

Mensile di attualità

FREE PRESS  
N.10 | DICEMBRE - GENNAIO 2024

# VARESE MESE

**DREAM  
SCHOOL**

**Routine di beltà  
La cura  
del sonno  
Il riposo  
del cane**

Il dì di festa è servito

**L'Albero  
dei desideri**

**Fantasticando in viaggio  
Come entrare in altri mondi**

**SHARON  
PAOLICELLI**  
Modella del progetto  
Diritto all'eleganza

**PAGINA 6**

L'importanza di

# sognare

**Dimensione  
onirica**



CAMERA DI COMMERCIO  
VARESE  
Futuro Impresa Territorio

# IDEE CHE ISPIRANO INFORMAZIONI CHE GUIDANO

Iscriviti alla nuova  
Newsletter per le imprese.

MERCATI ESTERI

INNOVAZIONE

REGISTRO IMPRESE

STATISTICA ED ECONOMIA

TURISMO

#VARESE DOYOUBIKE



## vareseconomia

Newsletter della Camera di Commercio di Varese

**Mercati Esteri**  
14/2023

**INBUYER: incontri con operatori esteri**

Nell'ambito del progetto promosso dalle Camere di Commercio della Lombardia, martedì 14/02/2023 incontri online con operatori...

[www.va.camcom.it](http://www.va.camcom.it)



# Il Trenino dell'Albula

Patrimonio mondiale UNESCO  
[www.rhb.ch/albula](http://www.rhb.ch/albula)



Informazioni e prenotazioni  
Tel +41 81 288 65 65  
[railservice@rhb.ch](mailto:railservice@rhb.ch)



# INDICE

N. 10 DICEMBRE - GENNAIO 2024  
ANNO XL



6

## Il sogno di Sharon

La giovane modella (non solo) per un giorno grazie alla collaborazione tra Unione italiana lotta alla distrofia muscolare, Istituto di moda Olga Fiorini e Volandia

13

## La cura del sonno

Dal punto di vista medico, dormire contribuisce al funzionamento ottimale del corpo e della mente, facilitando processi come la memoria, la riparazione cellulare e il rafforzamento del sistema immunitario

5 **EDITORIALE**  
Vi regaliamo un sogno

9 **FOCUS - BELLEZZA**  
Routine di beltà

10 **TURISMO**  
Mete da sogno

14 **FORMAZIONE, ISTRUZIONE, EDUCAZIONE**  
Scuola ideale

17 **FOCUS - SHOPPING**  
L'albero dei desideri

21 **FAMIGLIA**  
Dream in the box

23 **CUCINA**  
Se il dì di festa è servito

25 **FOCUS - CINEMA**  
Fucine di sogni

27 **SPAZIO ARTE**  
Dimensione onirica

28 **NATURA**  
Fiori e fantasia

31 **ANIMALI**  
Il riposo del cane

33 **SPORT**  
Sognando a occhi aperti

## VARESE MESE

MENSILE D'INFORMAZIONE DELLA PROVINCIA DI VARESE E DELL'ALTO MILANESE  
FONDATO NEL 1983 DA GIORGIO PICCAIA E MELANIA ROCCA

Registrazione Tribunale di Busto Arsizio  
N° 4/83 del 19 aprile 1983  
Free Press

**Direttore responsabile**  
Chiara Lucia Milani

**Direzione, redazione, amministrazione**  
Via delle Industrie snc  
21040 Gornate Olona (VA)  
redazione@varesemese.it  
amministrazione.wtv@gmail.com

www.varesemese.it

**Stampa**  
Bitprint s.r.l.  
con sede in Montalto Uffugo Scalo (CS),  
Contrada Pantoni - Marinella  
iscritta presso la C.C.I.A.A. di Cosenza  
al n. REA CS-220552 Registro imprese  
P.IVA - 03234910788

**Gestione pubblicitaria**  
Wtv S.r.l.  
Via delle Industrie snc  
21040 Gornate Olona (VA)  
commerciale@varesemese.it

**Segreteria commerciale**  
commerciale@varesemese.it

Poste Italiane s.p.a.  
Spedizione in Abbonamento Postale  
70% - LO/VA



# Vi regaliamo un sogno

## 60 anni dopo *I have a dream*

Quest'anno a Natale abbiamo pensato a un dono speciale per tutti i nostri lettori: un numero che ha come filo conduttore l'importanza di sognare e come farlo al meglio. Partendo da un buon riposo, da regalarsi innanzitutto in occasione delle festività



> Chiara L. Milani - Direttore responsabile

Sono passati 60 anni dal mitico discorso *I have a dream* di **Martin Luther King**. Era difficile, allora, sognare? Di certo, non è facile farlo oggi. Tra guerre, crisi economica, strascichi della pandemia. Basta parlare con insegnanti, educatori, imprenditori: molti giovani, coloro che da sempre sono i più grandi sognatori, sembrano aver perso questa capacità di fantasticare riguardo al futuro.

### I nostri doni sotto l'Albero

Ecco allora che, per **Natale**, vogliamo regalarvi un sogno. Anzi, tanti: quelli dei doni da mettere sotto l'Albero, dei giochi che fanno tornare tutti bambini, dei piatti da servire per le feste, della routine alleata della bellezza, dei film che rappresentano visioni capaci di diventare memoria collettiva. Ma anche delle imprese dei grandi campioni varesini del ciclismo, di una pittura dalla dimensione onirica, della creatività floreale, di una scuola a misura di studente di oggi...

### Accendiamo la speranza

Infine, ma assolutamente non ultimo, quest'anno abbiamo scelto di donarvi il sogno di **Sharon**, che sulla sua carrozzina fucsia è diventata modella del progetto **Diritto all'eleganza**. E, ora, nostro volto di copertina. Speriamo, così, di contribuire a regalare a lei un altro sogno e a voi uno sguardo luminoso - qual è il suo - che accenda di speranza anche il vostro Natale, per un **2024** all'insegna di tanti sogni da realizzare. A qualsiasi età.

SEGUICI!



Seguici!  

Scarica l'APP





Il progetto *Diritto all'eleganza con le modelle all'Acof e a Volandia*



> Chiara Milani  
> chiara.milani@varesemese.it



# IL SOGNO DI SHARON

## Diritto all'eleganza

La giovane modella (non solo) per un giorno grazie alla collaborazione tra Unione italiana lotta alla distrofia muscolare, Istituto di moda Olga Fiorini e Volandia

La carrozzina fucsia dice già molto lei. Le unghie laccate, anche. Ma lo sguardo luminoso, ancora di più. Sharon Paolicelli, di Lonate Ceppino, ha 33 anni e una malattia neuromuscolare che non ha neanche un nome. "E' una delle tante cosiddette orfane", ci spiega senza perdere il sorriso, la giovane socia e volontaria di Uildm (Unione italiana lotta alla distrofia muscolare) che - grazie a partner come l'Istituto di moda Olga Fiorini di Busto Arsizio e il Museo del volo Volandia di Somma Lombardo -, ha realizzato il suo sogno: sfilare in passerella. E, addirittura, posare per uno shooting fotografico. Con tanto di truccatrice, parrucchiera e, ovviamente, costumista. Merito del progetto *Diritto all'eleganza*, a cui la sezione provinciale varesina della sua associazione ha aderito nell'anno scolastico 2019-2020, riprendendolo con successo dopo lo stop forzato imposto dalla pandemia.

### Come hai fatto a realizzare il tuo sogno?

Io sono molto appassionata di moda, di vestiti, sono sempre stata così. Quindi, quando avevo letto per la prima volta di questo progetto sulla stampa, me ne sono subito innamorata, mi sono informata e sono riuscita ad avere contatti e a essere anche scelta.

### In quante siete ad aver vissuto questa esperienza?

In totale, nel Varesotto, tre.

### Come è stato fare foto come una modella?

Bellissimo, bellissimo. Poi con degli abiti veramente belli, scelti da noi, che le scuole ci hanno fatto scegliere e indossare. E ti sentivi proprio una modella.

### Qual è stato l'aspetto più bello?

Tutto, dall'inizio: dalla scelta degli abiti tramite disegni e poi prendere le misure e indossarli

### Ho visto che tu hai anche una carrozzina molto fashion...

Sì, io sono così: mi piacciono molto i colori.



