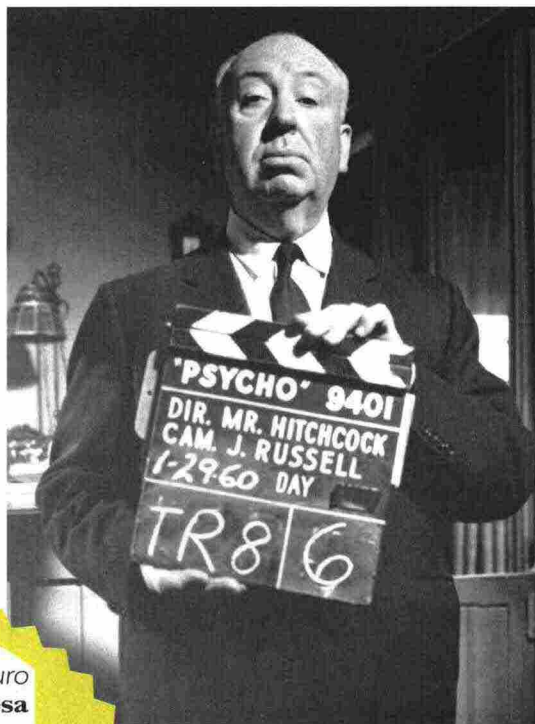


un po' di tutto in 5 domande

a cura di Mariacristina Panella

chi Alfred Hitchcock Nelle foto da brivido a Monza

Sono passati ormai 40 anni dalla scomparsa del regista Alfred Hitchcock, ma nessuno se ne è certo dimenticato. Per celebrare l'indiscusso maestro del brivido, dal 9 ottobre al 10 gennaio 2021, all'Arenario di Monza è allestita una mostra fotografica dedicata a lui e ai suoi film, realizzati per la Universal Pictures. Si tratta di 70 fotografie, oltre a contenuti speciali provenienti dagli archivi della major americana del cinema, che permettono di scoprire particolari curiosi del backstage di tante pellicole celebri, da "Psycho" a "La finestra sul cortile", passando per "Gli uccelli" e "La donna che visse due volte". Non mancano curiosità sugli effetti speciali, gli attori e la vita privata dello stesso Hitchcock. Per informazioni e prenotazioni, visitare il sito: vidicultural.com



perché IL CIBO NON È UN NEMICO

Se scopri il suo valore

Il rapporto con il cibo ha sempre un significato profondo, che a volte non ci è chiaro. Spesso affonda le radici nel passato e per questo può essere difficile risalire alle cause di una difficoltà o di un vero disturbo alimentare. Con il libro "Cibo amico, cibo nemico" (Mimesis edizioni, € 14), la psicoterapeuta Marina Balbo prova a fornire gli strumenti per arrivare al cuore del problema. L'autrice, che è direttrice del Centro di psicoterapia Emdr di Asti, propone proprio questa tecnica, validata scientificamente per il trattamento di diversi tipi di trauma, come possibile percorso di guarigione.

10 viversaniebelli

quanto 6.570 euro La spesa... per la spesa

Ogni famiglia italiana, in media, spende 6.570 euro all'anno per fare la spesa. Questa cifra, che risulta dai dati Istat, può essere ridotta. Secondo l'annuale inchiesta di Altroconsumo sui supermercati, infatti, la scelta del punto vendita fa una grande differenza, soprattutto nelle città del Nord. A Milano, per esempio, si possono risparmiare fino a 1.769 euro, mentre a Lecce o Taranto al massimo si può arrivare a 300 euro. Il motivo è nella concorrenza: più punti vendita ci sono, maggiori sono offerte e sconti.

cosa MODA RESILIENTE Grazie alla stampa 3D

Modella e visual artist spagnola, Miranda Marquez ha fatto tesoro della lezione del lockdown e ha elaborato un progetto di moda resiliente per un approccio "ottimistico" (come lo definisce lei stessa) al problema della pandemia. È un modello di crop top (maglietta corta) con applicazioni di fiorellini in rilievo, completabile con una mascherina in pendant. Chiunque può scaricare e realizzare i capi da sé con una stampante 3D. Si trovano all'indirizzo thingiverse.com/thing:4519684 (il top) e thingiverse.com/thing:4532101 (la mascherina).

come CONTRASTARE IL COVID Con un piatto d'autore

L'organizzazione umanitaria Cbm Italia, impegnata nei Paesi in via di sviluppo (ma anche in Italia) in progetti sanitari e sociali, ha trovato un partner d'eccezione per la sua campagna "Emergenza Covid-19". A sostegno di questa iniziativa, infatti, al fianco della ong si è schierato anche l'atelier di design Fornasetti di Milano, con un nuovo piatto della serie "Tema e Variazioni" dal significativo titolo "United with the world". Il volto iconico di Lina Cavalieri è mascherato con il tricolore, a simboleggiare unione e solidarietà. Il piatto (in porcellana, diametro 26 cm) è un vero oggetto da collezione, e sarà messo in vendita negli store Fornasetti di Milano e Londra a 200 euro; il ricavato sarà devoluto a sostegno delle attività della campagna.

