

7 ricette facili
Anche in estate
il cioccolato
è buono. Ma
freddo pag. 150

26 LUGLIO 2006
Anno XIX N. 29

€2,20
MONDADORI

www.donnamoderna.com

Poste Italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art. 1, comma 1, DGS Verona - AUSTRIA € 2,50 - BELGIO € 2,30 - FRANCIA € 3,00 - GERMANIA € 3,30 - GRECIA € 2,50 - LUSSEMBURGO € 2,30 - PORTOGALLO (CONT.) € 2,00 - SPAGNA € 2,50 - SVIZZERA CHF 3,70 - UK LGS 1,95 - URUGUAY INF 500,0

DONNA MODERNA

Sondaggio verità

Cosa prova un uomo a toccare una donna rifatta? pag. 44

Emergenze in vacanza

I 5 farmaci da adulti che possono usare anche i bambini pag. 177

Gioca con i nostri Ching Amore, lavoro, amicizia: scopri cosa c'è di bello nel tuo destino Dossier pag. 103

Violenze in famiglia

Perché certe mogli proteggono mariti-mostri pag. 96

una soluzione per te

Tutte a gambe nude



Elisabetta Canalis



Victoria Beckham



Jennifer Aniston



Cristina Chiabotto

Sei ancora in tempo per: combattere la cellulite, levigare le ginocchia, rendere tonici i muscoli, depilarti e abbronzarti pag. 78

€1,40 €0,99

attualità

idea geniale o nuova mania?

di **Giuseppe Carissimi**
ha collaborato Flora Casalinuovo

Tendenza: lavorare a suon



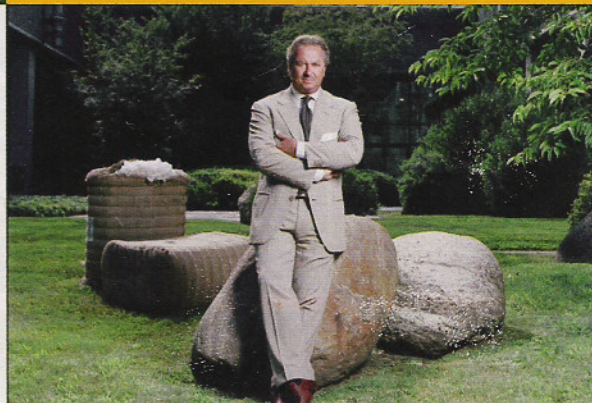
In cucina con Mozart Cucinano le aragoste al ritmo del *Don Giovanni* di Mozart. E così, dalle loro pentole, escono cibi sopraffini. Succede al ristorante Acanto dell'hotel Principe di Savoia di Milano. «Per noi la musica è fondamentale» conferma Fabrizio Cadei (il secondo da sinistra nella foto), executive chef di Acanto. «Ci aiuta a concentrarci, a darci i tempi giusti. E anche idee nuove per i piatti. E poi ai clienti piace: lavoriamo in un open space, dove chi cena può vederci all'opera. E rimane incantato da questa atmosfera poetica».

In sala operatoria con gli 883 L'avreste mai detto? Il primario di Chirurgia dei trapianti di fegato e reni dell'ospedale Niguarda di Milano in sala operatoria ascolta Max Pezzali. «Durante gli interventi accendo sempre lo stereo» ci rivela Vincenzo Sansalone (nella foto, al centro durante un'operazione). «Max Pezzali e gli 883 mi aiutano a trovare la serenità e la distanza giusta dalle cose che faccio. Perché per un bravo chirurgo è importante evitare ogni coinvolgimento emotivo. Ma attenzione: purché sia musica poco impegnativa, se no potrebbe avere l'effetto contrario».



Nel vivaio con la new age Anche le piante ascoltano la musica. «Ma i suoni devono essere dolci. Il rock è troppo aggressivo. De André le fa ingiallire, Marilyn Manson le ammazza» dice Mario Emanuele Prina (a sinistra), agronomo e proprietario del Vivaio Clorofilla di Peschiera Borromeo, in provincia di Milano. «Per far crescere bene i fiori e gli alberi del mio vivaio ho pensato a un cd su misura. Ho coinvolto un compositore, Cesare Regazzoni, che ha creato melodie soft, new age. Il risultato? Spettacolare».