# SkinMedic

BEAUTY CLINIC

Piazza Garibaldi ang. Via Carlo Cattaneo - Busto Arsizio  
Tel. 0331 162 8261  
Cell. 375 8018011  
bustoarsizio@skinmedicbeautyclinic.com  
<https://bustoarsizio.skinmedicbeautyclinic.com/>

 SkinMedicBeautyClinicBustoArsizio/  
 skinmedic\_bustoarsizio

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA

*inspiring  
stories of beauty*



**PROMOZIONE DICEMBRE**

per ogni gift card acquistata  
per il tuo regalo di Natale, avrai a disposizione  
il 20% del valore per te o per un altro regalo

## *Ti siamo sempre vicino!*

Il nostro obiettivo  
è prenderci cura della tua bellezza  
e farla risplendere ogni giorno

Le **SkinMedic Beauty Clinic** nascono dall'esperienza di **oltre 20 anni** nel settore dello sviluppo e della produzione di apparecchiature estetiche per la cura e la bellezza della persona. Da **SkinMedic Busto Arsizio** puoi prenderti cura di te e della tua bellezza in modo innovativo e visibile fino dalle prime sedute. Nelle nostre **Beauty Clinic** troverai tecnologie di ultima generazione, sicure e certificate in Italia, per agire su pelle, viso, corpo e pelo con trattamenti non invasivi e non chirurgici. Tutto il nostro personale costantemente aggiornato, ti guiderà in un percorso personalizzato per farti raggiungere i risultati desiderati in breve tempo. I trattamenti si svolgono nel massimo relax in un ambiente minimalista e confortevole, l'ideale per intraprendere il tuo percorso di remise en forme, ricaricandosi e allontanandosi per un momento dallo stress quotidiano. Professionalità, Consulenza, Etica, Attenzione, Umanità e Sensibilità sono le nostre colonne portanti.

Da noi potrai trovare:

**Trattamenti Corpo** con Lipolaser, Pressoterapia, Radiofrequenza e onde d'urto

**Epilazione con Laser Diodo PHAS3**

**Trattamenti Viso** con Skinenergy e Fillirage

**Prodotti Sentéales e SkinMedic**

**Programma Alimentare Integra**





# ROUTINE DI BELTÀ

Per raggiungere una bellezza da sogno, è essenziale adottare una cura di sé completa. Ecco allora alcuni consigli validi a tutte le età

> A cura della redazione

> [redazione@varesemese.it](mailto:redazione@varesemese.it)

*Per abbellire bisogna soffrire*, dicevano le nonne. Quanto meno, passata la cosiddetta "bellezza dell'asino" dei **18 anni**, bisogna impegnarsi.

#### La bellezza è servita

Iniziamo con una dieta equilibrata ricca di frutta, verdura e proteine per favorire una pelle luminosa e capelli sani. L'idratazione è fondamentale: beviamo abbondante acqua per mantenere la pelle elastica e contrastare l'effetto dell'invecchiamento.

#### Skincare quotidiana

L'alimentazione aiuta, ma non basta. Investiamo anche in una *skincare* quotidiana adatta al nostro tipo di pelle, utilizzando detergenti delicati, tonici e creme idratanti. L'applicazione regolare di una protezione solare contribuisce a prevenire danni causati dai raggi UV e preserva la giovinezza della pelle nel tempo.

#### Una chioma radiosa

Dalla pelle ai capelli, per una chioma radiosa, scegliamo uno *shampoo* e un balsamo adatti alla nostra tipologia di capelli. Concediamoci ogni tanto trattamenti nutrienti e limitiamo l'uso di strumenti termici come le piastre o i *phon* troppo "aggressivi" per evitare danni. *Budget* permettendo, una visita regolare dal parrucchiere mantiene la nostra capigliatura in forma.

#### Trucco e "parrucco"

"Parrucco" fa da sempre rima con trucco. Quest'ultimo può evidenziare la nostra bellezza naturale. Scegliamo prodotti di qualità e impariamo a valorizzare i nostri tratti distintivi, facendoci consigliare da esperti o

seguendo qualche *tutorial online*.

In ogni caso, non dimenticare di rimuovere il trucco prima di andare a letto per evitare irritazioni cutanee.

#### Il miglior accessorio

Ma non è ancora tutto. Un sorriso luminoso, infatti, è il miglior accessorio. Curiamo allora l'igiene dentale e consultiamo regolarmente il dentista per un controllo approfondito.

#### Irradiamo sicurezza

Non dimentichiamoci poi che la postura è fondamentale: per irradiare bellezza e sicurezza, bisogna stare dritti e camminare con fiducia.

#### Sereni dentro, belli fuori

Chi è già stanco soltanto a leggere questo pro memoria, non dimentichi inoltre che è necessario curare la tua mente con pratiche di rilassamento come la meditazione. Il benessere interiore si riflette, infatti, sull'aspetto esteriore.

#### Il rimedio naturale contro le occhiaie

Un altro suggerimento che si tramanda di generazione in generazione, è quello dormire a sufficienza per ridurre le occhiaie e migliorare la luminosità della pelle.

#### Vestiti "su misura"

Infine, ma non ultimo, vestiamo in modo da riflettere la nostra personalità, con abiti che si adattino alla nostra figura.

#### Il tocco finale

La fiducia in noi stessi è poi il tocco finale per una bellezza da sogno che si irradia dall'interno verso l'esterno.

# METE DA SOGNO

Esperienze gastronomiche, cineviaggi, ma anche *turismo del sonno*

Niccolò Comerio, ricercatore della *Liuc Business School*, analizza le tendenze delle vacanze per il 2024

> Niccolò Comerio  
> [redazione@varesemese.it](mailto:redazione@varesemese.it)

Il mondo è un luogo affascinante, ricco di bellezze naturali, tesori culturali e avventure straordinarie. Ecco che, nel tumulto della vita quotidiana, c'è un richiamo irresistibile che ci spinge oltre i confini della *routine*, verso luoghi in cui il tempo sembra danzare in armonia con la bellezza del mondo. Visitare le mete dei propri sogni non costituisce soltanto un viaggio fisico, bensì un'esperienza in grado di nutrire l'anima e incantare la mente, lasciando un'impronta indelebile nei nostri ricordi.

#### Mete "da sogno": il valore dell'esperienza

Ma quali saranno le mete "da sogno" degli italiani per il 2024? Un recente studio condotto da *Skyscanner* mostra chiaramente i desideri e le motivazioni che spingeranno gli italiani a viaggiare durante il prossimo anno, stilando così la classifica delle destinazioni "da sogno". I viaggi culturali e il desiderio di vivere emozioni e nuove esperienze si collocano al primo posto. In particolare, è visto in crescita il fenomeno del *cineturismo*: **1 viaggiatore italiano su 4** ha dichiarato di trarre ispirazione da film e serie Tv per decidere la meta del proprio viaggio. Importante sarà anche il ruolo delle esperienze gastronomiche: gustare la cucina locale è, infatti, una delle attività predilette tra i viaggiatori italiani che si recano all'estero: **il 50%** la preferisce a quasi tutto il resto. Compare tra le tendenze emergenti anche il cosiddetto turismo del sonno: in un mondo sempre più frenetico, **il 24% dei viaggiatori italiani**

mette il dormire in cima alla lista dei desideri e **il 37%** afferma di riuscire a riposare meglio in occasione delle vacanze. Infine, a far viaggiare gli italiani sarà anche la musica *live*: **il 26%** degli intervistati ha dichiarato di voler assistere a un concerto nel corso del **nuovo anno**, **il 46%** prenderebbe un volo a corto raggio e **il 15%** volerebbe dall'altra parte del mondo pur di riuscire a vedere dal vivo il proprio artista "da sogno" almeno una volta.

#### Viaggiare per "vivere pienamente"

A prescindere dalla meta scelta, viaggiare nel 2024 consentirà di vivere più pienamente, diventando per certi versi persone migliori. O per lo meno, è ciò che ha affermato **il 78% degli italiani** intervistati da *Booking.com*, i quali riconoscono di sentirsi più vitali durante le vacanze. Inoltre, **il 58%** ha dichiarato che, una volta a casa, vorrebbe assomigliare di più alla versione di sé mostrata in vacanza: **più di due terzi** degli intervistati, infatti, si sente più in sintonia con sé stesso durante le vacanze, poiché in grado di liberarsi delle inibizioni della vita quotidiana, abbracciando così aspetti sopiti della propria personalità.

