro molto meglio di me. Poi però mi è sembrata una bella possibilità e ho deciso di coglierla».

E non aveva mai scritto prima? «Ho sempre scritto poesie, ma voglio ribadire che non sono uno scrittore. Sono solo un attore che è curioso di fare altre cose».

Poesie? Quindi è un romantico?

«Sì, ma non so se nel senso canonico della parola. Non amo i gesti romantici, non mi piacciono proprio. Penso che le cose romantiche debbano arrivare spontaneamente, senza essere costruite o calcolate. Anche nel libro, i personaggi sono romantici, ma non fanno gesti romantici».

Si dice spesso che i giovani non sono interessati alla lettura: è vero? E perché? «È vero, e devo ammettere che neanche io sono un grandissimo lettore. Forse il motivo è che noi abbiamo accesso al veicolo televisivo, a milioni di piattaforme che sono molto facili e veloci, e piene di bellissimi prodotti. La verità è che non ho una grande risposta, perché alla fine io sono parte di questa generazione, quindi forse bisognerebbe chiederlo ai nostri genitori. Però è un dato di fatto che noi giovani leggiamo meno: nell'evoluzione si perdono cose se ne guadagnano altre, poi magari si riscopriranno in futuro».

Qual è l'ultimo libro che ha letto? «Il libro di un amico, un attore anche lui, Marco Bonini, "Se ami qualcuno dillo". Mi è piaciuto molto».

Quanto è importante l'immagine per avere successo oggi? «È una componente che ti aiuta molto, ma non dura nel tempo. È molto immediata, ma poi bisogna essere bravi a sostenerla con altro. La bellezza è certamente un biglietto da visita importante, ma poi ci va della sostanza».

Uno dei suoi ultimi lavori è stato "Puoi baciare lo sposo", storia di una coppia gay: si è fatto un'idea sull'accoglienza di un tema che nel 2020 è ancora oggetto di discussione? «Noi quel film lo abbiamo anche portato nelle scuole, e ci è sembrato che i ragazzi lo vedessero esattamente con lo spirito che avevamo immaginato: noi volevamo raccontare semplicemente una storia d'amore, senza dare importanza se a interpretarla c'erano due uomini, due donne, un uomo e una donna. Era una storia d'amore e basta, e

"Un compito scrupoloso, fatto di centimetri, per spostare con uno spazzolone granelli di luce sull'esatta porzione da illuminare"



. 02

i giovani mi sembra l'abbiano vista proprio così. Forse sono più i loro genitori ad avere difficoltà sul tema». **Un altro è "Sotto il sole di Riccione", distribuito da Netflix: che ne pensa della tv on demand e dei nuovi portali? Sostituiranno tv e cinema?** «Sicuramente si fanno meno film da quando sono nate le piattaforme, ma bisogna ammettere che hanno prodotti molto belli. Il loro merito, secondo me, è proprio questo: aver educato pubblico medio alla qualità, cosa che ora si pretende anche in televisione. Questo dovrebbe essere uno stimolo per tutti, anche per noi attori, a fare sempre meglio».

Cinema, tv, letteratura: qual è il suo mondo? «Direi quello cinematografico, anche se ho ancora tanta strada da fare, ancora non so niente».

Be', sicuramente siamo all'inizio della sua carriera: cosa la colpisce della popolarità? «Che la gente pensa di conoscerti. Sarà anche per i social, che mostrano immagini della mia vita quotidiana, ma mi parlano come se mi conoscessero da sempre: per strada



. 03

magari mi chiamano "Cri", come fossero degli amici di vecchia data».

Su Instagram in fondo è una piccola star, con quasi un milione di follower: qual è il suo rapporto con i social? «Innanzitutto mi diverto, perché se non mi divertissi non li avrei. Mi stimola anche, mi piace creare contenuti. E poi è anche uno strumento di lavoro, una forma pubblicitaria molto diretta».

Oltre al libro, quali sono i suoi prossimi progetti? «Ho finito di girare un film un paio di settimane fa, "Una famiglia mostruosa", diretto da Volfango De Biasi. Non so bene quando uscirà al cinema, ma spero presto».

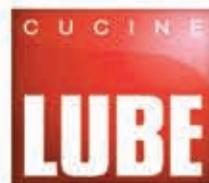
. 01 Cristiano Caccamo in una delle tappe del suo "firma copie" tour, quella al Torino Outlet Village.

. 02 Il primo libro di Cristiano Caccamo, "Chiedimi la luna", edito da Harper Collins.

. 03 Cristiano nasce come attore al cinema, per la televisione, per le piattaforme on demand come Netflix.

