

In Italia Euro 1,50

Intimità

**10 STORIE
VERE**

**UN ROMANZO
COMPLETO**



**ENZO
IACCHETTI**
"Mio figlio
è il successo
più grande"

MODA
Ecco come
ci vestiremo
in primavera

Francesca
«Che bello poter
dire "mio marito"!»

SPECIALE SALUTE

- **Dieta e movimento,**
sì ma nel modo giusto
- **Questioni intime,**
le risposte ai dubbi più diffusi
- **Hai sempre freddo?**
Scopri perché

SPESA
Qualità e risparmio
con i consigli
di Alessandro Di Pietro

CUCINA
Le verdure di stagione

6 febbraio 2013 - 115 - Pubbl. settimanale - ANNO LVIII Poste Italiane spa - Sped. in A. P. - D. L. 352/03 art. 1 - Comm. 1,000 Verona - Italia € 1,50
Bolgio € 3,50, Francia e Principato di Monaco € 3,50, Germania € 4,20, Lussemburgo € 3,50, Olanda € 2,40, Olanda € 3,50,
Portogallo € 3,00, Regno Unito GBP 2,30, Spagna € 3,50, Svizzera CHF 3,30, Svizzera Germana Franc. CHF 3,60



Intimità

Turismo

di Paola Babich - a cura di Marta Raffinetti

VENETO

● È tutto dedicato ai colori il **Carnevale veneziano** del 2013. **Vivi i colori-Live in colour** porterà allegria e spensieratezza fino al 12 febbraio, con numerosi allestimenti e spettacoli in tutto il territorio comunale. Il noto Volo dell'Angelo è per domenica 3 e il 10 si replicherà e a scendere dal Campanile fino al palco del Gran Teatro di San Marco sarà un'artista del mondo dello spettacolo. Il 12 premiazione della "Maria", la damigella più dolce e aggraziata, e alle 23,30 *La vogata del silenzio*, un corteo silenzioso di gondole navigherà dal Ponte di Rialto fino al Bacino di San Marco, chiudendo l'edizione 2013. E per tutta la durata della kermesse, in Piazza San Marco, Gran Teatro di San Marco. E per i turisti un'interessante novità: il Vaporetto dell'Arte. Acquistando un biglietto Actv, con € 10 in più si avrà diritto a un ticket per viaggiare su un battello ipertecnologico, con poltrone dotate di sistema audio video multilingue per scoprire la città. Il percorso permette di salire e scendere a piacere, visitando musei, monumenti, teatri ed esposizioni. **Info: www.carnevale.venezia.it**.

Pacchetto di Carnevale a € 259 a notte in camera doppia, valido sino al 12 febbraio, al **Molino Stucky Hilton**: minimo 2 notti in camera Deluxe, colazione a buffet, 2 costumi di Carnevale, sconto su acquisto o noleggio di abiti o maschere presso l'atelier *Tragicomica*; info: VCEHI_FB@hilton.com, tel. 0412723316. Per chi preferisce l'appartamento, ideale il sito www.homeidays.it, ol-



È il Carnevale il protagonista di tanti appuntamenti all'insegna del divertimento e della tradizione dedicati a grandi e piccini

tre 200 le ipotesi proposte per il periodo.

● Dal 7 al 12 a **Cortina** musica, sport e specialità gastronomiche. Da non perdere il 10 la storica *Corsa dei Sestieri*, una staffetta su sci da fondo che vede sfidarsi, in costume tradizionale, le sei Contrade del

territorio. A dare il via i bambini del Mini Palio, seguiti dalle donne e dal Palio Maschile. Chiuse le gare, sfilata delle squadre, accompagnate dal Corpo Musicale di Cortina e dai carri folkloristici dei Sestieri. **Info: www.cortina.dolomiti.org**

UMBRIA

● Carnevalandia anima **Todi** con sfilate di carri allegorici, musica e maschere, bande, laboratori e spettacoli pirotecnici. Variopinto e molto vivace il **Carnevale delle Meraviglie di Assisi**: carri e trampolieri, giocolieri, spettacoli di magia e body painting per bambini, musica, balli e laboratori creativi. **Info: www.conosce-umbria.regioneumbria.eu; tel. 0758005434**. Di fronte a Todi, il **Relais Todini** propone "Note di sapori": 1 notte in camera Classic con eventuale upgrade, prima colazione, aperitivo, cena, da € 260 per 2. A 5 km da Assisi, al **Garden Resort & Spa S. Crispino**, ideale per rilassarsi, pacchetto "Vivi Assisi, un tuffo nella storia": 2 notti con prima colazione, benvenuto in camera e Assisi Citycard, da € 160 a persona; www.umbriabenessere.eu

