

In Expo si vola con il Festival del Volo

di EXPerience Milano 2017. Per la tre giorni dedicata al volo non mancheranno appassionanti gare aerostatiche, voli frenati in coloratissime mongolfiere ad aria calda e i maestosi palloni a gas, piper, alianti, enormi aquiloni fino ai 18 metri dalle forme più svariate, i laboratori, i “bubble football”, i droni, le esposizioni di aeromobili, i simulatori di volo, oltre al corollario enogastronomico e alla sfilata di auto d’epoca. Non solo. Il 2 giugno alle 18.00, il Festival del Volo ospiterà Davide Van De Sfroos.

Da segnalare poi la mostra che illustra la storia del volo, dall’aerostatica alle donne nello spazio, che in uno dei tre giorni di kermesse vedrà la partecipazione di un astronauta italiano di fama mondiale. La mostra storica illustrerà un viaggio meraviglioso, ripercorrendo gli scenari incantevoli delle prime esplorazioni, dal primo volo organizzato dai fratelli Montgolfier, ai fantascientifici ed entusiasmanti racconti di Jules Verne, fino alle incredibili imprese dei giorni nostri, con il giro del mondo in pallone senza scalo di Bertrand Piccard.

Cuore dell’esposizione sarà la sezione legata alla storia dei “giganti più leggeri dell’aria”, con antichi oggetti esclusivi provenienti da collezioni private. La rassegna verrà organizzata in collaborazione con i principali musei aeronautici italiani come Volandia, Vigna di Valle, Museo Caproni di Trento e con altre “raccolte”, dal Vittoriale all’Aeronautica Militare. Saranno esposti inoltre quadri, stampe d’epoca, suppellettili di fine Settecento ispirate alla moda “au ballon” e la più completa collezione italiana di medaglie con soggetti aerostatici.

LOVE, PEACE, FREEDOM & HAPPINESS – HAIR TRIBUTE. In scena gli anni 60 a Milano

Venerdì 23 settembre, all'Open Air Theatre, Parco Experience EX AREA EXPO MILANO, tornano in vita gli anni '60, le sue contestazioni e rivendicazioni: **LOVE, PEACE, FREEDOM & HAPPINESS**.

Stiamo parlando della nuova produzione di **MTS – MUSICAL! THE SCHOOL: HAIR TRIBUTE**, con la regia di **Simone Nardini**.

Siamo alla fine degli Anni '60, i giovani sfilano per le strade del mondo invocando la Pace, scandendo slogan quali *"Mettete i fiori nei vostri cannoni"*, *"Fate l'amore non fate la guerra"*, e cantando la pace e la libertà!

E la libertà è un fiore, riesce a sbocciare anche nei campi resi sterili dall'uomo stesso, in una strada di periferia, in una canzone o in un musical.

In quegli anni si formavano gruppi di ragazzi e ragazze che trascorrevano il tempo senza inibizioni e, al grido di "Sesso, droga e Rock'n'Roll", protestavano contro le sofferenze della guerra. Con un rito iniziatico Sheila e Berger presentano il giovane Claude alla tribù. Tutti credono che sorgerà una nuova era di pace e amore, l'"era dell'Acquario. Berger è il selvaggio e carismatico leader del gruppo, Wolf è responsabile della fornitura di marijuana, Hud è il ragazzo di colore che lotta per l'eguaglianza degli afro-americani, la bella Sheila è innamorata di Berger mentre Jeannie è innamorata di Claude ma è incinta di un altro uomo e la più giovane del gruppo, Crissy non riesce a dimenticare un ragazzo che ha visto una

sola volta nella vita. Claude riceve la cartolina per il servizio militare e dovrebbe partire per il Vietnam. E se tutti la bruciano, lui esita. Forse per la paura di eludere la legge e i valori della generazione dei genitori, o forse perché meglio morire da cittadino americano piuttosto che vivere da immigrato in America?

Hair, *cult* degli anni '70, oggi è più che mai l'ideale manifesto delle nuove generazioni che cantano l'alba dell'era dell'Acquario. Oggi, come allora, esistono ancora tanti "Vietnam" e tanti giovani con la voglia di liberarsi dalla schiavitù commerciale della società.

MTS rende omaggio all'opera-rock manifesto del pensiero "hippy".

Venerdì 23 settembre ore 20.45

Open Air Theatre – Parco Experience EX AREA EXPO MILANO

LOVE, PEACE, FREEDOM & HAPPINESS – HAIR TRIBUTE

una produzione

MTS – MUSICAL! THE SCHOOL

Regia di **Simone Nardini**

INGRESSO GRATUITO

XXI TRIENNALE: PRONTI, PARTENZA, VIA!