CENTRO BAGNI CUCINE

www.centrobagnicucine.it



SPECIALE

RISTRUTTURAZIONE

BAGNO

IN 8 GIORNI

RISTRUTTURIAMO

IL VOSTRO BAGNO

Euro 5.000 +IVA 10%

CHIAVI IN MANO

COMPLETO DI MATERIALI



- 50%

DETRAZIONI FISCALI PER RISTRUTTURAZIONI

CENTRO BAGNI CUCINE
ARREDAMENTI 

cbcbgenova@libero.it
Via R. Mandoli 127n - Corso A. De Stefanis 154r
Genova Marassi
tel. 010 8391861 - 873656

EXTRA 10% TUTTI I VENERDI!
PROMO OVER 65

CONSEGNA A DOMICILIO
IN TUTTA LA LIGURIA



DA NOI TROVI
 TUTTI I SISTEMI
 A CAPSULE
 ORIGINALI E COMPATIBILI



**6 BUONI
 MOTIVI
 PER REGALARTI
 UN CAFFÈ PERFETTO**



Caffeitaly system
Macchina IRIS
€ 29,00



COPY
 con 144 capsule assortite
€ 49,00



ESSE CAFE
 200 capsule € 60,00 +
MACCHINA S12 a soli € 9,00



MACCHINA ALEX PLUS
€ 19,90



192 capsule + Cofanetto e MACCHINA CS80
 a soli **€ 60,00**



Caffeitaly system
BIANCA 169€
DIADEMA 59€
NAUTILUS 89€

20€ DI CAPSULE IN OMAGGIO se acquisti una macchina

QUESTE OFFERTE LE TROVI DA:



I PRIMI NEGOZI DI CAPSULE IN ITALIA

GENOVA Centro
 Via Porta Soprana, 17/R
TEL. 010.25.14.056

ALBENGA
 Via Venezia, 1
TEL. 0182.55.40.96

IMPERIA ON.
 Via Alfieri n°11
TEL. 0183.88.20.99

GENOVA Sampierdarena
 Via Giovanetti, 86/R
TEL. 010.471.18.64

GENOVA Oregina
 Via Vesuvio, 6/R
TEL. 010.40.71.159

VENTIMIGLIA
 Via Cavour, 3/C
TEL. 0184.351277

Shop in the City va alla scoperta dell'America con La McMusa (blogger di cultura e letteratura nordamericana): mostre, happening, inaugurazioni e il racconto del meglio della cultura a stelle e strisce

Resteranno le elezioni più memorabili?

di lamcmusa.com



Mentre sto scrivendo questo pezzo, Trump riprende possesso della Casa Bianca dopo aver trascorso tre giorni all'ospedale Walter Reed. Era - e sicuramente è ancora - positivo al coronavirus. Dopo mesi spesi a minimizzare se non del tutto negare la gravità della pandemia, il Presidente degli Stati Uniti ne ha fatto esperienza diretta. Ha imparato la lezione dalla vita e non dai libri, come lui stesso ci ha tenuto a sottolineare in un messaggio che ha diffuso sul suo canale Twitter rivolto ai sostenitori. Resta da capire ad oggi, però, se questa lezione sarà effettivamente servita a qualcosa o se, al contrario, il candidato repubblicano continuerà a politicizzare l'uso della mascherina e delle altre norme anti-Covid come ha fatto finora negandone di fatto l'efficacia e la necessità. Sì, anche se il prossimo Presidente americano deve ancora essere eletto,

stiamo già vivendo qualcosa di eccezionale: questa campagna elettorale e queste elezioni americane resteranno nella memoria non solo degli Americani ma del mondo intero. Qualcosa sta cambiando e il 2020 ci ha tenuto a rimarcarlo in modo ineludibile: ricordate il vecchio sogno americano? Quello che ha mosso milioni di persone verso una specie di "terra promessa" in cui poter cercare (e trovare) la realizzazione e la felicità? Quello che ci ha sempre fatto guardare New York e la California con gli occhi gonfi di promesse e aspettative? Sembra che quel sogno si stia stemperando e che la cavalcata elettorale che il prossimo 3 novembre porterà all'elezione di un nuovo presidente giunga a tutti noi con un certo carico apocalittico. Per capire il perché basta fare un elenco: il fatto che il Presidente si sia ammalato di Covid è solo l'ultima delle vicende eclatanti che

stanno scuotendo il paese in questi mesi. La pandemia ha colpito molto più duramente che in altri posti del mondo; mentre ancora la prima ondata era al suo culmine sono scoppiate alcune delle rivolte più tenaci e persistenti della storia americana contro la violenza della polizia e a favore del movimento Black Lives Matter; l'economia è crollata; è morto un simbolo vivente della lotta per i diritti civili, il giudice della Corte Suprema Ruth Bader Ginsburg; il New York Times ha svelato che in 10 anni Trump ha pagato 750\$ di tasse; le città si stanno spopolando e la West Coast ha dovuto fronteggiare gli incendi più devastanti di tutta la sua storia. Qualcos'altro?