Tra le pecore con Pavarotti Pregiata e morbidissima al tatto. È la lana delle pecore Merino della fattoria australiana Highlander. Il segreto? Ascoltano Pavarotti dalla mattina alla sera. Loro Piana, marchio del lusso che produce filati di pregio, si rifornisce da loro. «Il metodo funziona» dice Pier Luigi Loro Piana, co-amministratore delegato dell'azienda. «E i risultati si vedono: è già il secondo anno consecutivo che la fattoria Highlander vince il premio Record Bale, quello per la balla di lana più fine dell'anno».



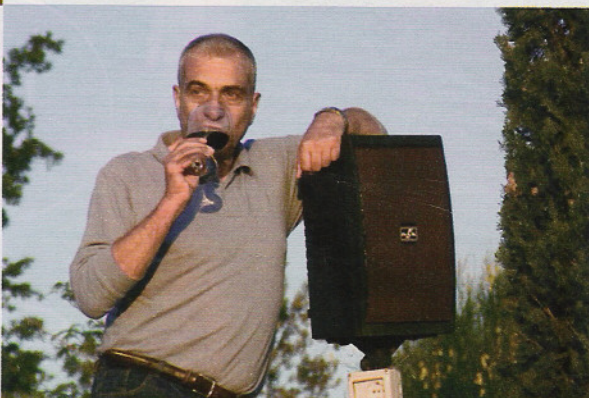
di *musica*

Le ultime scoperte della scienza dicono che canzoni e melodie aumentano la produttività. Volete la prova? C'è un chirurgo che è diventato il numero uno dei trapianti ascoltando Max Pezzali e un viticoltore che fa crescere un'uva superba con Bach e Mahler. E non finisce qui. Leggete per credere



Nella stalla con Philip Glass Le capre camosciate dell'azienda Il Boscasso di Ruino, nell'Oltrepò Pavese, sono fan di Philip Glass. Lo hanno scoperto Chiara Onida e Aldo Galbiati, i proprietari. «Passiamo così tanto tempo con i nostri animali» ci spiega Chiara Onida (a sinistra, con la figlia) «che una volta abbiamo portato lo stereo nella stalla. Le capre lo hanno apprezzato, e adesso hanno un impianto tutto loro dove, oltre a Glass, ascoltano anche Therry Riley. La musica le tranquillizza e il loro latte è più buono».

Nella vigna con Ciaikovskij Bach, Mozart e Ciaikovskij per la maturazione, Mahler e Beethoven per la fogliatura. Ecco la ricetta de Il Paradiso di Frassina di Montalcino, Siena, che produce un eccellente Brunello. «Nella vigna abbiamo installato 20 altoparlanti» dice il proprietario Carlo Cignozzi (a destra). «Perché con la musica classica l'uva cresce meglio: le geometrie del suono sono regolari e in sintonia con i tempi della natura». E passeggiando nella vigna, avvolti dalle melodie da sogno, sembra davvero di essere in Paradiso.



In corsia con la chitarra La musica ha virtù terapeutiche miracolose. Così, in corsia, tra medici e infermieri affaccendati, potreste imbattervi anche in una rockstar. «All'estero, quella del musicoterapeuta è una figura riconosciuta negli ospedali» dice Grazia Di Michele (a sinistra), cantautrice, che lavora con l'associazione Musica contro la sofferenza. «Note e suoni sono d'aiuto per alleviare il dolore dei malati, per stimolare i sensi dei disabili fisici e psichici. E in passato abbiamo anche dato un sostegno ai sopravvissuti della guerra dell'ex Jugoslavia».

In azienda con la chill out Il manager è stressato? Fategli ascoltare la chill out e renderà di più. «Il ritmo e l'intensità dei suoni producono degli effetti sia sulla psicologia dell'individuo sia sul suo lavoro» dice la romana Sara Cicolani (a destra, durante una seduta), wellness coach e responsabile del marchio Manager del benessere. A lei si rivolgono molti dirigenti, sportivi e politici che sentono il bisogno di ricaricarsi. E lei, attraverso vari test, trova la musica adatta a ognuno.

