

CHIRURGIA

SENO PICCOLO, DOPPIO MENTICO, ORECCHIE A SVENTOLA: LA SOLUZIONE È SENZA BISTURI

PENTA DIETOX

IN 5 SETTIMANE

con il programma che ti depura e dà sprint al metabolismo

MODA

I COSTUMI PIÙ TRENDY HANNO RIFLESSI METAL

linea che voto dai al tuo girovita?



POCKET € 1,50

### LA DIETA BATCH

SE CUCINI TUTTO NEL WEEKEND SEGUIRLA È FACILE (E NON HAI SCUSE!)

SPECIALE remise en forme

25 TRATTAMENTI PROFESSIONALI PER VISO, CORPO, CAPELLI, UNGHIE

sopracciglia effetto WOW

DEFINITE E CURATISSIME

acne

ORA SI ELIMINA CON LA LAMPADA BIOFOTONICA

## VIAGGIQ AL CENTRO DEI TUOI / P

Alla scoperta delle città e dei paesi dove sono ambientati alcuni fra i romanzi italiani più famosi, per rivivere le emozioni della lettura (ma senza rinunciare al relax)

> i Golden Book Hotel, alberghi per lettori appassionati

di leggere, vorresti che l'autore fosse un tuo amipoterlo chiamare al telefono tutte le volte che ti gira» scriveva J. D. Salinger ne Il giovane Holden, Chi non ha provato questa sensazione dopo essere riemerso dalla lettura di un romanzo, un giallo o una saga letteraria? La nostalgia è così grande cheverrebbe voglia di parlare ancora per giorni delle vicende, conoscere i prota-gonisti, visitare i luoghi dove si sono svolte le scene del libro. Proprio sulla scia di quest'ultimo desiderio, negli ultimi anni c'è stato un boom di viaggi letterari, itinerari alla scoperta delle località dove gli scrittori hanno ambientato i loro libri. Fra i tanti, abbiamo selezionato i 5 che al momento riscuotono più successo indicando per ciascuno le vie, gli scorci e le zone da vedere, ma anche gli hotel con spa dove rilassarsi dopo il tour, magari proprio seduti su una chaise longue leggendo un'altra, indimenticabile storia.

tibri, quando li hai finiti



leggere un libro quendo in vacanza? Libert da cemail, smartpure finalmente leggere de la comodina E chi portato con sé? No como in alcuni alberghi de como como in receptor de como como in receptor de como in teceptor de como i

all'idea di offrire agli ospiti la lettura di un libro, per lo più condi di brevi racconti. Ma non racconti qualunque: piccoli galla d'amore, o vicende umoristiche ambientate esattamente ne cui ci si trova e scritti da autori esordienti. Quando si albergo (l'elenco delle strutture su www.goldenbookhotes la reception si riceve il proprio "sedicesimo", un foglio da portare con se leggere nei momenti di relax. E alloro... buona lettura



# nei luoghi di *Accabadora* su e giù per la *Sardegna*





Quanti autori hanno narrato e cantato la Barbagia sarda, la sua terra aspra e rocciosa fra le montagne del Gennargentu, dell'Ogliastra e del Supramonte? Tanti: dal premio Nobel Grazia Deledda (a cui è dedicato persino un parco letterario a Galtellì. nell'entroterra di Orosei) a Fabrizio De André, da Salvatore Niffoi (La leggenda di Redenta Tiria, Ritorno a Baraule) a Milena Agus (Mal di Pietre) fino a Michela Murgia nel suo famoso Accabadora. Quest'ultimo libro, in particolare, è ambientato nel paese immaginario di Soreni che potrebbe essere uno qualsiasi dei paesini tipici della Barbagia, come Gadoni, Orune, Ollolai, Teti o Nuoro, da esplorare fermandosi di tanto in tanto a parlare con gli abitanti o a comprare formaggi pecorini dai pastori in loco. Ma chi va in Sardegna non può dimenticare il mare, universalmente riconosciuto



resort all inclusive con 5 hotel

a picco sul mare, 9 ristoranti,

8 piscine, e un enorme Centro

per tanti tour tra mare e monti.

www.arbataxpark.com

Benessere Thalasso di 2.000 mg.