PIEMONTE

● A **Bielmonte** il 9 grande festa in maschera per grandi e piccini, pattinando sul ghiaccio al Palasport; domenica 10 la festa continua sulle piste con il **Gran Carnevale sugli Sci**, nel parco naturalistico dell'Oasi Zegna. Tanti giochi e sorprese in compagnia della Volpina e ginkana con i maestri di sci. A tutta gola nel pomeriggio, con frittelle e cioccolata calda offerte a tutti i bambini all'**Agriturismo Alpeggio di Monte Cerchio**. **Info: tel. 800811800**.

VAL D'AOSTA

● I venti gelidi che soffiano sulla **Valle del Gran San Bernardo** non scoraggiano i suoi abitanti, che dal 12 al 27 si dedicheranno al Carnevale più curioso della regione, soprannominato **Coumba Freida**. Un Carnevale storico, i cui caratteristici costumi rievocano il passaggio dei 40mila soldati al seguito di Napoleone; abiti particolari, confezionati a mano, adorni di perline, paillettes (fino a 30mila per capo) e specchietti per riflettere la luce e allontanare le forze maligne. Le landzette, i personaggi caratteristici di questa festa, hanno il volto coperto da una maschera, in mano tengono una coda di cavallo e indossano una cintura munita di un campanello: elementi interpretati dagli antropologi come strumenti simbolici per scacciare gli spiriti avversi. Tappe a Etroubles 7/8, Gignod 2 e dal 9 al 12, Doues 10/12, Allein 26/27. **Info: tel. 016578559, www.lovevda.it**



In Italia Euro 1,50
In

vità

**10 STORIE
VERE**

**UN ROMANZO
COMPLETO**

**LORENZO
FLAHERTY**

**"Finalmente
ho sposato
la mia
Roberta"**



Emanuela

**«Il mio motto?
Cucina che ti passa»**

SALUTE

**Le nuove armi
contro il diabete**

**AMICI
ANIMALI**

**Tenere storie
di simpatici
bastardini**

CUCINA

**Tutto il sapore
dei legumi**

PREMIO LETTERARIO
**Il secondo
racconto finalista**

21 Novembre 2012 - N. 46 - Pubbl. settim. ANNO LXVII Poste Italiane s.p.a. - Sped. in A. P. - D. L. 353/03 art. 1, comma 1, DCB Verona - Italia
€ 1,50, Belgio € 3,50, Francia e Principato di Monaco € 3,50, Germania € 4,20, Lussemburgo € 3,50, Malta € 2,40, Olanda € 3,50,
Portogallo € 3,30, Regno Unito GBP 3,30, Spagna € 3,50, Svizzera CHF 4,30, Svizzera Canton Ticino CHF 3,60

CAPODANNO?

all'estero per chi sta pensando di organizzare una vacanza per le prossime festività



Val di Fassa

TRA PAESAGGI INNEVATI

■ Un tuffo nel paesaggio trentino, in Val di Fassa, al *Villa Kofler Wonderland Resort* di Campitello di Fassa, per soggiorni a misura di coppia. Ognuna delle 12 stanze, che si ispira a una città diversa (New York, Londra, Tokio...), riserva un'atmosfera unica e dettagli curatissimi. Al *Della Villa Restaurant* menu tradizionali ma anche piatti insoliti e golosi. Dal 22 al 26 proposta "Indimenticabile Natale a Villa Kofler" con, tra l'altro, visita ai presepi di Tesero e uno Ski Safari. 4 notti a partire da € 400 a persona. **Info:** www.trentinocharme.it/villakoflerwonderlandresort