#### Un occhio alla sostenibilità

Anche durante il prossimo anno in molti viaggeranno prestando un'attenzione particolare all'ambiente. Secondo una recente indagine



immagine di mistraphol su freepik

realizzata dal *Sustainable Tourism Forum* in occasione della **Giornata Mondiale del Turismo (27 settembre)**, per il **64%** dei turisti italiani, ambiente e sostenibilità sono diventati criteri fondamentali nella pianificazione del viaggio, una percentuale che **supera il 70%** se si prendono in considerazione i soli *under 35*. Ne consegue che **la metà degli intervistati** è disposto a spendere il **10%** in più per poter visitare la propria meta "da sogno" in maniera più sostenibile. Ma da dove proviene questa maggiore consapevolezza? **Oltre la maggioranza** dei rispondenti afferma di essere stata influenzata dalle notizie sui cambiamenti climatici. In risposta alla crescente domanda, sempre più strutture alberghiere offrono soluzioni che rispondono alle principali sfide ambientali e sociali, pur essendo ugualmente creative ed esteticamente gradevoli.

#### Si parte!

Quindi, chiudiamo la valigia, ma lasciamo aperta la porta ai sogni di nuove mete: le avventure non finiscono mai, sono solo in pausa, pronte a essere riprese alla prossima partenza.



**BAUME & MERCIER**

MAISON D'HORLOGERIE GENEVE 1830



**YOU DON'T NEED A PASSPORT  
TO SEE THE RIVIERA**

*since '73*

**SOMA**

GIOIELLERI IN BESOZZO  
DAL 1948

Besozzo - Via XXV Aprile, 49 - Tel. 0332 770229

**RIVIERA**

*baume-et-mercier.com*  
Automatico, 33 mm



# La cura del sonno

Nella frenesia quotidiana, ci dimentichiamo di riposare bene

**Dal punto di vista medico, dormire contribuisce al funzionamento ottimale del corpo e della mente, facilitando processi come la memoria, la riparazione cellulare e il rafforzamento del sistema immunitario. I sogni e gli incubi, intrinsecamente legati alla fase *Rem*, offrono una finestra nel mondo interiore della psiche umana, riflettendo emozioni e esperienze vissute**

> A cura della redazione  
> [redazione@vareseme.it](mailto:redazione@vareseme.it)

Svolge un ruolo cruciale nel mantenere un equilibrio fisico e mentale ottimale. Dunque, il sonno è un elemento essenziale per il benessere generale e la salute. In teoria, tutti lo sanno. In pratica, nella frenesia quotidiana, ce ne dimentichiamo.

## Un processo complesso

Da un punto di vista medico, si tratta di un processo complesso che coinvolge diverse fasi, ciascuna con scopi specifici per il recupero e la funzione cerebrale. Gli esperti ritengono inoltre che il sonno svolga un ruolo chiave nel consolidamento della memoria e nella regolazione delle funzioni cerebrali. La mancanza di sonno può compromettere la cognizione, la concentrazione e persino l'umore. Dal punto di vista medico, il riposo è cruciale per il corretto funzionamento del sistema immunitario. Durante il sonno, il corpo produce e rilascia citochine, proteine che contribuiscono alla risposta immunitaria. Dormire troppo poco può indebolire il sistema immunitario, rendendo l'organismo più vulnerabile a infezioni e malattie.

## All'origine dei sogni... e degli incubi

Durante le ore di riposo, il nostro corpo sperimenta diverse fasi, tra cui il sonno leggero, il sonno profondo e quella *Rem* (movimento rapido degli occhi). È durante quest'ultima che si verificano i sogni. Mentre essi possono essere esperienze piacevoli e riflessioni della nostra vita quotidiana, gli incubi come sappiamo possono provocare ansia e paura. Dal punto di vista medico, gli studiosi ritengono che "i brutti sogni" siano spesso associati a situazioni stressanti o ansiose vissute durante la veglia. Le teorie scientifiche suggeriscono infatti che il cervello durante il sonno elabori e reinterpreti le esperienze vissute, contribuendo così alla gestione dello stress e alla comprensione delle emozioni. Eppure, in alcune circostanze, gli incubi possono derivare da traumi passati o stress cronico.

## Un investimento in salute

In ogni caso, mantenere un adeguato ciclo sonno-veglia è fondamentale per garantire benefici medici e psicologici. Le buone abitudini per dormire includono una *routine* regolare, limitare

la stimolazione prima di coricarsi e creare un ambiente confortevole. E non dimentichiamoci: investire nel proprio sonno equivale a investire nella propria salute complessiva.

*"È un pilastro della salute fisica e mentale"*



Immagine di gpointstudio su Freepik

# SCUOLA IDEALE

> A cura della redazione  
> [redazione@varesemese.it](mailto:redazione@varesemese.it)

In un contesto che cambia sempre più velocemente, il mondo scolastico sembra far fatica a stare al passo coi tempi. Ma qual è l'apprendimento dei sogni per i ragazzi di oggi? Vi proponiamo un'analisi basata sulle tendenze del momento



In un mondo sempre più dinamico e interconnesso, la scuola dei sogni per i ragazzi del giorno d'oggi si presenta come un ambiente stimolante e innovativo. Questa istituzione ideale abbraccia l'apprendimento personalizzato, dove ogni studente può esplorare le proprie passioni e sviluppare le proprie abilità in un ambiente inclusivo.

#### **Tecnologia al centro**

La tecnologia svolge un ruolo centrale nella scuola dei desideri, con aule dotate di dispositivi avanzati e connessione *internet* ad alta velocità. Le lezioni sono interattive e coinvolgenti, utilizzando realtà virtuale e aumentata per rendere gli argomenti più tangibili ed emozionanti. I ragazzi imparano non solo a memorizzare informazioni, ma anche a pensare criticamente e risolvere problemi in modo creativo. Il tutto come integrazione, e non sostituzione, dei cari, vecchi libri.

#### **La chiave è la flessibilità**

Se dovessimo riassumerlo in una parola, "flessibilità" è la chiave nella scuola dei sogni di oggi. Gli studenti possono personalizzare il loro percorso di apprendimento, scegliendo materie che li appassionano e sviluppando competenze pratiche nel campo delle scienze, delle arti o della tecnologia. Nella scuola ideale, i programmi accademici sono interdisciplinari, collegando diverse materie per riflettere la complessità del mondo reale.

#### **Diversità valorizzata**

In questa *dream school*, la diversità è valorizzata. Gli studenti hanno l'opportunità di interagire con coetanei provenienti da diverse culture e *background* socioeconomici. Ciò promuove la comprensione reciproca, l'empatia e la preparazione per un mondo globalizzato. Le lingue straniere vengono insegnate con un approccio pratico, incoraggiando la comunicazione internazionale fin dalla giovane età.

#### **Benessere innanzitutto**

La priorità assoluta è il benessere mentale ed emotivo. La scuola dei sogni integra programmi di *mindfulness* e supporto psicologico per aiutare gli studenti a gestire lo *stress* e a sviluppare una mentalità resiliente. Spazi verdi e attività fisiche vengono incorporati nella giornata scolastica per promuovere uno stile di vita sano e equilibrato.

#### **Insegnanti, da educatori e mentori**

Gli insegnanti sono più che educatori: sono mentori e guide. Collaborano strettamente con gli studenti per individuare i loro punti di forza e le aree di miglioramento, adattando gli approcci didattici di conseguenza. L'obiettivo è coltivare il potenziale unico di ogni individuo e prepararli per un futuro che richiede flessibilità e adattabilità.

#### **L'apprendimento? Avventura entusiasmante!**

Insomma, la scuola dei sogni per i ragazzi del giorno d'oggi è un luogo in cui l'apprendimento diventa un'avventura entusiasmante e significativa. Una scuola che forma non solo menti brillanti, ma anche individui solidali, aperti al cambiamento e pronti a contribuire positivamente alla società. Vediamo come.

#### **Dai sogni alla realtà**

Fin qui i sogni. La realtà, (troppo) spesso, **in Italia** è fatta ancora di strutture secolari, lezioni frontali, programmi di studio che si adeguano molto più lentamente di quanto lo faccia il mondo del lavoro e studenti che vivono il grande diritto all'educazione più che come un sogno, come un incubo.