Qualcos'altro c'è, in effetti, ed è il terreno molto sdruciolevole su cui si muove quella cavalcata, la cosa che di fatto rende preoccupante il succedersi di questi eventi nonché reale il tramonto del sogno americano (come fin qui l'abbiamo conosciuto, almeno): l'America oggi è molto divisa. Gli elettori democratici e quelli repubblicani non sono mai stati così agguerriti nel volere difendere i propri valori e il proprio terreno. Non è solo Joe Biden contro Donald Trump, è un'America contro l'altra, un estremo sempre più lontano dall'altro. Chissà come sarà andata a finire quando voi leggerete questo articolo e chissà come andrà a finire da qui a dieci-venti anni! Qualsiasi sia il risveglio che ci attende da questo periodo denso di eventi raccapriccianti, dover rinunciare a un sogno così solido e collettivo come quello americano è davvero un rammarico: goodnight and good luck a tutti noi.

LA NUOVA VITA DELLA “BOMBONIERA” DELLA COLLINA

È Scalinata Borghese, gioiello liberty nato nel 1910 e restituito alla città dopo oltre un secolo, con un volto nuovo

di Lorenza Castagneri



All'inizio doveva essere la nuova sede dell'Accademia ligustica di belle arti, oltre un secolo dopo è diventata uno scintillante ristorante e cocktail bar. Genova si è finalmente ripresa Scalinata Borghese. E questo gioiello in stile liberty al centro di Albaro è diventato subito il luogo dove andare nonché oggetto di curiosità. Per chi non lo sapesse, è dedicata a Giorgio Borghese, politico genovese originario di Rapallo che nel 1724 si trasferì in Uruguay, a Montevideo, diventandone il primo residente e, in seguito, sindaco. Nel 1910 l'inaugurazione. Per accogliere, appunto, l'Accademia ligustica, che già allora aveva sede in piazza De Ferrari. Ma vennero mancare i soldi. Con quelli che c'erano, impossibile riuscire a completare il progetto, che prevedeva anche la costruzione di due torri e di un altro edificio in via Francesco Pozzo. E così nel tempo la bomboniera della collina di Genova, come tanti la definiscono, ha vissuto molte vite. È stata sede del Comune, di una palestra, di uffici Asl, di ambulatori, laboratorio di arte, musica e design. Poi l'abbandono. Fino all'acquisizione dei locali da parte dell'imprenditore Davide Viziano che, dopo molte lungaggini e un investimento da due milioni di euro, è riuscito a restituire Scalinata alla sua città.



PER VOI!

VOI

EKOM

IL DISCOUNT VICINO A TE.

La tua spesa diventa facile e comoda!

ORA ANCHE ONLINE!

CONSEGNA GRATUITA

dal 19 al 31 ottobre

DA OGGI PUOI SCEGLIERE TRA:



REGISTRARTI SUL SITO

WWW.NOISUPERMERCATI.COM

PER ACQUISTARE ONLINE **ANCHE AL SABATO**



CHIAMARE IL N° 010 23 67 771

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ DALLE 9 ALL E 12
PER FARE LA SPESA CON L'ORDINE TELEFONICO



SCRIVERE SU WHATSAPP AL N° 351 771 0136

DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ



**FARE LA SPESA IN NEGOZIO E CHIEDERE LA
CONSEGNA A DOMICILIO DAL LUNEDÌ AL SABATO**

INQUADRA
IL QR CODE
ED INIZIA
LA SPESA



Spesa minima 30 € (NO SURGELATI). Costo consegna 3,90 €. Pagamenti con contanti o carta/bancomat.



Noi Supermercati



@noisupermercati



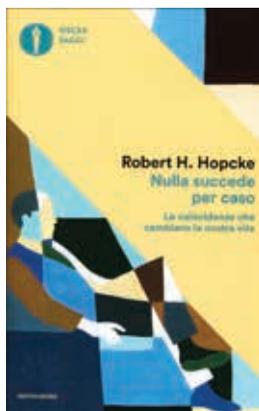
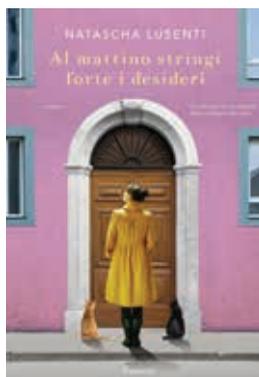
Noisupermercati

Libri "a tema" per le prime ore da svegli del giorno

Letture della mattina

di Davide Fantino

Le copertine:



Come pausa dal lavoro, come intrattenimento lungo il tragitto sull'autobus, come coccola il giorno che non dovete alzarvi: un libro è un buon modo per intrattenersi a inizio giornata. Ecco una selezione di libri che con la mattina, per la trama o altri spunti hanno qualcosa a che fare.

