

# F

N. 12 SETTIMANALE 26.03.2024  
€ 1,20 IN ITALIA

**DONNE  
CORAGGIOSE**  
DO UN NOME  
AI MORTI  
PER CURARE I VIVI

**Bellezza**  
LO YOGA DEL VOLTO  
E IL MASSAGGIO  
LIFTANTE

**Cucina**  
PARTY DI PASQUA

JULIANNE  
**Moore**

SENZA SESSO  
NON SO STARE

**Nancy Brilli**  
SETTE ANNI  
SINGLE

**Robert Downey  
Junior**  
SALVATO  
DA MIA MOGLIE

**Kate  
Middleton**  
PRINCIPESSA  
DEI MISTERI

**ESCLUSIVO**

**Un brano del libro  
di Papa Francesco**  
L'AMORE CHE  
MI HA INSEGNATO  
MIA MADRE

# LE RICETTE DEL CUORE

LUI SPARISCE, TRADISCE, È EGOISTA?  
ECCO I CIBI PER DIMENTICARLO



CAIRO EDITORE



# CAIRO

## DIRETTORE RESPONSABILE

Luca Dini

[L.dini@cairoeditore.it](mailto:L.dini@cairoeditore.it)

## ART DIRECTOR

Silvia Tedesco

[s.tedesco@cairoeditore.it](mailto:s.tedesco@cairoeditore.it)

## CAPOREDATTRICE MODA

Valentina Cassieri

[v.cassieri@cairoeditore.it](mailto:v.cassieri@cairoeditore.it)

## CAPOREDATTRICE NATURAL STYLE

Antonella Colicchia

[a.colicchia@cairoeditore.it](mailto:a.colicchia@cairoeditore.it)

## ATTUALITÀ

Silvia Gavino (caposervizio) [s.gavino@cairoeditore.it](mailto:s.gavino@cairoeditore.it)

Federica Brignoli [f.brignoli@cairoeditore.it](mailto:f.brignoli@cairoeditore.it)

Terry Catturini [t.catturini@cairoeditore.it](mailto:t.catturini@cairoeditore.it)

Chiara Dall'Anese [c.dallanese@cairoeditore.it](mailto:c.dallanese@cairoeditore.it)

Diana de Marsanich [d.demarsanich@cairoeditore.it](mailto:d.demarsanich@cairoeditore.it)

Elisabetta Ranieri [e.ranieri@cairoeditore.it](mailto:e.ranieri@cairoeditore.it)

Cristina Ravanelli [c.ravanelli@cairoeditore.it](mailto:c.ravanelli@cairoeditore.it)

Valentina Valota [v.valota@cairoeditore.it](mailto:v.valota@cairoeditore.it)

## MODA

Valentina Pagni [v.pagni@cairoeditore.it](mailto:v.pagni@cairoeditore.it)

## BELLEZZA

Simona Fedele (caposervizio) [s.fedele@cairoeditore.it](mailto:s.fedele@cairoeditore.it)

## UFFICIO GRAFICO

Margherita Cavallini [m.cavallini@cairoeditore.it](mailto:m.cavallini@cairoeditore.it)

Monica Palmeri [m.palmeri@cairoeditore.it](mailto:m.palmeri@cairoeditore.it)

Francesca Romano [f.romano@cairoeditore.it](mailto>f.romano@cairoeditore.it)

Camilla Truong [c.truong@cairoeditore.it](mailto:c.truong@cairoeditore.it)

## RICERCA ICONOGRAFICA

Emanuela Iommi

[e.iommi@cairoeditore.it](mailto:e.iommi@cairoeditore.it)

Lorena Maroni

[l.maroni@cairoeditore.it](mailto:l.maroni@cairoeditore.it)

## SEGRETERIA

Cristina Migliorini

[c.migliorini@cairoeditore.it](mailto:c.migliorini@cairoeditore.it)

## HANNO COLLABORATO:

Ilaria Amato, Rosa Baldocci, Mariella Boerci, Valentina Bottoni, Rachele Briglia, Luisa Ciuni, Claudia Compagni, Vania Crippa, Roberta Damiani, Cristina D'Antonio, Ilaria De Bartolomeis, Marisa Deimichei, Giusi Fasano, Shanna Ferri, Gaia Giorgetti, Diana Manzini, Alessandra Mattanza, Liana Messina, Daniela Missaglia, Marzia Nicolini, Roberta Olcese, Valeria Palieri, Chiara Palumbo, Lucia Pantaleoni, Maria Laura Ramello, Costanza Rizzacasa d'Orsogna, Roselina Salemi, Guia Soncini, Carla Tinagli, Fabio Vassallo, Adua Villa.

## È UNA RIVISTA DEL GRUPPO CAIRO EDITORE

che comprende anche le seguenti testate:

### SETTIMANALI

DIPIÙ TV, Diva e Donna, Enigmistica MIA, Enigmistica PIÙ, Settimanale DIPIÙ, Settimanale DIPIÙ e DIPIÙ TV Cucina, Settimanale GIALLO, Settimanale NUOVO, NUOVO TV, TV Mia

### QUINDICINALI

CUCINA MIA

### MENSILI

Arte, Bell'Italia, Gardenia, Natural Style, Settimanale DIPIÙ e DIPIÙ TV STELLARE

### Stampatore:

ROTOLOTO S.p.A., via Brescia 53/65, 20063 Cernusco sul Naviglio (MI).

