

vivimilano

Estate in piscina

Vi aspetta un agosto in città? Niente paura, ci sono tuffi, lunghe nuotate, divertimento e tintarella anche per voi: ecco venti oasi «azzurre» dove sentirsi in vacanza



04



Simonetta Agnello Hornby

RACCONTA
LA SUA MILANO
IN 10 DOMANDE

08

Musica pop

BRUCE SPRINGSTEEN,
BLANCO, MANESKIN,
MUSE: È TEMPO
DI GRANDI CONCERTI

19

Teatro

A PALAZZO SORMANI
ROBERTO MERCADINI
IN UN MONOLOGO
SU SHAKESPEARE: INVITI

21

Musica classica

DANILA GRASSI
DEBUTTA SUL PODIO
CON «I POMERIGGI»
ALLE STELLINE: INVITI

23

in forma

Un trattamento, tante tecniche (e si paga a tempo)

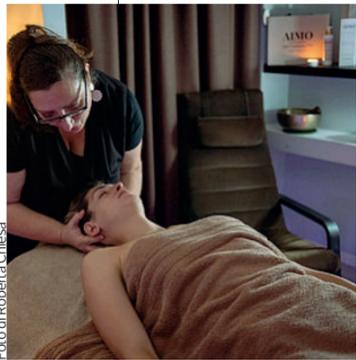


Foto di Roberta Chiesa

Tutto è collegato. Lo stress, gli inestetismi (dalla cellulite alla pelle spenta), la postura, quello che mangiamo, lo stile di vita. Ne è convinta Lorena Aimo, che si occupa di estetica da 35 anni e che da qualche settimana ha rinnovato il suo centro a Buccinasco. Puntando sul concetto di «MetaBeauty», un approccio sartoriale che mescola ayurveda (medicina tradizionale indiana), trattamenti manuali e con i macchinari, biorivitalizzazio-

ne, consulenza di nutrizionisti e osteopati. «Si lavora tutti insieme per trovare una soluzione efficace in base all'obiettivo», racconta. Altra novità il format a tempo: non si paga il singolo trattamento ma la durata delle sessioni (75-100-120 minuti). Per conoscere «Aimo» si parte di norma con «MetaBeauty Aimo Refresh», un trattamento che analizza lo stato dello stress e dà un assaggio del metodo: in 70 minuti (179 euro) comprende ayur-

veda, sblocco delle articolazioni, spazzolatura a secco, trattamento linfatico o energizzante, campane tibetane... Una seduta profonda e completa che rigenera.

L'offerta Con il coupon 89 euro anziché 179 euro.

• **Federica Maccotta**

♥ **Aimo** Piazza Cavalieri di Vittorio Veneto 16 Buccinasco (Mi)
Tel. 02.97.37.03.63

COUPON PAGINA 27

ci pensa lei

In partenza? Chiamate la plant sitter

di **Laura Capasso**

Si parte. E alle piante chi ci pensa? C'è una squadra di plant sitter, come Paula di Grigoli, una tata del verde, che si occupa di innaffiare, pulire e prendersi cura delle piante in casa, in terrazzo, sul balcone o in giardino. Durante il periodo di assenza del proprietario, Paula va a innaffiare le piante, concimarle, togliere le foglie o i fiori appassiti, svuotare i sottovasi se si riempiono di acqua, se ne prende cura a 360 gradi e in caso di forti piogge - come le famose bombe d'acqua - anche se di innaffiare non ce n'è bisogno passa comunque a controllare che le piante stiano bene. Qualsiasi provvedimento che esuli dalla semplice innaffiatura viene concordato preventivamente, come la concimazione, i trattamenti con antiparassitari e le potature. Prendersi cura delle piante vuol dire anche capire quando è necessario fornire più acqua, perché le temperature aumentano troppo o diminuirla perché provvede la pioggia. Questo servizio è nato all'interno della piattaforma di pet sitter «Le cat e dog sitter», con l'idea che, esattamente come gli animali, anche le piante non possono essere lasciate sole. A prendersene cura insieme a Paula c'è una squadra di 15 plant sitter, professioniste dal pollice verde, amanti della natura e con esperienze pregresse nel settore ma non giardinieri. Il costo del servizio varia a seconda della quantità di piante da annaffiare a partire da circa 10 euro. Qualora vi fosse la necessità di accudire una o due piante di dimensioni contenute e facilmente trasportabili, si può anche chiedere il servizio di «asilo», presso le abitazioni di queste specialiste del verde.



Chi è
Paula di Grigoli
È una plant sitter, si occupa delle piante di casa durante le ferie del proprietario
Contatti
Le cat e dog sitter
lecatdogsitter.it
(foto Chiara Diomede)

occhio a...

CORSI

Scrivere un'autobiografia

Se da sempre avete il desiderio di scrivere un romanzo autobiografico, è il momento giusto per cominciare. Feltrinelli Education propone un corso in 18 lezioni online, fruibili in qualsiasi momento (120 euro), per imparare a dare forma al racconto della propria vita, con l'aiuto di alcuni scrittori e docenti della Scuola Holden Martino Gozzi, Giulia Muscatelli ed Ester Viola.

• **r.c.**
♥ **Feltrinelli Education** feltrinellieducation.it/offerta-formativa/corsi-on-demand

SERVIZI

Sportello contro la violenza

Si chiama «Libellula» ed è il nuovo spazio appena inaugurato dedicato al contrasto della violenza di genere. Tra i servizi offerti, uno sportello di ascolto gratuito, anonimo e senza obbligo di denuncia per intercettare situazioni di violenza o vulnerabilità. Ma è anche un punto di sostegno per genitori e per percorsi di autodeterminazione per uomini e donne.

• **a.g.**
♥ **Libellula** Via Marinetti 2.
fondazionebellula.com



ANIMALI

La nursery per cuccioli di gatto

«Nice to micio» è una pensione per gatti, con il servizio di asilo per i micetti da 1 ai 5/6 mesi di vita. Pensato per chi ha un cucciolissimo ma deve andare in vacanza o a lavorare; Lilita Vanzini se ne prende cura dall'alimentazione (che nei cuccioli può essere anche ogni tre ore) all'igiene, al gioco. È un servizio personalizzato sulle esigenze del gatto e del proprietario. Costa da 18 a 30 euro al giorno.

• **l.c.**
♥ **Nice to Micio** Via Carlo Bianconi 14
Tel 338.73.20.267