#### **Varesotto: scuole all'avanguardia, ma non ancora perfette**

Certo, sarebbe ingiusto dire che nulla si muove. Soprattutto in un **territorio** come il nostro, costellato di scuole sovente all'avanguardia nel panorama nazionale, ma pur sempre ancora lontane dalla scuola dei sogni.

# PATRIZIA COLOMBO

— GIOIELLERIA —

Argenti Orologi e premiazioni sportive

Fagnano Olona (VA)



*Doniamo fiducia da tre generazioni.*

Specializzati in creazioni personalizzate di gioielli,  
riparazioni orafe e di orologeria.

Mail:  
[info@patriziacolombogioielleria.it](mailto:info@patriziacolombogioielleria.it)  
Sito web:  
[www.patriziacolombogioielleria.it](http://www.patriziacolombogioielleria.it)



Telefono:  
0331619171  
Messaggi WhatsApp:  
3462237324



# L'ALBERO DEI DESIDERI

Per il 25 dicembre scegliamo  
esperienze significative e doni su misura

> A cura della redazione  
> [redazione@varesemese.it](mailto:redazione@varesemese.it)

**Regali di Natale da sogno: la nostra redazione  
vi propone alcune idee in linea con le nuove  
tendenze per uomo, donna e bambini**

Il periodo natalizio è un'occasione speciale per condividere gioia e amore attraverso regali significativi. Quest'anno, le tendenze dei regali di Natale da sogno sono varie e adatte a tutte le età e i gusti.

#### Per lui

Gli uomini amano sempre la tecnologia. Quest'anno, i regali di punta includono gli ultimi *gadget hi-tech*, come *smartwatch* avanzati e cuffie *wireless* di alta qualità. Per i più avventurosi, esperienze uniche, come voli in mongolfiera o lezioni di guida su piste da corsa, sono una scelta eccitante.

#### Per lei

Le donne apprezzano la bellezza e l'eleganza. I regali da sogno per loro includono gioielli personalizzati, borse di design e esperienze benessere lussuose, come *weekend in spa* o corsi di cucina *gourmet*. La sostenibilità è una tendenza emergente negli ultimi anni, con regali *eco-friendly* e prodotti di bellezza *cruelty-free*.

#### Per i bambini

I più piccoli adorano la magia del Natale. Quest'anno, i giocattoli educativi e interattivi sono al centro dell'attenzione, incoraggiando la creatività e l'apprendimento. Le esperienze in famiglia, come gite a tema o biglietti per spettacoli teatrali, sono anche sempre più gettonati, perché creano ricordi duraturi.

#### La moda dei regali esperienziali

Una tendenza in crescita è quella dei regali esperienziali. Più persone, infatti, preferiscono donare momenti speciali piuttosto che oggetti materiali. Corsi di cucina, viaggi gastronomici e abbonamenti a servizi di *streaming* sono scelte popolari. La personalizzazione è un'altra chiave, con molti cercando regali unici e su misura.

#### Viva i doni tailor made

In generale, è bene tenere a mente che i regali di Natale da sogno del 2023 riflettono la voglia di connessione emotiva e esperienze significative. Scegliere un regalo che rispecchi la personalità e gli interessi del destinatario rende la festa ancora più speciale, creando ricordi indelebili in questa stagione di gioia e condivisione.



Foto di Dizdarevic E. da Pixabay

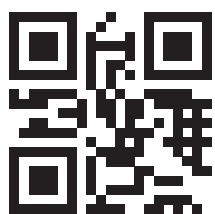
BUSTO ARSIZIO 20°

## A CHIARA VIALE IL PREMIO PARI OPPORTUNITÀ

L'Ordine degli Avvocati ha assegnato a Chiara Viale il Premio Pari Opportunità 2023

**PONTIDA** FRENI SU SUPERBONUS: "UNA DANNOSA ABBUFFATA"

11:14 CROLLO TERMICO: COSA SUCCEDDE ENTRO IL WEEKEND BRINDISI, INCENDIO



A middle-aged man with a beard and receding hairline is the central figure. He is wearing a light blue button-down shirt under a dark blue and white vertically striped blazer. He is holding a pair of black-rimmed glasses in his hands. He is standing in a room with a light-colored wall and a wooden floor. To his left, there is a small potted plant with green leaves and white flowers. A white speech bubble with a black border is positioned in the upper right corner of the image, containing text.

**L'INFORMAZIONE  
COMODA!**

TUTTE  
**LE NEWS**  
NAZIONALI E LOCALI

DALLA  
**POLTRONA DI CASA**

SENZA INTERNET  
SENZA GIORNALI

la tua  
OTTICA



NICORA  
AZZATE



la tua  
GIOIELLERIA

# Dream in the box

## I giochi fanno sognare

Natale è per eccellenza la festa che fa fantasticare grandi e piccini: una giornata da passare in famiglia, scartando le sorprese sotto l'Albero. Luca Borsa, *game designer* bustocco, ci dà qualche idea per continuare a lavorare di fantasia anche dopo che i pacchetti sono stati aperti

I giochi sono stati il mio sogno. Ma se ci pensate il gioco è anche un mezzo per sognare e attraverso il gioco entrare in altri mondi. Quando da piccolo mi regalavano una scatola per me era sempre un piacere il fatto non solo di giocare, ma di interpretare il gioco, come a teatro: in inglese, del resto, *to play* significa sia giocare che recitare e quindi se mi regalavano un gioco sui pirati io volevo essere un pirata. Il gioco, perciò, entra anche nella nostra sfera onirica.

### Il ruolo del dreamer

Il sogno non poteva certo mancare quindi come ambientazione nei giochi da tavolo e in effetti esistono molti giochi che trattano questo tema. Su tutti, *When I dream* di **Chris Darsaklis** per **Asmodee**, una proposta di deduzione, in cui un giocatore assume il ruolo del *dreamer* e "si addormenta", indossando una maschera di stoffa. Agli altri *player* vengono distribuite segretamente le loro carte ruolo che determinano che tipo di spiriti sono: "buoni" o "cattivi" o se sono semplicemente "imbroglioni", cambiando squadra man mano che il gioco procede.

### Sogni per bambine ribelli

Un altro titolo che ha avuto grande successo editoriale è *Sogni per bambine ribelli* di **Simone Luciani** per **Cranio Creation**, basato sulla serie di libri *Storie della buona notte per ragazze ribelli* di **Elena Favilli** e **Francesca Cavallo**, è un gioco di carte cooperativo per 2 o più ragazze selvagge, in cui i giocatori vincono o perdono insieme. In ogni turno, uno deve far indovinare agli altri una donna straordinaria tra le 9 presenti sul tavolo, mostrando solo le carte indizio illustrate.

### Esperienza onirica collettiva

Per non parlare di *Dream on* di **Alexandre Droit** per **Cmon**, un gioco che si differenzia dagli altri per essere di narrazione collettiva, visto che i giocatori creano un sogno insieme. Usando le carte dei sogni, hanno 2 minuti per creare una storia da sogno. Quando il tempo scade, devono

ricordare cosa è successo nel sogno e in quale ordine, guadagnando punti se i dettagli sono corretti. Alla fine del gioco, sommano il loro punteggio per vedere quanto hanno ricordato del loro sogno collettivo.

### La casa dei desideri

Ma il sogno si sposa bene anche in *Dream Home - La casa dei sogni* di **Klemens Kalicki** per **Asmodee**: in questo caso, i giocatori raccolgono coppie di carte composte da una stanza e un accessorio (tetto, aiutante, arredamento o attrezzo) e le posizionano sulle proprie plance personali, creando la dimora dei propri sogni. Alla fine del gioco, tutte sono finite e completamente arredate. I giocatori confrontano le loro abitazioni, contando i punti per funzionalità, buon *design*, qualità del tetto e arredamento. Vince il giocatore con la casa più bella e comoda.

### Non smettiamo di sognare!

Come vedete si può sognare in molti modi: importante è, come per il giocare, non smettere di farlo. E se volete far sognare adulti e bambini ricordatevi che un buon gioco da tavolo può essere la soluzione. Buon Natale!