Finché il caffè è caldo

Quante volte vi è capitato di controllare se il caffè avanzato è ancora sufficientemente caldo per essere bevuto? Nel caso dello scrittore Toshikazu Kawaguchi è un rito con un sapore speciale. Il libro è diventato un caso editoriale in Giappone, con oltre un milione di copie vendute e racconta di una caffetteria dove tutto è possibile: esiste da cento anni e porta le persone a riflettere sul senso della propria vita e a dare un significato a ogni momento della propria esistenza. Pubblicato da Garzanti in Italia.

Al mattino stringi forti i desideri

“Emilia pensa a come sarebbe bello poter trovare dei nuovi amici proprio

lì, nel condominio. Davanti alla porta d'ingresso c'è una borsa grande e nera. Emilia ne estrae un foglio di carta e una penna. Pensa che deve volere bene ai suoi pensieri, come le diceva il papà. Soprattutto a quelli del mattino, perché sono una nuova speranza”. I pensieri del mattino sono quelli raccontati dall'autrice Natascha Lusenti, esperta nel campo, visto che da sei anni è una delle voci che apre le mattine di Radio2 Rai con la trasmissione Ovunque6. Il libro è pubblicato da Garzanti.

Nulla succede per caso

Anche se credete alle casualità, questo libro di Robert H. Hopcke vi farà ricredere. L'autore esplora l'universo delle coincidenze che sembrano modificare la nostra esistenza e con una serie di racconti di esperienze vissute, ci fa capire come in realtà tutto sia dipendente dalle scelte che facciamo. Il nostro stato d'animo, i nostri sogni e il modo in cui decidiamo di affrontare la vita, possono portarci verso una direzione migliore. Il libro è uscito per la collana Oscar Saggi di Mondadori.



LEONORA VIAGGI E TURISMO

Tour Operator • SAN BARTOLOMEO AL MARE (IM)

Via Aurelia 8-10 • Tel/fax 0183 402679 Cell. 329 60 96 603

info@leonoraviaggi.com • www.leonoraviaggi.com

Capodanno ad Alberobello

DAL 28 DICEMBRE 2020
AL 02 GENNAIO 2021

VIAGGIO IN PULLMAN GT ACCOMPAGNATO

6 giorni/5 notti in pensione completa con Cenone di Capodanno in hotel



La quota comprende:

- Viaggio in pullman GT a/r;
- Le escursioni in pullman GT a
Matera - Lecce - Polignano a Mare - Ostuni - Loreto
- Accompagnatori dell'agenzia per tutto il viaggio;
- Pensione completa in hotel**** centrale con bevande ai pasti (unico hotel);
- I pranzi in ristorante con bevande come da programma;
- Il Cenone di Capodanno con serata danzante in hotel;
- Le visite guidate come da programma;
- Gli ingressi come da programma;
- Assicurazione sanitaria e bagaglio.



La quota non comprende:

- Le mance;
- Assicurazione annullamento viaggi (facoltativa);

RESTANO 20 POSTI DISPONIBILI
programma dettagliato sul sito www.leonoraviaggi.com
o in agenzia € 890 - Formula "Tutto compreso"

GITE DI 1 GIORNO 2020

- **DOMENICA 08 NOVEMBRE:** TORINO: Museo Egizio + "CioccolaTò" Fiera del cioccolato pullman
- **MARTEDI' 08 DICEMBRE:** Mercatini di Natale a GOVONE (Immacolata) pullman

WEEK - END 2020 2 giorni

- **OTTOBRE 24 - 25:** FIRENZE pullman € 295
- **NOVEMBRE 14 - 15:** AREZZO "Villaggio Tirolese di Natale" + SIENA pullman € 285
- **DICEMBRE 05- 06:** Mercatini di Natale a TRENTO e BOLZANO pullman € 290
- **DICEMBRE 12 - 13:** BOLOGNA e 'Fiera di Santa Lucia' pullman € 260
- **DICEMBRE 19 - 20:** ASSISI "La Magia del Natale" pullman € 280

LONG WEEK-END 2020 - 4/5 giorni

- **OTTOBRE 14 - 18** LE MARCHE: Urbino/Ascoli Piceno/Grotte di Frassassi/Recanati/Loreto/etc. Pullman € 720
- **OTTOBRE 28 - 31** NAPOLI pullman € 680