di Gabriele Antoninetti – Dal prossimo **2 aprile**, a **Milano**, prenderà il via, dopo quasi vent'anni di assenza, una nuova edizione della **Esposizione Triennale**. La ventunesima, a essere precisi. Una storia che parte da lontano, a cominciare da

quando, nel 1923, tra i mesi di maggio e ottobre, la prima **“Mostra internazionale delle arti decorative”** ebbe luogo non a Milano, bensì a **Monza**, presso il parco della **Villa Reale**. E dal capoluogo brianzolo si riparte anche questa volta, quasi a celebrare oppure, se vogliamo, a ipotetico ricollegarsi a ciò che è stato. Di fatto, tra le **venti locations** che saranno interessate all'imminente e nuovissimo evento – che, ricordiamolo, coinvolgerà tutta la città fino alla fine di settembre – oltre alla **Villa di Monza** ci saranno anche il palazzo di Giovanni Muzio, progettato fra gli anni 1931-1933 e sede stessa della **Triennale**, così come l'**Accademia di Brera**, la **Fabbrica del Vapore** di via Procaccini, il **MUDEC** di via Tortona, il **Palazzo della Permanente** di via Turati, l'**Hangar Bicocca**, il **Campus del Politecnico**, quello dello **IULM**, lo **Spazio Oberdan**, il **Museo Diocesano**, quello della **Scienza e della Tecnica**, il pontiano **grattacielo Pirelli** ma anche, fra altri ancora, un'area dell'**Expo ad hoc** adibita. Quaranta i paesi partecipanti, dall'Asia all'Africa fino al Canada, per non citare quelli europei, tutti accomunati dal filo rosso che farà da motto per questa edizione: **Design after Design**.

Precisa il comitato scientifico della Triennale, presieduto da **Claudio De Albertis**, che saranno toccate *“Questioni chiave come la nuova drammaturgia del progetto, che consiste soprattutto nella sua capacità di confrontarsi con i temi antropologici che la modernità classica ha escluso dalle sue competenze (la morte, il sacro, l'Eros, il destino, le tradizioni, la storia); la questione del genere nella progettazione; l'impatto della globalizzazione sul design; le trasformazioni conseguenti la crisi del 2008 e l'arrivo del XXI secolo; la relazione tra città e design; i rapporti tra design e accessibilità delle nuove tecnologie dell'informazione; i rapporti tra design e artigianato.”*

Se per il momento non sapete ancora orientarvi su quale mostra scegliere di visitare tra le tante in programma, basti dire che davvero c'è, come si dice, l'imbarazzo della scelta.

Cinque quelle in Triennale; si parte da “Women in Italian Design” con la curatela di **Silvana Annichiarico**, “Brilliant! I futuri del gioiello italiano” di **Alba Cappellieri**, “Neo Preistoria – 100 verbi” di **Andrea Branzi** e **Kenya Hara**, “Stanze. Altre filosofie dell’abitare” a cura di **Beppe Finessi**, per arrivare a “La Metropoli Multietnica” di **Andrea Branzi**. Altre mostre ancora – undici – sparse per tutto il tessuto urbano di Milano, senza contare poi le altre otto presenti nei luoghi extra urbani sopra citati.

Se ancora di numeri e nomi non siete stanchi, basto io a dare il colpo di grazia; non perdetevi nulla nemmeno della sezione “Eventi e partecipazioni”, suddivisi in vari giorni tra concerti, conferenze, proiezioni, festival, laboratori, convegni e spettacoli per un totale di...quarantuno! Se tuttora conservate memoria, magari non felicissima, di quella che venne definita “Milano da bere”, ora godetevi questa nuova Milano, tutta da vivere.

Giotto, l’Italia. La mostra di Milano e il ritratto di una star della pittura italiana del Trecento

di Emanuele Domenico Vicini – Dal **2 settembre 2015 al 10 gennaio 2016** **Palazzo reale di Milano** ospita una mostra dedicata a **Giotto** (Vespignano, 1267 circa – Firenze, 1337), piccola nelle dimensioni, selezionatissima nei pezzi, ma di una qualità sorprendente, perché raccoglie capolavori giotteschi mai proposti in un solo contesto espositivo.

Quando la mostra fu annunciata, come gran finale delle esposizioni nate intorno ad Expo, molte furono le perplessità e i dubbi, non solo perché Giotto, maestro indiscusso della pittura italiana del Medioevo, star senza rivali della prima pagina della nostra storia figurativa, è un pittore paradossalmente ancora molto sfuggente, le cui opere di sicura attribuzione su supporto mobile sono davvero poche, ma anche per la complessità tecnica, essendo esposti pezzi assolutamente preziosi, come il polittico Stefaneschi, mai uscito dal Vaticano negli ultimi settecento anni.

La mostra rimane composta solo di 13 pezzi: pochi apparentemente, ma frutto di una precisa scelta dei curatori, Pietro Petrarola e Serena Romano, che non hanno battuto la strada più agevole di esporre, oltre ai capolavori giotteschi, altri pezzi coevi o in qualche modo connessi, per irrobustire il percorso, ma hanno preferito proporre solo il Giotto autentico, su cui non vi siano dubbi attributivi particolari.

In questo modo emerge la grandezza assoluta del maestro, la sua sperimentazione e la sua capacità di vivere una tradizione pittorica molto ben consolidata, aggiornandola attraverso ricerche stilistiche del tutto inedite.