> Luca Borsa  
> redazione@varesemese.it

*"Se volete far volare con la fantasia adulti e bambini, un buon board game può essere la soluzione"*



THE DONEGAL PUB

## Donegal Pub: Beer, Food & More... un'istituzione a Gallarate dal 1995

La formula del nostro successo: selezionare solo il meglio per i nostri clienti ed offrirlo in un ambiente caldo e familiare all'italiana ma in un classico Irish style. Da trent'anni, Chef Gianni seleziona solo materie prime di ottima qualità per la nostra offerta culinaria che si basa sulla stagionalità. Siamo IL PUB dove godersi una buona birra alla spina, in bottiglia, artigianale, italiana, straniera: tutte scelte con attenzione che già al primo sorso parlino di una storia, raccontino la loro origine, regalino emozioni. Grazie alla nostra Sommelier Tiziana, la carta dei vini permette di gustare calici divini e per gli amanti dei cocktail, la lista qui è lunga! And More, siamo il locale della buona live music del venerdì sera che regala notti di puro divertimento, balli sfrenati per cominciare bene il weekend!

### THE DONEGAL PUB

Viale Vittorio Veneto, 8 - Gallarate VA

tel. +39.0331.78.58.77

[www.thedonegalpub.com](http://www.thedonegalpub.com)



# SE IL DÌ DI FESTA È SERVITO

## Piatti raffinati e irresistibili per sognare a occhi aperti

> A cura della redazione > redazione@varesemese.it

Per deliziare i propri ospiti a Natale, nel 2023  
**VareseMese** vi propone un menu che fonde  
tradizione e attualità

Per un Natale da sogno, delizia i tuoi ospiti con piatti raffinati e irresistibili.

### Antipasto per stupire

Inizia l'esperienza culinaria con un antipasto che stupirà i palati: un classico delle feste come i crostini al *foie gras*, ma magari "attualizzato" con una dolce confettura di fichi per un connubio di sapori che anticipa il festoso pranzo natalizio.

### Primo all'insegna dell'eleganza

Prosegui con un primo piatto che incanterà gli ospiti: ravioli al tartufo, un'elegante sinfonia di pasta fresca avvolta da una crema pregiata, per rendere più elegante la tradizione della pasta ripiena nel dì di festa.

### Secondo, il culmine gastronomico

Nella speranza che ci sia ancora un po' di spazio nello stomaco, il culmine gastronomico arriva con il secondo piatto: filetto di manzo in crosta di nocciole, una combinazione di tenerezza e croccantezza che delizierà ogni boccone. Accompagna questa prelibatezza con contorni di stagione, magari patate al forno con rosmarino e carote glassate.

### Un tocco sublime

Per concludere questa festa culinaria con un tocco sublime, dedica attenzione al dolce. Panettone e pandoro sono immancabili sulla tavola della festa, così come sono sempre i benvenuti altri dolci natalizi come il torrone. Per cambiare, però, prova una torta alle castagne e cioccolato fondente, che farà emergere gli aromi autunnali, creando una finezza irresistibile.

### Magica atmosfera

Abbinato a un buon vino rosso, questo menu garantirà un'atmosfera magica e indimenticabile per un Natale che fa sognare anche ad occhi aperti.





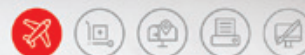
MAIL BOXES ETC.  
#PeoplePossible

**SORPRENDI CHI AMI**

**CON IL NOSTRO SERVIZIO SPEDIZIONI**

**Consegnare in tempo i regali di Natale ai tuoi cari non è sempre semplice.**

Con MBE i tuoi regali raggiungeranno gli amici, i parenti e le persone che ami, in modo semplice. Non aspettare oltre, affidati a un Partner unico e qualificato per soddisfare tutte le tue esigenze. **Perché la tua serenità è il nostro obiettivo.**



Tutte le soluzioni su: [mbe.it](https://mbe.it)

**Centro MBE 3128 | Viale Borri 112, Varese | Tel. 0332.1300290 | Email. [mbe3128@mbe.it](mailto:mbe3128@mbe.it)**

©2023 MBE Worldwide | I Centri MBE sono gestiti da Affiliati imprenditori indipendenti che operano sotto il marchio MBE per effetto di un contratto di franchising. Non tutti i servizi e i prodotti offerti da Mail Boxes Etc. sono disponibili presso ciascun Punto Vendita MBE. Il servizio è soggetto a termini e restrizioni.

**AVIOMETAL®**

Since 1952

*Semilavorati in leghe d'alluminio*

*Materiali non ferrosi*

*Materiali ad alta tecnologia*

21010 Arsago Seprio (VA)  
Via Sempione 15,  
Tel. +39 0331 279411 - Fax. +39 0331 279400  
[vendite@aviometal.com](mailto:vendite@aviometal.com) - [www.aviometal.com](http://www.aviometal.com)





Foto di 2019 da Pixabay

> A cura della redazione  
> redazione@varesemese.it

# Fucine di sogni

## Quintessenza dell'arte cinematografica

**Hollywood e Cinecittà sono due potenze cinematografiche che hanno da sempre contribuito a plasmare quest'esperienza onirica. Ma non bisogna sottovalutare nemmeno il contributo di Bollywood**

I film da sogno sono la quintessenza dell'arte cinematografica, in grado di trasportare gli spettatori in mondi fantastici e emozionanti. **Hollywood e Cinecittà, due potenze cinematografiche**, hanno da sempre contribuito a plasmare quest'esperienza onirica. Nel panorama internazionale non si può però dimenticare **Bollywood**, il fulgido gioiello dell'industria cinematografica indiana, che aggiunge un tocco vibrante e unico al panorama dei film da sogno.

### Hollywood, visioni che diventano memoria collettiva

**Hollywood**, il cuore dell'industria cinematografica statunitense, è rinomata per la produzione di film che catturano l'immaginazione del pubblico mondiale. **Blockbuster** epici, come *Il Signore degli Anelli* o *Harry Potter*, hanno creato mondi straordinari ricchi di magia e avventure. Le "pellicole" non solo intrattengono, ma ispirano sogni, trasformando storie su carta in visioni cinematografiche che restano impresse nella memoria collettiva.

### Cinecittà, l'estetica dei sogni

D'altra parte, **Cinecittà**, lo stupefacente centro cinematografico italiano, ha dato vita a capolavori che trasudano eleganza

sebbene distanti geograficamente, condividono il potere di rendere tangibili i sogni attraverso il cinema. Costruendo miti moderni, da divinità greche a eroi contemporanei, e facendo del cinema un veicolo per esplorare l'ignoto. La magia della pellicola, le scenografie mozzafiato e le *performance* straordinarie trasformano storie su carta in epopee visive, offrendo al pubblico un'esperienza immersiva. **Hollywood e Cinecittà** sono dunque fucine di sogni, laboratori dove l'arte si fonde con la tecnologia per dar vita a mondi fantastici. Attraverso la storia, questi due giganti cinematografici hanno dimostrato che la capacità di far sognare è il vero motore dell'industria cinematografica. E così, generazione dopo generazione, gli spettatori continuano a sognare grazie al potere della magia cinematografica che scaturisce da queste due icone del cinema mondiale.

### Bollywood, verso mondi incantati

Ma non è tutto. Perché, celebrata per la sua miscela irresistibile di musica, danza e narrazione avvincente, **Bollywood** ha il potere di trasportare gli spettatori in mondi incantati attraverso il suo stile unico. Distinguendosi per la sua capacità di far sognare non solo attraverso le trame

**"Bollywood offre agli spettatori una fuga incantevole nel mondo della musica, della danza e delle emozioni"**

e passione. Da *La dolce vita* di Fellini a *La grande bellezza*, il cinema italiano ha una maestria unica nel catturare l'estetica dei sogni. Con il suo contributo inestimabile al neorealismo e i suoi **51 Oscar**, ha mostrato storie toccanti e realistiche, dimostrando che anche la vita quotidiana può essere straordinaria attraverso lo sguardo di un regista.

### Da storie di carta a epopee visive

Entrambi questi poli cinematografici,

avvincenti, ma anche grazie alla magia delle sue esibizioni artistiche. **Bollywood** aggiunge quindi una dimensione vibrante e contagiosa al concetto di film da sogno, offrendo agli spettatori una fuga incantevole nel mondo della musica, della danza e delle emozioni. Senza dimenticare che la sua influenza nel panorama cinematografico globale testimonia il potere universale dei film nel catturare l'immaginazione e nel far vivere sogni, indipendentemente dalla cultura di provenienza.