TOUR DI GRUPPO 2020 6 giorni e più

- NOVEMBRE:**
- **21 - 28: ABANO TERME:** 'Soggiorno Termale o Relax' con escursioni pomeridiane facoltative pullman € 690
- DICEMBRE: 28 al 02 Gennaio 2021:**
- **CAPODANNO AD ALBEROBELLO:** Matera/Lecce/Polignano a Mare/Ostuni/Loreto pullman € 890

Le partenze davanti all'agenzia e punti di raccolta: SANREMO • ARMA DI TAGGIA • S. STEFANO AL MARE • S. LORENZO AL MARE • IMPERIA • DIANO MARINA
CERVO • ANDORA • LAIGUEGLIA • ALASSIO • ALBENGA • CERIALE • BORGHETTO S. SPIRITO • LOANO • PIETRA LIGURE • SAVONA



I programmi dettagliati con i prezzi sono disponibili in agenzia o sul sito www.leonoraviaggi.com
BUON VIAGGIO CON LEONORA VIAGGI E TURISMO TOUR OPERATOR

TI ASPETTIAMO...
A SERRA RICCO'
CON IL NUOVO CENTRO CUCINE

federici

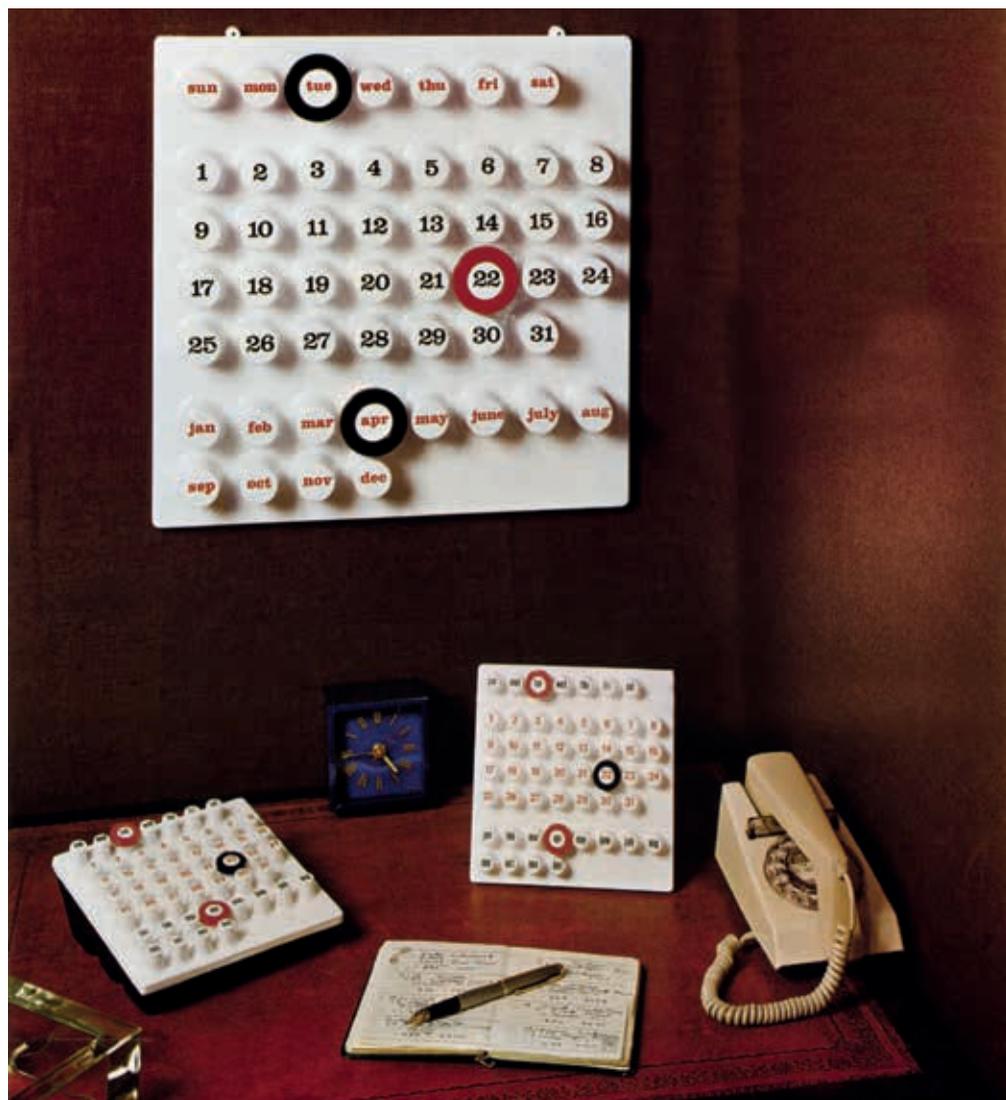
mobili per amici!