Questo slideshow richiede JavaScript.

Le opere di datazione più antica sono il **Polittico di Badia** e il **Polittico di Santa Reparata**. Se il primo presenta ancora una serie di soluzioni di tradizione, più vicine alle consuetudini compositive del tempo (siamo tra il 1295 e il 1300), con i santi ben inquadrati nelle loro cornici, lo sguardo rivolto allo spettatore, e la Madonna al centro che regge il Bambino con i tratti del piccolo adulto, il Polittico realizzato per Santa Reparata, l'antica cattedrale fiorentina, sostituita poi dalla attuale Basilica di Santa Maria del Fiore, anche se ha la stessa struttura a comparti separati da cornici, dai quali si affacciano i santi e al centro la Madonna col Bambino, mostra già un forte senso di unità, di coesione narrativa: i santi guardano il bambino, lo

benedicono, nel dialogo muto con lui, fuori di simbolo, traggono la forza della loro santità. E il bambino è finalmente nelle fattezze infantili che gli sono proprie: volge gli occhi alla madre, la accarezza, ne riceve uno sguardo colmo di tenerezza. Giotto sta traghettando la pittura sacra celebrativa di più alto profilo (perché destinata a pala d'altare di una delle principali cattedrali italiane) verso un immaginario di familiarità naturale e colma di dolcezza che non spegne la spiritualità dell'opera, ma la cala nella realtà dei sentimenti umani.

In tutte le tavole giottesche le figure si stagliano solide e precise, panneggiate con chiarezza e con un chiaroscuro molto evoluto, capace di costruire corpi solidi, evidenti, con un volume preciso che occupa spazi precisi. Anche se stagliati su fondi dorati che continuano una tradizione di gusto orientale bizantino, amatissima in Italia fino al Quattrocento per tutta la pittura su supporto mobile, i santi giotteschi sono veri nei loro gesti e nelle loro posture.

Il pezzo forte della mostra è sicuramente il **Polittico Stefaneschi**, realizzato dal maestro intorno al 1320, per l'altare maggiore della Basilica di San Pietro cosiddetta "costantiniana", quella cioè voluta e fondata dall'imperatore Costantino all'indomani dell'Editto di Milano (313 d.C.) con il quale la religione cristiana veniva resa libera in tutto il territorio dell'Impero Romano. Quell'edificio oggi non esiste più, sostituito dall'attuale Basilica di San Pietro, costruita su ordine di papa Giulio II, a partire dal 1506 e progettata da Donato Bramante. Per questo motivo il Polittico si trova ora conservato nella Pinacoteca Vaticana.

Il dipinto, commissionato dal cardinale Iacopo Stefaneschi per l'altare maggiore della basilica costantiniana, sta prima di tutto a dimostrare la posizione raggiunta dal maestro nel panorama italiano. Autore alcuni anni prima – come si è detto – di un'opera simile per Firenze, è lui a ricevere la commissione per la pala che avrebbe decorato la basilica più importante della cristianità, il fulcro della fede di Pietro, colma di capolavori di ogni epoca che testimoniano lo sforzo di ogni pontefice di celebrare e onorare la Roma cristiana.

Il polittico, che celebra i santi romani per eccellenza, Pietro e Paolo, è dipinto su entrambi i lati perché la sua collocazione prevedeva una faccia rivolta all'assemblea

(quella con San Pietro in trono circondato da angeli e nei pannelli laterali San Giacomo, San Paolo, Sant'Andrea e San Giovanni Evangelista) e una rivolta ai canonici seduti nel presbiterio (quella con il Cristo in trono al centro e ai lati il martirio di San Pietro, crocifisso a testa in giù, e quello di san Paolo, decollato).

Questo lato soprattutto porta un esempio di modernità stupefacente. Il trono che ospita il Cristo ha uno impianto prospettico a punto di fuga centrale perfetto, con le sue arcate gotiche in scorcio, che rende molto credibile la parata di angeli festanti a corona del Cristo, intorno al trono. Seduto con il braccio alzato nella posa benedicente, il Cristo è panneggiato in blu e oro, le ombre sono attentamente chiaroscurate per garantire la piena percezione del corpo, delle gambe che avanzano, del braccio che regge il testo sacro. Tutto diventa credibile in senso naturale, ogni gesto si riempie di una sobrietà umana che da qui in avanti sarà la cifra della pittura centro italiana e che Giotto ha già ampiamente sperimentato nei grandi cicli di affreschi cui ha dato vita, fra tutti quello padovano per la Cappella della famiglia Scrovegni.

I volti dei personaggi non sono più bloccati in un'astratta dimensione di sacralità sovrannaturale, ma sono calati nel tormento delle emozioni umane. Basti guardare le due scene di martirio, a sinistra Pietro è crocifisso, come tradizione vuole, tra la cosiddetta Piramide Vaticana (demolita a partire dal 1499 per aprire la nuova Via Alessandrina) e la Piramide Cestia, due sepolture romane databili circa al I secolo dopo Cristo, che erano state per secoli ritenute le tombe rispettivamente di Romolo e Remo (venivano chiamate infatti Meta Romuli e Meta Remi). Così Pietro più chiaramente che mai diventava il simbolo della nuova Roma Cristiana che superava quella pagana.

