

CURIOSA OTTIMISTA DINAMICA

Donna

moderna

MODA
ANTIPIOGGIA

*Riduci, drena,
depura*
**È ORA
DELLA SPA!**

INCONTRI

Ian **McEWAN**
Eva **GREEN**

INTEGRAZIONE

**LA VITA SOGNATA
DAI MIGRANTI**

**DA PORNHUB
A ONLYFANS**

**VIAGGIO
NELL'*hard*
FAI-DA-TE**

DIETA&PALESTRA

**I TRUCCHI PSICO
PER NON MOLLARE**

Periodici S.r.l.

2,00 € 6 APRILE 2023 - ANNO XXXVI - N° 15

SETTIMANALE Poste Italiane SpA - Spedizione in Abbonamento
Postale - AUT n° MIPA / LO - NO / 196 / A.P. / 2020 Periodico
ROC - Austria AUT 5,70 €; Belgio BE 5,20 €; Corsica/Costa
Azzurra/Principato di Monaco Côte d'Azur 5,00 €; Germania D
6,50 €; Lussemburgo LUX 5,70 €; Portogallo PTE CONT. 5,00 €;
Spagna E 5,20 €; Svizzera francese CH 6,20 Chf; Svizzera italiana
CH CT 5,90 Chf; Svizzera tedesca CH 6,20 Chf.



help!

DRITTE PER SEMPLIFICARSI LA VITA



1

Peso piuma *in città*

Il passeggino ideale è leggero, non fa sudare la schiena e tiene il piccolo al riparo da cadute accidentali. Quello in foto è in fibra di carbonio e pesa meno di 6 kg. Da chiuso diventa sottilissimo, tanto che lo tieni sottobraccio. Lo schienale è morbido in una stoffa traspirante e ha il sistema di cinture provvisto di un riduttore speciale che mette in sicurezza anche i baby (cybex-online.com, Melio Carbon. 575,95 euro).

help! dritte per semplificarsi la vita

a cura di **Marta Bonini** e **Paola Nardi**

Cucire non è mai *stato così facile*

DIMENTICA LA MACCHINA DA CUCIRE DELLA NONNA a pedali difficile da usare. Ora sono a prova di imbranato. Questa ha un sistema semplificato per infilare l'ago e il braccio libero per le cuciture tubolari (la gamba del pantalone, per esempio). Puoi scegliere tra 23 punti e decidere quanto farli lunghi e anche gli occhielli ti vengono in un attimo (singer.it, Simple 3223, 199 euro).
E poi, non è bellissima tutta così rossa?



L'azzurro *che fa bene*

QUESTI PORTAVASI LI TROVI SOLO NELLE TONALITÀ DELL'ACQUA, dal verde al blu. E c'è una ragione. Li creano con le corde e le reti da pesca recuperate dagli oceani, per contribuire a combattere uno degli inquinamenti che mette più a rischio la fauna marina. Sono robusti e fanno la loro figura, dato che la texture ricorda il marmo più prezioso. Hanno tre misure di diametro, da 16, 18 e 22 cm (elho.it, The Ocean Collection, da 8,59 euro).



Prego, *siediti pure!*

NASCE PER ALLENARSI LA FITNESS BALL, però dicono che se inizi a usarla come sedia da computer non la molli più (coin.it, 124,90 euro). Di sicuro, dato che è per sua natura instabile, per starci su dritta lavori di addominali e lombari e rinforzi la muscolatura nei punti più "critici". Ma Vluv (è il suo nome) è anche curata nei dettagli, con la fodera in velluto e il maniglione, così la sposti senza fatica per dedicarti al workout nella pausa pranzo.

5

Prendiamo *il sole*

E SE QUEST'ESTATE SFRUTTASSIMO L'ENERGIA PIÙ NATURALE per avere a disposizione ricariche gratuite per il telefonino, e non solo? È facile con i pannelli solari. Lasciandoli alla luce ne accumulano un bel po' per la power station portatile, che sfrutti attaccando i device alla porta Usb. Quelli che vedi qui pesano solo 3 kg e si ripiegano su loro stessi per farsi piccini (athena.eu, Goal Zero Nomad 50, 269,99 euro).



6

Tondo *è meglio*

CASA PICCOLA, BAGNO PICCOLO. E ricco di fascino se scegli arredi tanto essenziali quanto ricercati. Come, per esempio, il mobile tondo firmato da Andrea Parisio e Giuseppe Pezzano, che occupa pochissimo spazio, nasconde utili ripiani nel cilindro in legno e si apre con un dito. Sopra, la bacinella in tinta (ceramicacielo.it, Tiberino, prezzo su richiesta).

©RIPRODUZIONE RISERVATA