...le migliori marche
AL MIGLIOR PREZZO

Dagli anni Settanta un pezzo di stile made in Italy

Un calendario è per sempre

di Davide Fantino



. 01 Ring a Date
Perpetual Calendar di
Giorgio Della Beffa

. 01

Porta la firma di Giorgio Della Beffa il Ring a Date Perpetual Calendar, frutto della creatività e dello stile del design italiano degli anni Settanta. È quello il periodo del boom dei polimeri, ma soprattutto dell'applicazione della creatività e della ricerca di linee anticonformiste per la produzione di oggetti che caratterizzano la quotidianità. La Euroway entrava allora sul mercato con alcuni prodotti dimostratisi di successo, come questo calendario che torna oggi

in versione assolutamente fedele a quella del 1970 che ebbe la sua consacrazione con un'esposizione di diversi anni al MoMA di New York. In seguito, ne furono prodotte altre due versioni, da tavolo e di misura intermedia, ma è quella originale da parete che si può trovare oggi nell'edizione limitata di 999 pezzi: ogni calendario è numerato con una targhetta in metallo rivettata e ha il Certificato di Autenticità numerato e associato. www.ringadate.it

EVENTI

FESTIVAL DELLA SCIENZA 2020

Fino al 1 novembre

Luoghi vari

11 giorni di incontri, laboratori, spettacoli e conferenze per raccontare la scienza in modo innovativo e coinvolgente, con eventi interattivi e trasversali. www.festivalscienza.it



INCONTRI IN BLU. UOMINI, DONNE E STORIE DI MARE - 2° EDIZIONE

Fino al 19 novembre

Galata Museo del Mare

Seconda edizione degli incontri con donne e uomini fuori dell'ordinario legati al mare. Il 5 novembre ci sarà Simone Perotti, il 19 novembre Mariella Amoretti. www.galatamuseodelmare.it

L'ORIENTE RACCONTATO, IMMAGINATO, TRASFIGURATO DALL'OCCIDENTE

Fino al 21 novembre

Palazzo Ducale

4 incontri dai filosofi dell'antichità ai viaggiatori 'da camera', dagli artisti agli 'esploratori dell'anima', dalla retorica coloniale alla moderna storiografia, dalle spedizioni di conquista ai temi letterari, dalla curiosità alle prospettive spirituali. www.palazzoducale.genova.it

DEREDIA A GENOVA - LA SFERA TRA I DUE MONDI

Fino al 30 novembre

Luoghi vari

Genova si trasforma in uno scenario per le grandi sculture dell'artista costaricano Jiménez Deredia (Heredia, 1954), che diventano un potente segno nel paesaggio urbano dell'autunno genovese.

FESTIVAL MUSICALE "ESTOVEST - LE STRADE DEL SUONO"

Fino al 13 dicembre

Luoghi vari

Il tema dell'edizione 2020 è Biografie. Biografie perché ogni storia può racchiudere aspetti unici, rilevanti e artisticamente degni di profonda ammirazione. un mondo di musica che farà viaggiare sulle note della classica contemporanea. www.eutopiaensemble.net

MOSTRE

NEL SEGNO DI SAN GIORGIO - STORIA DI UN RESTAURO IN QUOTA

Fino al 1 novembre

La Lanterna

Una suggestiva sequenza di immagini che testimoniano l'eccezionale restauro dello Stemma di Genova dipinto sulla Lanterna, simbolo della città. www.lanternadigenova.it

IVOS PACETTI, IMPRENDITORE



FUTURISTA

Fino al 1 novembre

Wolfsoniana

La mostra, realizzata grazie al sostegno dell'Archivio Pacetti - Studio Ernan Design di Albisola Superiore e ai prestiti provenienti da alcune tra le principali collezioni italiane di ceramica, intende offrire uno sguardo a 360° gradi sulla poliedrica attività artistica di Pacetti. www.wolfsoniana.it

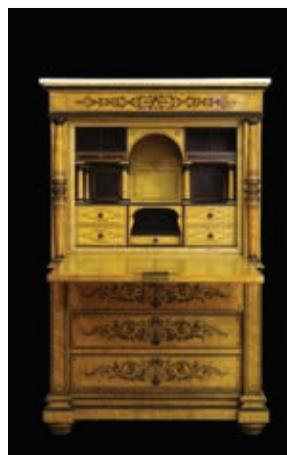
MOGANO EBANO ORO!