Fedele a questa tradizione iconografica, che obbliga ad acrobazie prospettiche e proporzionali notevoli, Giotto recupera la sua piena umanità e modernità nelle espressioni di dolore, a volte violento, a volte muto e rassegnato, dipinte sul volto degli astanti.

Così anche intorno a San Paolo decapitato troviamo la stessa cura per dare una credibilità tutta umana alla scena. Più libero da vincoli di tradizione, Giotto qui inventa un

frammento di scorcio naturale, composto da due colline che si muovono dolcemente dietro i protagonisti. Certamente più vincolato dalla destinazione del Polittico, e quindi meno libero di inventare perfette geometrie e solidissime architetture nelle quali far vivere le scene, come invece succede nei già citati affreschi padovani, Giotto, anche nella rigorosissima e controllatissima solennità dei polittici per le grandi basiliche italiane del Trecento, offre quelle ricerche stilistiche e quelle sperimentazioni pittoriche che ne faranno il punto di riferimento per gli artisti italiani di due secoli a venire.

GustArti a Pavia

E' in arrivo **GustArti!** Venerdì **16 ottobre** a **Pavia** verrà inaugurata la prima mostra di arte contemporanea diffusa su tutto il territorio pavese.

Tradizionali luoghi di accoglienza, ristoranti e alberghi, si trasformano in location non convenzionali per le opere di oltre 70 artisti italiani e stranieri che hanno aderito al progetto con l'obiettivo di creare un appetito estetico all'interno di luoghi tradizionalmente deputati al gusto e al buon cibo.

Si tratta di un'iniziativa unica nel suo genere, per la prima volta avviata in un territorio ricco di arte.

Il progetto è promosso da Camera di Commercio di Pavia in collaborazione con Ascom e Confcooperative nell'ambito di Pavia vive Expo.

Per informazioni ww.gustarti.eu

Priscilla: il musical campione di incassi ancora a Milano fino al 18 ottobre

Il musical campione di incassi **PRISCILLA – LA REGINA DEL DESERTO** prosegue **fino al 18 ottobre** in esclusiva al **Teatro Manzoni di Milano** in occasione di EXPO 2015. A interpretare il ruolo dei protagonisti tre straordinari artisti: **Cristian Ruiz** (Tick/Mitzi), **Marco D'Alberti** (Bernardette) e **Riccardo Sinisi** (Adam/Felicia).

Ecco le prossime date di **PRISCILLA – LA REGINA DEL DESERTO**: **sabato 10** (ore 21.30), **domenica 11** (ore 16.00), **giovedì 15** (ore 21.00), **venerdì 16** (ore 21.00), **sabato 17** (ore 21.00), **domenica 18** (ore 16.00).

Il musical, firmato dal regista **Simon Phillips** e tratto dal film commedia **“The Adventures of Priscilla, Queen of the Desert”**, ha venduto oltre quattro milioni e mezzo di biglietti in tutto il mondo.

Sul palco una varietà di oltre cinquecento costumi; una raffica di battute esilaranti e una colonna sonora di venticinque intramontabili successi internazionali tra cui *“I Will Survive”*, *“Material Girl”*, *“Finally”* e *“It’s Raining Men”*. Il cast è composto da: Cristian Ruiz, Marco D'Alberti, Riccardo Sinisi, Elisa Marangon, Giada D'Auria, Massimiliano Colonna, Elena Nieri, Natascia Fonzetti, Giovanna D'Angi, Alessia Punzo, Pedro Batista Gonzalez, Matteo Perin, Giacomo Buccheri, Simone Nocerino, Giovanni Abbracciavento, Marco Di Palma, Simone Carbone, Taddeo Pellegrini, Andrea Riva, e i giovani interpreti che si alterneranno nel ruolo di Benji:

Mattia Lisi, Alessandro Bendinelli, Matteo Marcus Bok e Alessandro Orfini.

La sceneggiatura dello spettacolo, con il suo messaggio sulla famiglia, la tolleranza e l'accettazione, è capace di raccontare e alternare momenti di puro divertimento ad altri più emozionanti, mantenendo uno stile originale, brillante e decisamente non convenzionale.

È la storia di *Tick, Bernadette e Adam*, eccentrici artisti che, grazie a un ingaggio, decidono di lasciare la noia e i problemi della loro vita a Sidney e portare il loro spettacolo di Drag Queen nell'entroterra australiano ad Alice Springs. Inizia così una travolgente avventura "on the road" di tre amici che, a bordo di un vecchio bus – di nome *Priscilla* – viaggiano attraverso lo sconfinato deserto australiano alla ricerca di amicizia e amore, finendo per trovare più di quanto avessero mai sognato.