### Distributore per l'Italia:

m-dis Distribuzione Media S.p.A., Via Cazzaniga 19 - 20132 Milano Tel. 02.2582.1

### Distributore per l'estero:

Sodip Spa - Via Bettola 18 - 20092 Cinisello Balsamo (MI) Italia

### COPYRIGHT 2024 CAIRO EDITORE.

Tutti i diritti riservati. Testi, fotografie e disegni contenuti in questo numero non possono essere riprodotti, neppure parzialmente, senza l'autorizzazione dell'Editore. Pubblicazione settimanale registrata presso il tribunale di Milano il 30/03/2012, n. 162. Una copia 1,00 euro. Sped. in abb. post. - 45% art. 2 comma 20/b legge 662/96 - Milano. Testi e fotografie non espressamente richiesti non saranno restituiti.

ACCERTAMENTO DIFFUSIONE:  
Certificato n. 2757 del 14.12.94  
Periodico associato alla FIEG  
(Feder. Ital. Editori Giornali)



CAIRO EDITORE

## PRESIDENTE Urbano Cairo

CONSIGLIERE ESECUTIVO  
Giuseppe Ferrauto

## DIREZIONE, REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE

Via Angelo Rizzoli 8 - 20132 Milano, Telefono 02/433131

ABBONAMENTI: 02 43313468 (lun-ven, dalle 9 alle 13)

[abbonamenti@cairoeditore.it](mailto:abbonamenti@cairoeditore.it) [miabbono.com/it](http://miabbono.com/it)

ARRETRATI A PAGAMENTO / UFFICIO DIFFUSIONE:

02 43313410/517 - fax 02 43313580 - [diffusione@cairoeditore.it](mailto:diffusione@cairoeditore.it)

SITO INTERNET [www.cairoeditore.it](http://www.cairoeditore.it)

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ



CAIRO MEDIA

Via Angelo Rizzoli 8 - 20132 Milano - Tel. +39 02 25845400

[mail:cairores@cairoresmedia.it](mailto:mail:cairores@cairoresmedia.it)

### PIEMONTE • LIGURIA •

VALLE D'AOSTA

(Filiale di Torino)

Via Cosseria, 1

10131 Torino

Tel. 011/6600390

Fax 011/6606815

[segreteria@cairocommunication.it](mailto:segreteria@cairocommunication.it)

### Nuova Gemme srl

(Filiale di Genova)

Via dei Franzoni, 6/1

16145 Genova

Tel. 010/0994864

Fax 010/7966640

[info@nuovaggiemme.it](mailto:info@nuovaggiemme.it)

### TRIVENETO

(Filiale di Verona)

Vicolo Ghiaia, 7

37122 Verona

Tel. 045/4750016

Fax 045/4750017

## CONSIGLIERI

Andrea Biavardi, Alberto Braggio, Roberto Cairo, Ugo Carenni, Giuliano Cesari, Giuseppe Ferrauto, Umberto Fornara, Marco Pompignoli, Mauro Sala.

## INDIRIZZI MODA



### Amen Gioielli

[www.amenshop.it](http://www.amenshop.it)

### Baume & Mercier

[www.baume-et-mercier.com](http://www.baume-et-mercier.com)

### Bitossi Home

[www.bitossihome.it](http://www.bitossihome.it)

### Bronzallure

[www.bronzallure.it](http://www.bronzallure.it)

### Bulgari

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

### Capital Time

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

### Citizen

[www.citizen.it](http://www.citizen.it)

### Coccinelle

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

### Crivelli

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

### Davite&Delucchi Gioielli

[www.davitedelucchi.it](http://www.davitedelucchi.it)

### DonnaOro

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

### Festina

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

### Geox

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

### Giorgio Visconti

[www.giorgiovisconti.it](http://www.giorgiovisconti.it)

### Giovanni Raspini

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

### Gismondi 1754

[www.gismondi1754.com](http://www.gismondi1754.com)

### Golay

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

### Guess Watches

[www.guess.eu](http://www.guess.eu)

### Jaeger-LeCoultre

[www.jaeger-lecoultre.com](http://www.jaeger-lecoultre.com)

### Marina Rinaldi

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

### Mario Luca Giusti

[www.mariolucagiusti.it](http://www.mariolucagiusti.it)

### Morellato

[www.morellato.it](http://www.morellato.it)

### Pandora

[www.pandora.net](http://www.pandora.net)

### Parmigiani Fleurier

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

### Patek Philippe

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

### Pisa Diamanti

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

### Polello

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

### Pomellato

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

### Rebecca

[www.rebecca.it](http://www.rebecca.it)

### Recarlo

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

### Rolux

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

### Saint Louis

[www.saint-louis.com](http://www.saint-louis.com)

### Salvini

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

### Skechers

[www.skechers.it](http://www.skechers.it)

### U.S. Polo Assn.

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

### Unoerre

[www.unoerre.it](http://www.unoerre.it)

### Vacheron Constantin

[www.vacheron-constantin.com](http://www.vacheron-constantin.com)

### Vagary

[www.vagary.it](http://www.vagary.it)

### Venini

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

### Westwing Collection

[www.westwing.it](http://www.westwing.it)