Fino al 1 novembre

Palazzo Reale di Genova

Una grande mostra dedicata alla produzione di arredi e arti decorative a Genova nell'Ottocento, a partire dai mobili progettati e realizzati dal raffinato mobiliere inglese Thomas Henry Peters (1792-1852),

presente in città per trentacinque anni. www.palazzorealegenova.beniculturali.it



OBEY FIDELITY. THE ART OF SHEPARD FAIREY

Fino al 1 novembre

Palazzo Ducale - Sottoporticato

Un viaggio visivo che incrocia



dal 1851 dolci specialità Genovesi

*dal 1851 alta pasticceria Genovese
o semplicemente...*

Sacripante

è un Peccato... non mangiarlo!



ORDINABILE
ANCHE
TELEFONICAMENTE
CON CONSEGNA
A DOMICILIO

*Nei migliori supermercati, punti vendita, bar e al
nostro "Spaccio" aziendale in:
Via Salvatore Carnevale, 1
16010 Sant'Olcese (GE) Italy - Tel. 010/70.98.52*

www.pretidolciaria.it



[f @preti1851](https://www.facebook.com/preti1851) [i](https://www.instagram.com/preti1851)



BMW MOTORRAD



NON CHIAMATELA MOTO, GS È UNO SPIRITO.

Per chi non l'ha mai guidata GS è solo una moto.

Per tutti gli altri invece è molto di più. È un'attitudine ad essere sempre pronti a partire, a cercare ovunque l'avventura, a esplorare il mondo in tutte le sue sfumature.

Per questo oggi, a 40 anni dalla sua nascita, non celebriamo solo la GS ma anche lo spirito che porta chi la guida a spingersi ogni volta sempre più lontano.

Tanti auguri a noi.

Dal 17 ottobre, scopri in Concessionaria la nuova R 1250 GS Adventure con livrea Bumblebee "Edition 40 Years GS".

#SPIRITOFGS

CONTATTA LA CONCESSIONARIA.

Gecar

Concessionaria BMW Motorrad

Lungobisagno Dalmazia, 31 f/g

Genova (GE)

gecar.bmw-motorrad.it

quattro punti tematici - Donna, Ambiente, Pace, Cultura - ricreando a Palazzo Ducale un'ideale passeggiata nella notte metropolitana. Le opere in mostra sono parti organiche della stessa famiglia, una conversazione urbana tra messaggi militanti, visioni pacifiste, passioni solidali. www.palazzoducale.genova.it



Y.S. KEITH KIM

Fino al 6 novembre

[Palazzo De Franchi](#)

La mostra si propone di far conoscere e valorizzare l'opera dell'artista coreano promuovendo al tempo stesso Palazzo De Franchi, importante palazzo dei Rolli. info@palazzodefranchi.it

ISOLE VICINE E LONTANE

Fino al 8 novembre

[Castello D'Albertis](#)

Il progetto nasce dalla volontà di riscoprire le pagine poco note di una storia che lega la Sardegna alla Liguria e alla Nuova Guinea. Filo conduttore della vicenda è l'esploratore genovese ed ex garibaldino Luigi Maria D'Albertis. www.museidigenova.it

DAL BLU DI GENOVA DI ARTEJEANS ALL'INFINITO DI YVES KLEIN

Fino al 17 gennaio 2021

[Museo d'Arte Contemporanea Villa Croce](#)

Gli spazi bianchi e luminosi della dimora-museo saranno invasi dalla potenza dirompente di un colore intenso e magicamente suggestivo, che connota, in modo diverso, le opere d'arte esposte e che suggerisce, agli artisti rappresentati, diversi percorsi di ricerca. Il progetto di una mostra plurima comprende cinque eventi espositivi allestiti contemporaneamente nelle sale del piano nobile. www.museidigenova.it



MICHELANGELO: DIVINO ARTISTA - PALAZZO DUCALE

Fino al 24 gennaio 2021

[Palazzo Ducale](#)

La prima mostra in assoluto dedicata a Michelangelo Buonarroti a Genova. Il percorso espositivo concentra la sua attenzione sugli eccezionali incontri che Michelangelo conta nella sua biografia. www.palazzoducale.genova.it

MYTHOS CREATURE FANTASTICHE TRA



SCIENZA E LEGGENDA

Fino al 29 agosto 2021

[Museo Civico di Storia Naturale](#)

[Giacomo Doria](#)

Una straordinaria esposizione di modelli delle creature zoomorfe che maggiormente hanno colpito l'immaginario collettivo. Visitabile sabato e domenica dalle 10 alle 18.

www.comune.genova.it

Foto Marco Bertolini



MUSICA

CONCERTO

27 ottobre

[Teatro Carlo Felice](#)

Francesco Ivan Ciampa, Direttore, Massimo Quarta, Violino e l'Orchestra del Teatro Carlo Felice presentano musiche di Ludwig van Beethoven e Niccolò Paganini. www.carlofelicegenova.it