Partners ufficiali del musical sono **Planetaria Hotels**, gruppo alberghiero tutto italiano, e **M•A•C (Make-up Art Cosmetics)**, brand leader nel campo del make-up professionale, fondato nel 1984 a Toronto e distribuito in 96 paesi

Teatro Manzoni di Milano

Via Alessandro Manzoni, 42

Biglietti platea da 49 a 69 euro – privée da massimo 6, 5, 4 e 2 posti

Per acquisto biglietti: www.ticketmas.it; www.ticketone.it;

Per pubblico organizzato e gruppi: gruppi@priscillamusical.it

www.priscillailmusical.it

www.teatromanconi.it

EXPOmania: i consigli dei frequent visitors

Intervista a tre “veterani” dell’esposizione universale di Rho Fiera, grazie al pass stagionale: istruzioni per l’uso, a poco meno di 50 giorni dalla chiusura

di Matteo Rolando – Un signore benvestito di origine araba, dopo aver perso il proprio portafogli in un parco milanese, se lo vede restituire da una donna. Per riconoscenza le fa una raccomandazione: non prendere la metropolitana il primo maggio, giorno di apertura di Expo. Mettendola in guardia sul pericolo di attentati terroristici. Una bufala un po’ fantasiosa per non dire molesta, con il rischio di scatenare panico di massa, montata la primavera scorsa e circolata via whatsapp come una catena di Sant’Antonio.

A quanto pare, nemmeno in estate le leggende metropolitane vanno in vacanza: con l’autunno ormai alle porte ancora si vocifera che la chiusura di Expo verrà prorogata a fine anno. Se fosse vero, peraltro non sarebbe una cattiva notizia: invece secondo i principali media nazionali, al commissario Expo Giuseppe Sala è stato chiesto pochi giorni fa durante il consiglio di amministrazione di garantire la propria presenza fino a fine anno, proprio per procedere allo smantellamento e al <riuso delle attrezzature>, cioè la messa all’asta o la destinazione sociale. Presto sarà quindi tempo di bilanci: è iniziato il conto alla rovescia, ci sono meno di cinquanta giorni visitare l’esposizione universale allestita a Rho Fiera. I veterani di Expo sono, per usare un inglesismo, i “frequent visitors” che grazie al pass stagionale (costo tra i 90€ e i 120€), si sono potuti godere il salone in piena libertà fin dalla sua apertura. Chi meglio di loro può dare

delle dritte a chi ancora non ci è stato? Antonio Auletta, 42 anni, milanese d'adozione, di professione impiegato, può vantare dieci ingressi ad Expo, ma conta di andarci almeno una volta a settimana, per vedere i padiglioni che ancora non ha visitato. Invece, Michele Lo Gatto, 35 anni, educatore, e Paolo Belardinelli funzionario tecnico, vantano circa 9 ingressi ad Expo con un pass illimitato.

Questo slideshow richiede JavaScript.

- Da cosa nasce questa tua passione per Expo?

(Antonio): Vivendo a Milano, direi che sarebbe stato un vero peccato non approfittare per visitare un evento di tale portata internazionale quale l'esposizione universale.

(Michele): La passione per expo nasce principalmente dalla curiosità e dalla voglia di vivere di persona un'esperienza unica nel suo genere.

(Paolo): Curiosità di conoscere nuove culture e di come viene interpretato dai vari paesi partecipanti il tema di Expo. Non nascondo anche un pizzico di orgoglio nazionale nel verificare il livello eccellente dell'organizzazione, avendo collaborato in prima persona alla gestione di grandi eventi in passato. In particolare dopo le note vicissitudini giudiziarie dell'ultimo periodo.

- Reputi il prezzo del biglietto giornaliero e/o del pass stagionale congrui con l'offerta?

(Antonio): Per quanto concerne il prezzo del season pass, rapportato al costo dell'ingresso giornaliero (39€) direi assolutamente di sì. Relativamente all'offerta è proprio la stessa che mi ha portato ad acquistarlo...Non si può avere la

“presunzione” di visitarlo in un solo giorno!

(Michele): Il prezzo del giornaliero con data variabile é relativamente alto, ma sono numerose le offerte e gli sconti disponibili. É comunque un prezzo congruo all’offerta data.

(Paolo): Il prezzo del biglietto e dei servizi collegati è forse uno dei motivi maggiori per cui molte persone non parteciperanno.

- *Quale potrebbe essere un budget standard giornaliero per la visita, comprensivo di ingresso e pranzo o cena? E’ vero che le bottigliette d’acqua sono care?*

(Antonio): A mio modesto avviso, il costo giornaliero di un biglietto standard dovrebbe essere sui 20/25€, proprio in considerazione del fatto che non si riescono a visitare tutti i Padiglioni in una sola giornata. Un prezzo meno elevato porterebbe probabilmente a far ritornare i visitatori altre volte. Anche se in parte, in questa direzione ci si è mossi con l’ingresso serale ad un costo di 5 €

Relativamente al costo di pranzi o cene, personalmente non le vorrei comprese in un biglietto di ingresso. L’offerta culinaria è vasta e per tutte le tasche...basta ingegnarsi. Le bottigliette dell’acqua credo costino quanto prenderle in un bar a Milano, per me il problema non si è mai posto perché ho sempre utilizzato le numerose case dell’acqua sparse all’interno del sito, con la possibilità di sceglierla naturale o frizzante a costo zero.