■ Se è il contatto con la natura che desiderate, ecco il nuovissimo *Travel Charme Mountain Resort Werfenweng*, in Austria, tra le montagne del Salisburghese, sull'altopiano di Werfenweng. La cittadina fa parte delle *Alpine Pearls*, rete di 27 stupende località che propongono vacanze ecocompatibili, in mobilità dolce, all'insegna della tutela del clima e della sostenibilità. L'hotel rispetta appieno questa filosofia, anche nell'offerta culinaria, con *GreenGusto*, cucina a chilometro zero, biologica. A disposizione anche la *Puria Premium Spa*, di 1.600 metri quadri. Il Resort propone un pacchetto di apertura: pernottamento in formula *GenussPlus* (aperitivo, colazione, merenda, cena di quattro portate, utilizzo di piscine, saune e altro ancora) da € 89 a persona a notte in doppia. **Info:** www.travelcharme.com/bergresort-werfenweng

■ Vi piacerebbe festeggiare mangiando ciambelle di marzapane e ammirando i fuochi d'artificio? Potete farlo a Copenaghen, con una tappa ai giardini di Tivoli, sorseggiando vino speziato e girando per il famoso mercatino di Natale; il 31 feste a tema e incontro davanti al Palazzo Reale, per vedere la parata della Guardia Reale in uniforme rossa di gala. **Info:** www.visitdenmark.com



Tips



IDEE IN COFANETTI

✓ Per chi vuole regalarsi una notte indimenticabile *Smartbox* propone il nuovo *Atmosfera d'incanto*, che consente di trascorrere una notte da sogno per 2 persone tra scenari di grande fascino, dai castelli che dominano le valli alpine alle residenze di lusso nelle piazze storiche più note; il costo è di € 269,90.

Info: su www.smartbox.com/it/

Utilissima la piattaforma

www.mysmartbox.it, per verificare in anticipo le disponibilità delle varie strutture e quindi prenotare.

✓ 4 giorni di charme con *Emozione 3*, che propone 390 residenze e hotel per rasserenare mente e corpo, in luoghi tutti da scoprire (oltre 100 strutture offrono sconti corposi su diversi dei servizi a disposizione); dal 22 novembre al 31 dicembre alla Stazione Termini di Roma ci sarà un temporary store dove trovare la nuova collezione di cofanetti al completo, l'Edizione Speciale e la linea *What a gift!*. **Info:** www.emozione3.it

✓ 3 giorni a Londra, a Berlino o a Parigi? Con *RegalONE* Tre giorni in Europa si può scegliere tra oltre 500 soggiorni di 2 notti, per 2, nelle più belle città europee. Nel catalogo all'interno informazioni utili; prezzo consigliato € 199,90 n. verde 800589292, tel. 0249543900. **Info:** www.regalone.it

✓ Il *Park Hotel Imperial* di Limone sul Garda propone *Regala la Salute*, cofanetto in legno con un voucher valido per uno dei tre programmi del *Centro Tao*, la *Natural Medical SPA* dell'Hotel; un'oasi di tranquillità per regalarsi o regalare benessere. **Info:** tel. 0365954591, www.centrotao.com, www.parkhotelimperial.it



Venezia

SULLA LAGUNA

■ Tutto il fascino di una città unica come Venezia. L'*Hilton Molino Stucky Venice*, ricavato da un antico mulino di fine '800, sull'isola della Giudecca, propone due pacchetti speciali per un soggiorno all'insegna del relax e del divertimento; l'offerta di Natale, dal 23 al 26 dicembre, include soggiorno minimo di 2 notti in camera Deluxe, buffet breakfast, Brunch di Natale al Ri-

storante Molino, cadeau sotto l'Albero all'arrivo, a € 169 per camera a notte; quello per Capodanno, dal 29 dicembre al 2 gennaio, 3 notti in camera Deluxe, Buffet breakfast, regalo di benvenuto, Cena di gala nella *Venetian Ballroom*, con intrattenimento musicale a tema fiabesco, da € 419 per camera a notte. **Info:** VCEHI_FB@hilton.com, tel. 0412723316.