Una splendida base da cui partire

#### un caffè al BarLume (con i vecchietti) di *Malvaldi*



I boschi, le colline, le piazzette e soprattutto i bar di paese dell'entroterra toscano: sono questi scenari a fare da protagonisti nei 5 "gialli del Barlume" di Marco Malvaldi. L'immaginario paesino di Pineta, a detta dello stesso autore «è un mix tra Tirrenia e Marina di



Pisa, ma anche la pineta di Tombolo e Vagli di Sotto», insomma tutta l'area della Toscana che va dalla Garfagnana al litorale di Pisa, Il Barlume, in particolare, dove la ciurma di vecchietti e il "barrista" Massimo analizzano i delitti più efferati della zona, è nato prendendo ispirazione dal piccolo "baretto" di Nodica, frazione di Vecchiano (PI). Chi vuole organizzare una vacanza tra i bagni di Tirrenia e i paesini narrati da Malvaldi può fare "base" dunque al Renaissance Tuscany Il Ciocco Resort in mezzo alla campagna della Garfagnana sfruttando l'enorme area wellness interna e l'ampio menù di massaggi à la carte. Mica male, no? www.reinassancetuscany.com/it



fra le vie di *Torino* cercando i "n<mark>umeri primi</mark>"



Anche se non viene mai nominata, Torino è chiaramente presente in tutto il libro La Solitudine dei numeri primi, il bestseller di Paolo Giordano che nel 2008 vinse il premio Strega e poi il Campiello come Miglior opera prima. C'è la chiesa della Gran Madre dove si svolge il matrimonio di Viola Bai, c'è il Po, ma anche la basilica di Superga e il Fraitève, dove la protagonista Alice si ferisce finendo nel dirupo. Ma in generale c'è la Mole Antonelliana, il Museo Egizio, il Politecnico e tutti i principali luoghi d'interesse del capoluogo piemontese. Ecco perché, per una visita sulle tracce del romanzo di Giordano, l'ideale è soggiornare all'Hotel Victoria, a pochi passi da



Piazza San Carlo, che pur essendo nel cuore della città ha una grande piscina coperta al suo interno e una enorme Spa dedicata a Iside, la dea egizia della salute. Qui si può fare uno dei percorsi benessere dedicati alle dee dell'Antico Egitto o scivolare nell'acqua calda della piscina. Come avrebbero fatto Alice e Mattia nel giorni felici della

www.hotelvictoria-torino.com



Per controllare i livelli di colest grassi polinsaturi ed effettuar non basta: è il caso tipico di prodotto dal nostro organismi cibo). In questa situazione, a 1 Per il trattamento degli eleva disponibili, i più utilizzati son reazioni di sintesi. Sono infatti farmacia e contenenti una di c Esiste anche una statina di on rosso (processo naturale down del tutto simile alle moderne s giorno può essere utile per fa dieta globalmente adeguata. Numerosi studi scientifici inte efficacia (come recentemente Alimenti).

### sulle orme di Montalbano a zonzo per*Ragusa*

Da anni la Sicilia è meta di viaggi letterari, prima per Aci Trezza (CT), protagonista dei romanzi di Verga, poi per Agrigento, città natale di Pirandello. Oggi però è per scoprire Vigata, la cittadina dei gialli di



Andrea Camilleri che i lettori vanno in Sicilia, ma non per quella immaginata dall'autore che corrisponde in realtà a Porto Empedocle (AG), ma quella che fa da set alla serie tv di Rai 1 Il commissario Montalbano, nella provincia di Ragusa. Partendo da Punta Secca, frazione di Santa Croce Camerina (RG), dove in via Aldo Moro 44 c'è la famosa casa sul mare del commissario. Passando poi a Scicli, dove in Piazza lacono si trova la location della Questura di Montelusa. E concludendo nel Castello di Donnafugata, set della "villa" del capomafia Balduccio Sinagra. Proprio a due passi dal castello si trova il Donnafugata Golf Resort, splendido hotel con spa da cui partire alla ricerca del commissario più affascinante che c'è. www.donnafugatagolfresort.com

Elena Goretti