(Michele): Il budget di spesa é variabile, si può spendere da 3€ per un panino agli oltre 150€ per un pranzo completo o una cena. É comunque possibile approfittare di alcuni omaggi e assaggi all’interno dei padiglioni, se si sa dove andare. Muniti di bottiglie, l’acqua é gratis, si possono riempire in uno dei numerosi “casottini” presenti e scegliere tra liscia o gassata.

A pagamento potrebbe costare anche 2,50€ per la bottiglietta

da mezzo litro.

(Paolo): Non dovrebbe superare i 30€ mentre al momento non ne basta il doppio. L'acqua è gratis ma non mancano le forme di speculazione con vendita bottigliette da 0,5 litri a 2,5€.

- Se vai ad Expo con i mezzi pubblici, li trovi efficienti?

(Antonio): Uso sempre i mezzi pubblici per visitare Expo. La prima volta ci sono andato con la metropolitana pagando l'integrazione extra-urbano al mio abbonamento annuale ATM. Dalle volte successive utilizzo il tram (12 o 19) con capolinea a Roserio e ingresso dai cancelli di Roserio con due vantaggi: primo utilizzo il mio abbonamento ATM senza costi aggiuntivi (Roserio è ancora nella tratta urbana di Milano), secondo il percorso pedonale per raggiungere i cancelli di ingresso è più breve...Trovo generalmente efficienti i mezzi di trasporto milanesi, in primis le linee metropolitane.

(Michele): Mi reco all'expo con l'auto, usufruisco del parcheggio Trenno, l'autobus che lo collega con l'expo é rapido e comodo. Il costo del parcheggio è di 12,50€.

- Generalmente frequenti Expo durante la settimana o nel weekend?

(Antonio): Preferisco andarci durante la settimana, all'uscita dall'ufficio, nei weekend credo di esserci andato una sola volta, con il vantaggio di saltare le code.

(Paolo): Weekend.

- Cosa ti ha colpito di più a livello di impatto visivo?

(Antonio): La prima volta che ci sono andato, il 9 o il 10 maggio, ciò che mi ha impressionato è stata la realizzazione di un sito espositivo che tutti, o quasi davano per incompiuta! Molti Padiglioni risultano imponenti dal punto di vista architettonico, altri un po' meno, e visitarli nel corso

delle visite successive, mi ha dato modo di esprimere il mio parere a riguardo.. Non ho mai preso una cartina del sito espositivo, proprio perché mi piace scoprirlo percorrendolo, e a volte lo confesso, consultando i totem informativi. A livello visivo colpisce molto vedere la gente nel Decumano, non seguo molto le statistiche, ma io ho vissuto e continuo a vivere l'internazionalità dell'evento.

(Michele): L'impatto visivo dell'Expo è notevole. Il padiglione più imponente è quello dell'Italia, ma anche la Russia con i suoi specchi è di impatto. Anche il padiglione dell'Inghilterra è di grande effetto. Il più caratteristico se visti dall'interno è quello dell'Austria con un bosco vero riprodotto . Il più divertente è di sicuro quello del Brasile con la sua rete sospesa. Il più educativo quello della Svizzera, la torre scende ogni giorno di più.

(Paolo): Passeggiando per il decumano è come attraversare il mondo, si incontrano persone vestite con abiti orientali, arabi, ecc. e si salutano ognuno con il loro modo. I colori dei vari padiglioni e cluster, gli abiti/costumi e il materiale esposto. Difficile non notare anche il fatto che nazioni normalmente non "amiche" condividono lo stesso tema e si impegnano ognuno con i modi che reputano migliori alla gestione del problema della nutrizione nelle sue sfaccettature.

- Secondo te quali sono i pro e i contro di una visita in orario serale (dopo le 18)?

(Antonio): Si dà sicuramente più possibilità di accesso, considerando il costo del biglietto, forse avrebbero dovuto anticipare di 1h già dal mese di giugno (prima il serale consentiva l'accesso dalle 19). Di contro la chiusura dei Padiglioni alle 20:30/21:00, in primis di quello dell'Italia, che personalmente non ho ancora visitato, ma che probabilmente avrebbe dovuto avere un'apertura più ampia considerando che siamo il Paese ospitante l'evento.

(Michele): L'ingresso serale permette di vedere l'Expo sotto un'altra ottica. Lo spettacolo dell'albero della vita è di gran lunga più suggestivo grazie agli effetti luminosi, ma la maggior parte dei padiglioni chiude alle 20.00 e quindi si perde la possibilità di visitarli.

(Paolo): Molti padiglioni chiudono alle 20 e diminuisce l'offerta di eventi collaterali come musica ecc. diventa un'occasione meramente culinaria.

- Qual è il padiglione o il cluster più accattivante, quale il più monumentale e quale il più "curioso"?

