

F

N.2 SETTIMANALE 16.01.2024
€ 1,20 IN ITALIA

**DONNE
CORAGGIOSE**
LA MIA VITA
PER L'AMAZZONIA

Moda
ELEGANZA
SULLA NEVE

Alimentazione
CIOCCOLATO
E SPAGHETTI
NEL MENÙ
LEGGEREZZA

**EMMA
Stone**

L'AMORE
HA BISOGNO
DI CURE

Kate Moss
I 50 ANNI
DELL'ULTIMA
DIVINA

**Margrethe
di Danimarca**
LA REGINA
CHE HA SAPUTO
DIRE BASTA

**Sara
Lazzaro**
SE TI DICONO
CHE NON HAI
IL CORPO GIUSTO

**Pronostici
2024**
IL METAVERSO
CI CAMBIERÀ
LA VITA
(IN MEGLIO)

Psicologia

AMICA ANSIA

SE LA USI, TI AIUTA: ECCO COME

ISSN 2280 773X

46002 >



9 772280 773004



CARRO EDITORE

DI CHIARA DALL'ANESE

LE SETTE MIGLIORI NOTIZIE DELLA SETTIMANA

A CACCIA DI IDEE

Cosa diventerà l'ex seminario di San Massimo a Verona? Luogo di benessere spirituale, ateneo, centro polivalente? Puoi dire la tua partecipando al concorso lanciato da Diocesi e Fondazione San Zeno, ente no-profit nato dalla volontà di Sandro Veronesi, presidente del Gruppo Calzedonia (ora Oniverse). Tutti possono proporre un'idea per riqualificare l'area di 17 ettari (a destra, la Chiesa di San Giuseppe che ne fa parte) fino alle 11.59 del 27 marzo. Ai tre vincitori andrà un premio in denaro per un totale di 50mila euro, *exseminariosanmassimo.org*

Roselina Salemi

1



2

VEGANA PER UN MESE

Veganuary è l'iniziativa che da dieci anni, in tutto il mondo, invita le persone a provare l'alimentazione vegana per tutto il mese di gennaio. In Italia, è promossa dall'associazione Essere Animali. Iscrivendosi al sito e selezionando la data di inizio prescelta, è possibile ricevere gratuitamente, per 31 giorni, ricette e consigli per preparare un menu senza carne, pesce e derivati sano e gustoso, *veganuary.it*



6

ADOTTA UN LUPO

A orsi bruni, gufi reali, lontre e altre creature selvatiche il Parco faunistico BelPark di Spormaggiore, sulle Dolomiti, assicura un rifugio protetto. Per garantire la loro salvaguardia, cibo e assistenza, si può adottare a distanza uno di questi animali. Con il certificato d'adozione, si riceve un biglietto di ingresso gratuito al parco, *belpark.it*

3

VERO E FALSO SUL CIBO

Perché i gamberi diventano rossi una volta cotti? Il lievito gonfia la pancia? Le risposte a queste e altre domande nel libro *La scienza del cibo* di Alessandro Di Flaviano (Rizzoli, 19,50 euro).



AIUTA A DONARE UN CANE GUIDA

Al costo di un caffè, puoi donare occhi a chi non vede. Sostenendo il progetto *Cane guida sospeso* aiuti a raccogliere i fondi per addestrare i quattrozampe che affiancheranno 130 persone ipovedenti, *lions.it/campaigns/cane-guida*

4

LA COMMUNITY DELLE DUE RUOTE

Pedalarci fa bene alla salute e all'ambiente. Per gli almeno nove milioni di italiani che scelgono le due ruote è nata la community Gente di Bici. Iscrivendosi offre vari vantaggi: assicurazione e sconti su attrezzature o acquisto/noleggio bici, *gentedibici.com*

5

A MILANO, UNA CASCINA PER RIPARTIRE

Per le donne vittime della violenza maschile, a Milano ci sarà Cascina RiNascita. Il complesso in fase di ristrutturazione ospiterà appartamenti indipendenti per dieci donne con i loro figli. Qui, 90 donne potranno seguire corsi di formazione e tirocini e lavorare nell'ambito delle attività presenti: ristorante, bistrot biologico, produzione e vendita di cibo bio, pet therapy, dog-training, asilo diurno per cani, maneggio, laboratori di restauro, ebanisteria di design, ricamo e sartoria d'alta moda, *svsdad.it*