Turismo di Paola Babich
 a cura di Marta Raffinetti

Dove andiamo a

Luoghi d'arte, capitali europee, meraviglie naturalistiche. Tante proposte in Italia e



IL MARE D'INVERNO

■ A Sanremo, l'Hotel Nyalta, in posizione sopraelevata, molto amata dagli aristocratici ottocenteschi, propone dal 20 dicembre al 10 gennaio il *Capodanno Silver*, valido per almeno 3 giorni in mezza pensione, a partire da € 65 a persona. Il Piano *Famiglia Gold* include inoltre soggiorno gratuito per un bambino fino a 12 anni e uno sconto del 50 per cento per il secondo. **Info: tel. 01846676680, www.nyalahotel.com, www.italyfamilyhotels.it**

■ *Santa Susanna* è una delle mete principali della Costa Brava, in Spagna, in una zona dal clima piacevolissimo, allietata da un'atmosfera di festa che la caratterizza tutto l'anno. Niente di meglio per celebrare S. Silvestro; lo speciale Capodanno dei *Viaggi delle Pleiadi* prevede un pacchetto dal 29 dicembre al 2 gennaio, a € 495 in pensione completa, in hotel a 4 stelle; compresi Gran Cenone al Castello Medievale, viaggio in bus, assistente italiano, musica tutte le sere. **Info: www.viaggidellepleiadi.com/offerte/vacanze-di-capodanno-2013**

■ Cannes, Nizza, Mentone, Villefranche-sur-Mer, Juan Les Pins, l'Estère: tutte località di grande fascino per trascorrere le feste all'insegna di natura, cultura e divertimento. Per brindare all'arrivo del 2013 tra i fuochi d'artificio e la mondanità della rinomata costa francese, metà prezzo su strutture a Cannes (*Residence Cannes Beach*, 3 notti da € 149 ad appartamento in monolocale per 4 persone), Nizza (*Residence Les Palmiers*, 3 notti da € 192 ad appartamento per 4 persone) e Juan Les Pins (*Residence La Rostagne*, da € 195 per 4 persone). **Info: www.pierreetvacances.it**

RELAX IN CAMPAGNA

■ La dolcezza della campagna umbra per un fine anno indimenticabile. A Corciano, uno dei Borghi più belli d'Italia, l'Hotel *Colle della Trinità*, a 700 metri, offre il pacchetto "Speciale Capodanno" (4 notti in doppia, prima colazione a buffet, 3 cene con menù di 5 portate, gran cenone di San Silvestro, tombolata e premi) a partire da € 576 a persona. Dalla terrazza si gode di una vista incantevole e si potrà ammirare lo spettacolo di fuochi d'artificio. Chi ama coccolarsi può optare per il *Castello di Montignano Relais & Spa di Massa Martana*, edificato nel X secolo sulla cima dell'omonimo colle, oggi residenza d'epoca con centro benessere, propone 3 notti con prima colazione a buffet, libero accesso alla Spa Acquadegna, aromaterapia, massaggio corpo e viso agli oli essenziali, a partire da € 300 a persona. **Info: Consorzio Umbria Benessere, tel. 0758005434, www.umbriabenessere.eu**

■ Nel cuore del Collio Goriziano, a Capriva del Friuli, il *Castello di Spessa* ha origini che risalgono al 1200. Amato da Giacomo Casanova, è l'ideale per trascorrere il Capodanno in un'atmosfera elegante, immersi nel verde di un curatissimo giardino all'italiana, circondato dalle vigne e con il *Wine Store Casanova* dove degustare vini e delizie del territorio. Il pacchetto 29 dicembre-1 gennaio comprensivo di 3 notti in camera matrimoniale, Cenone di San Silvestro, degustazione vini: € 337 per persona se si pernotta al Castello e € 256 a La Tavernetta al Castello. Gli ospiti troveranno in camera una bottiglia di Pertè, verranno guidati nelle Cantine medievali sotto il maniero, per un assaggio di pregiati vini, e attenderanno il nuovo anno gustando le prelibatezze dello chef Tonino Venica. **Info: tel. 0481808124, www.castellodispessa.it**



IN CROCIERA SUL FIUME

La meraviglia dei grandi fiumi e delle città d'arte con le crociere sul Danubio e sul Reno. Partenza il 22 dicembre, per 6 notti, toccando Passau, Linz, Melk, Dürnstein, Vienna, Bratislava, Grein; 7 notti per visitare Colonia, Coblenza, Rudesheim, Spira, Strasburgo, Magonza; quote per entrambi i tour a partire da € 660 e € 696 a persona (pensione completa in cabina doppia esterna, cena di benvenuto e cena di gala, intrattenimento a bordo...). **Info: www.giocoviaggio.com, tel. 0105531169.**