(Antonio): Al momento, considerando che mi manca ancora circa il 40% di Padiglioni da visitare, avrei una classifica del tutto parziale... Ho trovato interessanti, cercando di raggruppare gli aggettivi della tua domanda, il Kazakistan, gli Emirati Arabi, la Germania, Israel, la Cina, in generale i Padiglioni del Medio Oriente... Interessante anche il supermercato biologico e la Coop che presenta quello che sarà il supermercato del futuro, quest'ultimo con i suoi pro e contro.

L'albero della Vita che è diventato un po' il simbolo di questo EXPO è molto scenografico e lo spettacolo serale attira sempre molti visitatori. Il gioco di luci ed acqua e le musiche scelte creano indubbiamente delle emozioni.

(Michele): L'Ungheria ha uno dei padiglioni più accattivanti, a primo impatto sembra semplice e con poca attrattiva, ma da un attento sguardo è uno dei più ricchi. Organizzano eventi musicali ripetuti nella giornata in cui si alternano pianisti o gruppi musicali che variano di settimana in settimana. Curioso il padiglione dell'Olanda in cui è ricreato un luna park in miniatura con ruota panoramica, discoteca all'aperto, labirinto degli specchi e chioschetti alimentari con furgoni "d'epoca". Ogni cluster ha la sua caratteristica, ma il migliore è quello del caffè se si prenota il tour di circa 30

minuti.

(Paolo): Cluster: caffè. Monumentale: Padiglione Italia. Curioso: Ungheria, ricco di eventi e dimostrazioni reali e poca tecnologia. Degno di nota il padiglione di save the children, difficile non emozionarsi nel vedere il lavoro che fanno a vantaggio dei bambini nelle zone di guerra e non solo. E' come un "pugno allo stomaco" dove si passa da padiglioni gioiosi e colorati ad immagini di zone di guerra ecc. L'equivalente di una scossa che ci risveglia dal torpore dell'evento ricordandoci che il tema di expo non ha solo aspetti piacevoli e curiosi ma che ci sono bambini che muoiono per mancanza di cibo.

- Quali sono le tue esperienze con la ristorazione, hai pranzato o cenato in qualche padiglione? Se sì, quali e sei rimasto soddisfatto?

(Antonio): Solitamente non dedico molto tempo alla cena, ho mangiato un po' di volte al libanese, e una sola volta al ristorante indonesiano... Il desiderio di vedere i Padiglioni porta in secondo piano il momento della cena.

(Michele): Il padiglione che offre un'alta qualità del cibo è quello dell'Argentina, con 5 o 6 € si può gustare un panino con molta carne all'interno. Anche buoni, ma più economici, i panini offerti negli stand adiacenti la Coop

(Paolo): Argentina: ottima la carne e molto "vivace" il tutto. Ottime le iniziative della coldiretti ottimo cibo, sano e a buon prezzo (nel pieno rispetto del tema expo).

- Qual è il rapporto qualità-prezzo per i ristoranti di Expo dal tuo punto di vista?

(Antonio): Quelli da me provati direi accettabile, ma io sono abituato ai prezzi di Milano. Ma per essere obiettivi bisogna saper scegliere, ogni ristorante espone i prezzi e quindi è facile farsi un'idea: Ce ne sono di cari ma anche di

economici.

(Michele): Non ho assaggiato specialità etniche, ma la porchetta romana e i cannoli siciliani nella Cascina Triulza sono veramente notevoli.

(Paolo): Discreto.

- *Quante visite hai in programma ancora, prima della chiusura dell'esposizione?*

(Antonio): Spero almeno una a settimana fino alla fine dell'esposizione...devo ancora vedere il Padiglione Zero e quello italiano.

(Michele): L'obiettivo è quello di raggiungere almeno le 18 presenze all'Expo, quindi direi di essere a metà dell'opera.

(Paolo): Almeno una volta alla settimana.

- *Dopo tante visite, potresti fare un identikit dei visitatori frequenti di Expo, per età, professione, gusti (ad esempio tra i tuoi amici o conoscenti)?*

(Antonio): Credo siano persone curiose di conoscere, abitudini, cibi, culture dei popoli. Di confrontarsi con gli altri, di imparare, vedere ed anche eventualmente criticare. Non credo si possa fare un vero identikit in base all'età, professione ...ma indubbiamente "siamo" persone interessate a scoprire.

(Michele): Con il passare delle settimane il visitatore medio dell'expo è mutato. Con l'arrivo delle ferie di luglio, agosto e settembre i partecipanti sono stati molto vari in quanto di gran lunga più numerosi rispetto ai primi due mesi. All'inizio dell'evento mi è sembrato ci fossero poche famiglie e soprattutto coppie o gruppi di amici, ora sono aumentate le famiglie e gli anziani. Molti gli stranieri, ma comunque apparentemente in minoranza rispetto agli italiani.

(Paolo): Forse uno dei pochi eventi dove sono presenti visitatori di tutte le estrazioni sociali, età e aggunderi nazionalità.