# Cinema Teatro Chiasso

Comune  
di Chiasso  
Dicastero  
Attività culturali

Città dell'energia  
european energy award

# 2023 -24

## Stagione teatrale

cinema.teatro@chiasso.ch  
T +41 (0)58 122 42 72

martedì - venerdì  
ore 17:00 - 19:30  
sabato  
ore 10:00 - 12:00  
ore 17:00 - 19:30

### ottobre

Concerto inaugurale - Fuori abbonamento

Sabato 07.10.23 ore 20:30

#### Carmina Burana

di Carl Orff

Versione scolta da Anders Hagen  
Castato scenico per soli, coro misto, coro di vocalisti e  
Orchestra

solisti Erika Tanaka, Giacomo Leone, Guido Dazzi  
Orchestra Romberg Musical di Milano  
direttore Riccardo Bianchi  
maestri di coro Massimo Picocchi Mutapisa

Sabato 21.10.23 ore 20:30

Giovedì 01.11.23 ore 20:30

#### Ma per fortuna che c'era il Gaber

Viaggio tra media e memoria del Signor di Giove Di  
Silvano Bertone parodia di Saverio Deaglio chiasso  
produzione Giove / Teatrole Benciano

### novembre

Fuori abbonamento

Giovedì 09.11.23 ore 20:30

#### Enzo Favata The Crossing

Enzo Favata sax, clarinetto, fvo, vib, synth  
Pasquale Mira vibratore, marimba, electric  
Simone Grizzuto Fender Rhodes, keyboard, synth  
Marco Fratini percussioni, djungles

collaborazione con  
**DUET**

nell'ambito di Tra Jazz e Nuove musiche

Domenica 12.11.23 ore 17:00

#### United Soloist Orchestra

Answy Shkapirov direttore  
Ermis Arfiza violino  
musiche SA, Vivaldi, A. Shkapirov, E. Moricone,  
M. Zimmer, A. Pizzolli, E. Drey,  
G. P. Rovereto, A. Williams

Sabato 18.11.23 ore 20:30

#### Il padre della sposa

di Caroline Frochot  
con Roberto M. Invernò, Marcella Lattuca,  
Luciana Martini  
e con la partecipazione di  
Giedre Aronica nel ruolo di Rina  
regia di Gianluca Galdi  
scene e costumi Carlo De Marco  
luc Ureale Valerini  
musiche Gianluca Galdi

### dicembre

Sabato 09.12.23 ore 20:30

#### Taxi a due piazze

di Ray Cooney

con R. Porcari, F. Oppini, G. Garbi, B. Tommè,  
A. Rampini e M. Di Crescenzo  
regia Chiara Roschella  
visione italiana Giancarlo Romazzoni  
produzione Dti Teatro

Fuori abbonamento

Domenica 17.12.23 ore 20:30

#### Messiah

di Georg Friedrich Händel  
Oratorio in tre parti per soli, coro e orchestra MW55  
Accademia di Nuova Musica Berlin - RAS Kammerchor  
Berlin  
Justus Deyfel direttore  
Julia Drykles soprano  
Baron Schachtner conduttore  
Alexander Spitzgus tenore  
Nicol Doves basso

### gennaio

Domenica 14.01.24 ore 17:00

#### Così è (se vi pare)

di Luigi Pirandello  
regia di Genny Galloresi  
con M. R. Clark, M. Lello, S. Barca, M. Properiari,  
A. Soriano, R. Rosignoli, V. Catalano, W. Carretta,  
G. Pasquetti  
scene Roberto Dina  
costumi Chiara Donato  
musica Taha Toardo  
produzione Giuseppe Arditi Rimini

Giovedì 18.01.24 ore 20:30

#### Jan Lisiecki

pianoforte  
Musiche di F. Chopin, J. S. Bach, S. Bartolomeo,  
K. Szpannowski, O. Messiaen, J. Godey

Domenica 21.01.24 ore 17:00

#### Arlecchino muto per spavento

scritto al convento Arlequin muet per ordine  
di Luigi Ricciozzi  
con S. Allevi, M. Coutance, M. Cimponi, A. De Franceschi,  
P. Simone, M. Mori, E. Ruffa, M. L. Zaffron, M. Zoppello  
scenografia A. Novato, costumi L. Lucchese  
scenografia originale di regia Marco Zoppello  
produzione Stilliccio Teatro

### febbraio

Fuori abbonamento

Sabato 03.02.24 ore 20:30

#### Stefano Bollani

di Ray Cooney

piano solo

Domenica 04.02.24 ore 20:30

Amber Angiolini

#### Oliva Denaro

dal romanzo romanzo di Virginia Woolf  
drammaturgo e regia di Giorgio Galloresi  
produzione Agidi - Goldenart Production

Giovedì 22.02.24 ore 20:30

#### Orchestra Femminile del Mediterraneo

Direttore Antonella De Angelis  
violoncelli Ettore Paganini  
violone di M. Mariani, F. Hajos, G. Sacerdoti,  
A. Piro, G. Saffino

### marzo

Venerdì 01.03.24 ore 20:30

#### Il calamaro gigante

dal romanzo romanzo di Fabio Geronzi  
condotto performer  
regia di Carlo Sciacaluga

Domenica 17.03.24 ore 17:00

#### Danza e Mistero

Compagnia di danza Tosana Annabaldi  
Omaggio all'etnologo belga Charlotte Bara  
Primo subzono patrimonio della danza 2018  
coreografia e regia Tiziana Annabaldi  
con M. Ciappini, E. Chiodolini, V. Musi, F. Bianchi  
musiche di J. S. Bach, G. B. Pergolesi, L. Kik, D. Scarlati,  
W.A. Mozart

Domenica 24.03.24 ore 17:00

#### I maneggi per maritare una figlia

di Niccolò Bacchioppe  
regia di Tullio Solenghi  
scene e costumi Davide Livermore  
con R. Alighieri, B. Livermore, E. M. Loi, P.L. Passio,  
F. Pasquini, S. Peppi, L. Rapetto  
produzione Teatro Nazionale di Genova, Teatro Sociale  
Carnegi, Centro Teatrole Benciano

### aprile

Domenica 14.04.24 ore 20:30

#### L'Oiseau de feu - Boléro

Musica di Igor Stravinsky, M. Ravel  
coreografie: Edouard Hue, Henri Koubi  
costumi realizzati dal Atelier costumi de l'Opéra Grand  
Avignon  
arrangiamento musicale Guillaume Gabriel

Sabato 20.04.24 ore 20:30

#### Al hubduqyyia - Il concerto perduto

Federico Guglielmo violino concertatore  
Giovanni Solima violoncello  
Musiche di G. Tartini, G. Solima, A. Vivaldi

### maggio

Domenica 05.05.24 ore 20:30

#### PROG LEGENDS

The Great Progressive Rock Show  
Fabrizio Desiderio  
Marco Baldi chitarra  
Marco Zago pianoforte, tastiere  
Lorenzo Di Prima chitarra basso  
Andrea Cecchetto batteria

Domenica 12.05.24 ore 20:30

#### Tristan and Isolde

Musica di R. Wagner  
**FESTIVAL DELLA BANCA STEPS**

Fuori abbonamento

Martedì 14.05.24 ore 20:30

#### La Favola Mia

di e con Giorgio Panariello  
produzione Friends and Partners

Sabato 18.05.24 ore 20:30

#### Vieni avanti cretina. NEXT!

versione ideata e condotta da Serena Dandini  
con A. Arisi, M. dell'Ombra, F. Cacciola, G. Chinaglia,  
A. Falletti, L. Formenti, A. Marchionni, G. Pasquini,  
C. G. Salvatori  
coordinamento artistico Paola Cannatale  
Produzione Teatro Carcano



Patrocinio e collaborazione  
SWISSLO  
age  
media partner  
laRegione  
La Provincia

# DIMENSIONE ONIRICA

## Pittura tra sogno e realtà: le opere di Giovanni Beluffi

> Elisabetta Farioli  
 > redazione@varesemese.it

Da oltre mezzo secolo l'artista sepiense dedica la propria vita all'arte, con rappresentazioni intimistiche dalle atmosfere soffuse, evanescenti e inafferrabili

I paesaggi della natura sono i cardini della pittura di **Giovanni Beluffi**, artista sepiense che da **oltre cinquant'anni** dedica la propria vita all'arte. Un linguaggio e una poetica ormai riconoscibili nella sua cifra stilistica che affonda nei caratteristici sfondi velati che si dissolvono nei verdi, nei grigi e nei timidi celesti. Le sue vedute sono avvolte da un soffuso senso di tenerezza per una natura umilmente maestosa alla quale essere riconoscente.