LOREDANA BERTÈ

16 novembre

[Politeama](#)

Loredana Bertè in tour teatrale nel 2020 con l'album anticipato il 21 settembre dai singoli Maledetto luna-park e Babilonia. www.politeamagenovese.it



ALFA - BETH

20 novembre

[Teatro della Tosse](#)

Una nuova produzione musicale ideata da Matteo Manzitti, Direttore Artistico del Festival, e Alberto Barberis. Una composizione multimediale che indaga le forze ancestrali operanti dietro la nascita dei segni alfabetici greco-latini e mescola acustica ed elettronica. www.teatrodellatosse.it

LA VEDOVA ALLEGRA

Dal 27 novembre al 6 dicembre

[Teatro Carlo Felice](#)

È la più celebre e amata delle operette, un titolo ormai divenuto sintesi di un'epoca e, al contempo, un termometro dei tempi a venire. www.carlofelicegenova.it



TEATRO

MAGICA...MENTE
CON HUMOUR

30 ottobre

Teatro Garage

Carlo Cicala, fine umorista e illusionista, presta le proprie capacità alla tecnica del "mentalismo" per cucire uno spettacolo che è, al contempo, divertente e coinvolgente.
www.teatrogarage.it

UN FANTASMA A
TEATRO

31 ottobre

Teatro Garage

Anche quest'anno la Compagnia Liberitutti festeggia - nel rispetto del distanziamento - la serata di Halloween assieme a grandi e piccini, raccontando una storia di fantasmi...di casa nostra. Naturalmente si caldeggia di venire a teatro mascherati.
www.teatrogarage.it

FURORE

4 - 8 novembre

Teatro Gustavo Modena

Furore è un romanzo ampio, arioso, epico, in cui l'autore osservava, quasi da cronista, l'aspra condizione di vita dei braccianti americani in un viaggio verso la speranza, verso la terra ambita, sognata, della California.
www.teatronazionalegenova.it

IO PROVO A
VOLARE

10 - 15 novembre

Teatro Dino Campana

Una drammaturgia originale, che partendo da cenni biografici di Domenico Modugno e dalle suggestioni delle sue canzoni, racconta la vita di uno dei tanti giovani cresciuti in provincia con il sogno di diventare artista.
www.teatrodellatosse.it

CREATURA DI
SABBIA

11 - 15 novembre

Teatro Gustavo Modena

Creatura di sabbia racconta di una fanciulla costretta a vivere in un corpo non suo: Mohamed/Zahra, cresciuta come uomo dal padre dopo la nascita di sette figlie femmine.
www.teatronazionalegenova.it

UNA VITA COLOR
VESPA

13 - 14 novembre

Teatro Garage

Lo spettacolo racconta storie di persone che amano la libertà,

perché in sella ad una Vespa non esistono confini.
www.teatrogarage.it

BRUCIABARACCHE

13 - 14 novembre

Politeama

Dopo i sold out degli ultimi show, I Bruciabaracche tornano al Politeama con uno spettacolo tutto nuovo.
www.politeamagenovese.it



GROUNDED

17 - 29 novembre

Teatro Ivo Chiesa

Grounded pone al centro della scena una pilota dell'aviazione degli Stati Uniti: orgogliosa Top Gun, macchina da guerra indistruttibile al comando del suo F16, la protagonista della storia è una davvero "tosta".
www.teatronazionalegenova.it

AUTUNNO IN
APRILE

18 - 28 novembre

Teatro Eleonora Duse

Torna l'allegria, scombinata famiglia creata dalla drammaturga spagnola Carolina África Martín Pajares e dall'incontenibile cast di sole attrici.
www.teatronazionalegenova.it

I SOLITI MOSTRI

18 - 19 novembre

Politeama

Il nuovo spettacolo di Enzo Paci. Passadore e nuovi personaggi, maschere impietose e proprio per questo esilaranti, una carrellata sui nostri vizi, debolezze e paure.
www.politeamagenovese.it

OPEN

23 novembre

Politeama

Di Daniel Ezralow. Coreografie ingegnose, straordinaria tempistica ed eccellenza tecnica; mondo infinito di contaminazioni, somatiche, stilistiche e tecnologiche, dando vita ad una miscela esplosiva di fantasia, sorpresa, divertimento, leggerezza e agilità.
www.politeamagenovese.it

RESISTERE E
CREARE

Dal 23 novembre al 6 dicembre

Luogo da definire

Una rassegna di danza, ma anche un'indagine sulla collettività, estetica e politica insieme. La danza, come gesto politico: per opporsi ai meccanismi che debilitano le comunità sociali e culturali e per aprire nuove prospettive e possibilità.
www.teatrodellatosse.it