### Mondi altri

Riconoscente a quel miracolo che ogni giorno incanta il suo sguardo nella scoperta di angoli e scorci apparentemente scontati, eppure sempre nuovi, che coglie in un colore o in una forma. L'occhio indaga e plasma il pensiero, mentre le emozioni affiorano nelle pennellate che accarezzano le tele dando vita a mondi altri, scaturiti dal profondo dell'anima.

### Tra il fiume Olona e il lago di Varese

Le opere di Beluffi raccontano la memoria in un alone di lirismo tanto intenso da penetrare i confini dell'orizzonte, dove cielo e terra si fondono in una dimensione onirica. Paesaggi ora rubati alle rive del **lago di Varese**, ora alle sponde del **fiume Olona**, luoghi nei quali vive la propria quotidianità, interiorizzati e vissuti ai quali, come in un sogno, l'artista ridona vita.

### Incontro di sentimenti

E' l'incontro di sentimenti che Beluffi ci restituisce con rappresentazioni intimistiche dalle atmosfere soffuse, evanescenti e inafferrabili, lasciando l'osservatore sospeso tra realtà e sogno, dove tutto è silenzio. Anche il colore.

*"...dove tutto é silenzio.  
 Anche il colore"*



> Giovanni Beluffi



> Marco D. Introini

> [redazione@varesemese.it](mailto:redazione@varesemese.it)

# FIORIE FANTASIA

“Vuoi avere inventiva? Dormi!”

Chi lavora nel mondo creativo è abituato a trasformare quelli che sono i sogni in realtà, come ci ricorda il nostro opinionista Marco Introini, *floral designer* di Gallarate

*Una sorta di albero della vita, realizzato con rami di salice, rose, ranuncoli, anemoni, Phalenopsis e calle in cromia con i dipinti alla Galleria di Arte Moderna di Villa Saluzzo Serra a Genova Nervi in occasione di Euroflora (Ph Marco D Introini)*

Fiori e fantasia da sempre vanno strettamente a braccetto e a passare dalla fantasia al sogno basta veramente pochissimo, un po' come se stessi camminando su una sottile linea virtuale.

#### Il bouquet dei propri sogni... e non solo

Quanti di noi nei momenti di *relax* hanno mai sognato paesaggi bucolici, con fiori e natura padroni della scena? E quante donne hanno mai immaginato il momento delle loro nozze, il *bouquet* da sposa o le decorazioni per il loro giorno più importante?

#### Trasformare la fantasia in realtà

Chi lavora nel mondo creativo in genere e in particolare in quello del *design floreale*, è abituato a trasformare quelli che sono i sogni in realtà utilizzando i fiori nei colori e nei modi più appropriati. Sempre più spesso vengono richieste dai clienti ambientazioni oniriche per i propri eventi, in modo che gli ospiti godano della bellezza del momento. Così capita che la sala di un ristorante o la *hall* di un albergo o di una *venue* si trasformino in un bosco incantato o in uno scenario da fiaba con fiori che sbucano qua e là facendo capolino dalle decorazioni degli ambienti.

## “Sempre più spesso per gli eventi vengono richieste ambientazioni oniriche”

#### Un tocco naturale di magia

Inutile dire che i fiori riescono sempre a dare magia e a portare un vento di fantastica gioia ed emozioni, a seconda di come vengono scelti per tipo, forma, colore, profumo.

#### Percorso onirico

Nelle ultime due edizioni di *Euroflora a Genova*, al gruppo *Floral Italian Style* di cui faccio parte, è stato affidato l'incarico di creare un percorso fra arte pittorica, scultorea e floreale alla *Galleria di Arte Moderna di Villa Saluzzo Serra a Genova Nervi*. Il visitatore è stato così accompagnato in un percorso onirico fra le sale del museo, vivendo le opere esposte in una maniera del tutto inusuale. Giusto per citare alcune installazioni, quella della *convalescente* opera in terracotta di *Arturo Martini* che raffigura una fanciulla addormentata, è stata decorata in modo che la giovine appaia come sprofondata in un campo di fiori policromi, dando la sensazione che sia sognante anziché malata. La scultura dell'*Uomo di Ampere* di *De Albertis*, è stata sovrastata da una struttura fluttuante di fiori, in modo che desse l'impressione che il soggetto si stesse trasformando, elevando la sua anima al di sopra del suo corpo. I percorsi della quadreria che ospita dipinti di paesaggi, invece, sono stati sovrastati da quadri vegetali sospesi per dare l'impressione di una sublimazione delle immagini ivi rappresentate.

#### 4 sensi su 5

Ho elencato questi **tre semplici esempi** per darvi un'idea di come nella mia professione si possa trarre ispirazione dai sogni e dalla fantasia per tradurli in realtà viva, visibile e tangibile, coinvolgendo **quattro dei cinque sensi umani**.

#### Sonno e creatività

Anche senza andare a scomodare i vari principi che stanno alla base dei processi creativi, sappiamo tutti - e sovente lo abbiamo sperimentato personalmente - che le migliori idee spesso arrivano dopo un buon sonno ristoratore, quando il nostro cervello elabora in tranquillità gli stimoli che ha ricevuto in precedenza. Quindi, il sonno ci aiuta anche a comporre con i fiori? Sì, certamente, la creatività e la fantasia durante il sonno galoppiano in scenari onirici che poi possiamo tramutare in realtà con le nostre mani.

#### Stimoli sotto casa

L'importante è non far mai mancare al nostro cervello gli stimoli giusti, ma questo è facile se ci si immerge nella natura e nelle bellezze della nostra provincia.

*Linee fitomorfe che si rincorrono nella gioia leggera del liberty e sono realizzate con Strelizie, calle, ranuncoli, garofani mollucella e fronde verdi a corredo delle opere di Alberto Issel*





*Specializzati nell'ideazione e produzione di gioielli esclusivi e preziosi*



*...dai forma alle tue idee...*

**Vi aspettiamo da Creazioni Orafe**

Via San Giovanni Bosco, 14 - GALLARATE - Tel. 0331-771371  
creazioniorafe2006gioielli@gmail.com - www.creazioni-orafe.com

 3292391254



## Bussa e entra al Portone!

Benvenuti! Potrai trovare mobili antichi, oggetti d'epoca curiosi e ricercati, bigiotteria vintage e tanto altro.  
Ti aspettiamo nel nostro negozio

al portone

Via Veratti, 30 VARESE - +39 348 991 1977 - 0332 237321 • <http://www.alportone.it>

# Il riposo del cane

## Ristoro, apprendimento e memoria

Sabrina Giussani, *past presidente* di Sisca (Società italiana per lo studio del comportamento animale), analizza il sonno del migliore amico dell'uomo

Il sonno è un comportamento presente in **tutti** gli organismi che possiedono un sistema nervoso, compreso l'essere umano. Noi dedichiamo al riposo circa **un terzo della nostra vita**: è possibile distinguere **due fasi** del sonno osservando il livello di attività del nostro cervello che si susseguono una dopo l'altra. Quella *Rem* (dall'inglese *Rapid Eye Movement*) è caratterizzata da movimenti rapidi degli occhi e occupa circa **un quarto del tempo totale del riposo**: nonostante il sonno sia profondo, l'attività cerebrale è intensa. Nella fase *non - Rem*, invece, le funzioni corporee rallentano così come il metabolismo e l'attività cerebrale.

### “La gomma” mentale

Il sonno svolge numerose funzioni: riposo fisico e mentale, apprendimento e memoria. Nel pesce zebra, un animale oggetto di numerosi studi, i ricercatori hanno dimostrato per la prima volta che le cellule nervose (i neuroni) hanno bisogno del riposo notturno per aggiustare il *Dna* contenuto nel loro nucleo. Inoltre, nella fase *Rem*, il cervello cancella la maggior parte delle informazioni inutili immagazzinate durante il giorno. Questo è il motivo principale per cui gli animali dormono, anche se così facendo corrono il rischio di essere in balia degli eventi a causa della ridotta capacità di rispondere ai pericoli.

### Più riposo, più benessere

La qualità e la quantità del sonno sono indicatori del benessere dei *pet*. Alcuni studi rivelano che la maggior parte dei cani presenta **due picchi** di attività durante il giorno: il primo **dalle 8 alle 10** e il secondo **dalle 17 circa alle 23**. Tutti sono più attivi durante i **fine settimana** rispetto ai giorni feriali. Anche l'età gioca un ruolo: i cani anziani, infatti, sono meno attivi durante i periodi di massima attività.

### Fido rimane sveglio con noi

Poiché la maggior parte dei partecipanti allo studio sono esemplari che trascorrono

molto tempo a casa da soli, i ricercatori hanno osservato che gli animali sono più attivi in presenza dell'essere umano. “Fido” già dai primi giorni dopo l'adozione si adatta ai ritmi sonno-veglia della famiglia umana, riposando a lungo durante la notte e trascorrendo più ore di veglia durante il giorno. È importante che il cucciolo riposi in compagnia dei referenti umani, così che possa sentirsi sicuro e protetto come quando era con la mamma e i fratelli. Il cuscino o la cuccetta devono essere collocati lontano dai luoghi di passaggio per garantire al piccolo e al cane adulto un sonno tranquillo.

### Quando il ritmo si modifica

Quando il nostro quattrozampe è affetto da malattie del comportamento che favoriscono la comparsa di uno stato ansioso, per esempio, il ritmo del sonno si modifica. L'animale è iper vigile e si abbandona con difficoltà al sonno. In presenza, invece, di uno stato depressivo cronico che testimonia la presenza di una Disfunzione cognitiva (una malattia neurodegenerativa molto simile al *Morbo di Alzheimer*), il cane si sveglia spesso durante la notte: l'animale appare confuso, abbaia o piange e vaga senza meta all'interno dell'abitazione. Anche le malattie del corpo, come per esempio il dolore cronico o l'ipotiroidismo, alterano il ritmo del sonno.

### Il consiglio dell'esperta

Qualora il cane mostrasse una alterazione del sonno diurno e/o notturno consiglio di realizzare una visita presso il medico veterinario curante.

“Di notte il cervello cancella le informazioni inutili”



> Sabrina Giussani  
> redazione@varesemese.it



Sporting Club  
**TERRAZZA**  
Fitness - Wellness - Gym

VIA MAGENTA, 45 - 21052 BUSTO ARSIZIO (VA)

CELL. 351 5753054 - TEL. 0331 1740524 - TEL. 0331 1464718

INFO@SPORTINGCLUBLATERRAZZA.IT

CONTATTACI SU WHATSAPP



Sporting Club  
**TERRAZZA**  
Fitness - Wellness - Gym  
**TRAINER**





In foto:  
Claudio Chiappucci in azione  
al Giro d'Italia del 1992  
(Foto Benati)

# Sognando a occhi aperti

## Grandi vittorie, fatiche, campioni

Il nostro esperto di ciclismo, Luigi Cazzola, spiega perché si tratti di uno sport capace di fare fantasticare gli appassionati. Ieri come oggi

Il ciclismo è lo sport che, forse più di ogni altro, ha fatto sognare in passato i suoi tifosi e li fa sognare tuttora, infondendo in loro la speranza non soltanto di grandi vittorie, ma anche di grandi imprese che scaturiscono poi in sfide incredibili.

### Rapporto unico

A differenza di altri sport, nel ciclismo vince uno solo, ma il ciclista non soltanto vince da solo: pedala anche da solo. E' singola la fatica, è singola la sofferenza, è singola la paura, sono singole la fame e la sete. E' per questo che tra il campione di ciclismo e i suoi tifosi s'instaura un rapporto particolare che va al di là del risultato.

### Prefigurandosi la grande impresa

L'appassionato di ciclismo s'immedesima nel campione che ama, lo segue sulla strada o alla televisione, fantastica oggi ciò che il campione potrà fare domani. Il tifoso sogna ad occhi aperti e il giorno della gara si prefigura la grande impresa del suo campione.

### Epoche e tattiche diverse

Da quando il ciclismo era pionieristico fino ad oggi che è ultramoderno, una serie innumerevole di campioni ha fatto sognare

i tifosi, poiché è stato il primo corridore a vestire la maglia iridata di campione del mondo su strada professionisti, conquistandola nel 1927 sul circuito del **Nurburgring**. Dopo questo successo iridato, sono arrivati altri due titoli mondiali, quello del 1930 a Liegi nella tana dei belgi e quello del 1932 a Roma. Nella sua carriera **Alfredo Binda** ha vinto anche cinque **Giri d'Italia**, due **Milano - Sanremo**, quattro **Giri di Lombardia**. E' passato alla storia anche per essere stato l'unico corridore pagato per non correre. Ciò è accaduto nel 1930, quando gli organizzatori del **Giro d'Italia**, temendo che avrebbe vinto sicuramente la corsa, per ridare spettacolarità alla gara, gli offrirono il premio spettante al vincitore, con l'aggiunta di sei o sette tappe, per convincerlo a non prendere il via in quell'edizione.

### El Diablo, l'eterno secondo tanto amato

**Claudio Chiappucci** ha fatto sognare i tifosi per il suo modo di correre sempre spregiudicato, sempre all'attacco e per questo fu soprannominato *El Diablo*. Ha vinto una **Milano - Sanremo** nel 1991, ma è arrivato secondo nel campionato del mondo su strada nel 1994, due volte secondo al **Tour de France** nel 1990 e nel

## "Dall'anteguerra al Duemila, Binda, Chiappucci e Basso, tre star del Varesotto"

gli appassionati. Di seguito ricordiamo tre campioni che hanno in comune la provenienza, visto che sono tutti e tre varesini, ma hanno corso in epoche diverse e, dal punto di vista tattico, hanno corso in modo diverso. Si tratta di un campione dell'anteguerra **Alfredo Binda**, di un campione degli anni Novanta, **Claudio Chiappucci**, e di uno del Duemila, **Ivan Basso**.

### Il primo campione non si scorda mai

Il primo può essere considerato il primo grande campione che ha fatto sognare

1992, due volte secondo al **Giro d'Italia** nel 1991 e nel 1992 e due volte secondo al **Giro di Lombardia** nel 1992 e nel 1994. Forse proprio per tutti questi secondi posti, centrati coraggiosamente, **Claudio Chiappucci** ha conquistato il cuore di tanti tifosi in tutto il mondo.

### Basso e il ritorno della maglia rosa

Infine **Ivan Basso** ha saputo far sognare i tifosi varesini, come ai tempi di **Binda**, riportando la **maglia rosa** in provincia di **Varese** con le vittorie del **Giro d'Italia** del 2006 e del 2010.

Quando le emozioni prendono vita

**SALDI**  
**INVERNALI**  
Da gennaio



**Il nostro laboratorio sci vi aspetta per la preparazione stagionale!**  
**Vieni a scoprire le nostre nuove linee di abbigliamento e le attrezzature per lo sci. Potrai anche noleggiare l'attrezzatura per lo sci di fondo e lo sci d'alpinismo.**

Corso Italia, 30, 21052 - Busto Arsizio (Va) - +39 338 3637678  
info@sportrevolution.it



**GIOCABET.TV**



La redazione di Giocabet TV.  
Nel tondino, il direttore Vito Romaniello

# DNA SPORTIVO

**Giocabet TV,  
la nuova frontiera del  
panorama televisivo regionale**

**Canale 113 Lombardia  
Canale 82 Piemonte**



# LOCMAN

ITALY



LOCMAN.IT

## *Decimo Canto*

*"Indi, come orologio che ne chiami ne l'ora che la sposa di Dio surge a mattinar lo sposo perché l'ami,  
che l'una parte e l'altra tira e urge, tin tin sonando con sì dolce nota, che 'l ben disposto spirto d'amor turge"*

*Dante Alighieri*

MOVIMENTO MECCANICO A CARICA MANUALE CALIBRO OISA 1937 CINQUE PONTI. CASSA IN TITANIO. QUADRANTE IN PIETRA MALACHITE E DIAMANTI NATURALI. DISPONIBILE ANCHE CON QUADRANTE IN PIETRA TURCHESE, DIASPRO, OCCHIO DI TIGRE, LAPISLAZZULO O MADREPERLA. CINTURINO IN COCCODRILLO. IMPERMEABILE FINO A 5 ATM. MADE IN ITALY



— D I N O  
— C E C C U Z Z I  
— Gioielleria, Orologeria

PIAZZA SAN GIOVANNI, 1A - BUSTO ARSIZIO - TEL 0331632867