Il sapore della via della seta in EXPO

Attraversato dalla Via della Seta (antica strada commerciale che è arrivata ad attraversare, via terra e mare, 57 paesi), lo Xinjiang costituisce il territorio della regione autonoma nel nord-ovest della Cina. Per secoli crocevia tra religioni, culture e civiltà asiatiche di influenza turco-mongola, cinese e islamica, lo Xinjiang ha dato vita a una tradizione culinaria musulmana apprezzata in tutto il paese.

Baluardo di questa cultura minoritaria ma ben diffusa in tutte le grandi città cinesi, il ristorante Yershari di Shanghai porta a EXPO Milano i sapori della propria regione in una serata speciale che accompagnerà al cibo la musica e i costumi della tradizione.

La cucina dello Xinjiang nella versione di Yershari trae origine da una contaminazione tra cucina turca e tradizione cinese, mescolando piatti prevalentemente di carne come montone e agnello, accompagnandoli a pasta e verdure, nonché alla tipica focaccia di pane uiguro: un classico anche a Shanghai tanto da aver guadagnato il titolo ufficiale di "China Ethnic Enterprise Pioneer".

Dimagrire con il grana si può. Dicono

In EXPO è stata presentata la dieta del grana padano che si vuole proporre come contributo scientificamente corretto e basato servizio offerto gratuitamente per l'autogestione del peso e della propria salute.

La dieta del grana padano risponde ad uno dei temi principali di EXPO, il rapporto tra cibo e salute.

“La dieta del grana padano”, presente sul sito del consorzio di settore, propone un questionario di poche domande, compilate le quali si entra nel programma di controllo del peso, ricevendo una dieta ipocalorica personalizzata e realizzata sulla base delle linee guida formulate dalle società scientifiche in termini di composizione bromatologica e di copertura dei fabbisogni nutrizionali, con un apporto calorico modulato sulla base di: peso, altezza, età e sesso della persona.

Il grana padano garantisce un apporto di proteine ad alto valore biologico e di alcuni aminoacidi essenziali, in particolare la leucina, che contrastano la perdita di massa magra metabolicamente attiva durante il calo di peso ed aumentano il senso di sazietà, fattore oltremodo importante per le persone che tendono a spiluccare tra un pasto e l'altro o che arrivano eccessivamente affamate ai pasti principali. Inoltre l'elevato tenore in calcio del grana padano favorisce la lipolisi ed aiuta la salute dell'osso. La dieta può essere tranquillamente adottata anche da chi soffre di ipertensione arteriosa o ipercolesterolemia. La dieta infine può essere adottata anche da chi soffre di ipertensione arteriosa

o ipercolesterolemia, grazie al tenore controllato di grassi saturi, colesterolo e sodio ed alla presenza nel grana padano di molecole bioattive ad azione di riduzione della pressione arteriosa.

Il programma "La dieta del grana padano" è dedicato sia alle persone sovrappeso che obese di primo grado, sia alle persone normopeso ma con obesità addominale, ed esclude invece i minorenni, gli over 70 e chi soffre di particolari malattie.

È suddiviso in 20 settori interattivi ai quali si accede con la password che si è scelto durante l'iscrizione, in sintesi l'utente potrà:

- Conoscere il suo stato ponderale sul quale è stata calcolata la dieta assegnata e ricevere in tempo reale commenti e consigli su: BMI, Circonferenza addominale, Attività fisica, Controllo della fame e le calorie della dieta che potrà seguire.
- Ricevere subito il primo dei 5 menu settimanali ipocalorici corredato di 5 pasti ogni giorno basati sulla dieta mediterranea con alimenti ricchi di gusto e bilanciati in nutrienti, oltre a ricette saporite.
- Consultare la guida alla dieta, tutte le istruzioni ricevute sull'esecuzione del programma.
- Ricevere subito un programma di attività fisica personalizzato con 4 livelli di intensità, durata e difficoltà che prevedono esercizi aerobici e isometrici (allenamento alla forza).
- Entrare nella fase di mantenimento, caratteristica peculiare della Dieta del Grana Padano che ha lo scopo di ridurre il rischio della cosiddetta sindrome dello yo-yo, o dell'oscillazione ponderale, molto frequente dopo una dieta dimagrante, ma sconsigliabile per la salute. Il mantenimento è una fase molto delicata che difficilmente può essere gestita senza una guida costante.

Il programma dispensa inoltre delle utili informazioni sulla salute ed in particolare sulla sindrome metabolica in collaborazione con la SIMG (Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie).

Il servizio offerto gratuitamente è fruibile sul sito Educazione Nutrizionale Grana Padano e utilizzabile con tutti i dispositivi.

Priscilla, la regina di Milano

di Giuliana Tonini – Dal 27 maggio al 19 luglio è tornato a Milano, al Teatro Manzoni, lo sfavillante e coloratissimo musical 'Priscilla la regina del deserto'. Ora il pullmino più famoso del mondo e i suoi simpaticissimi passeggeri si prendono una meritata vacanza estiva per poi salire di nuovo sul palco del Manzoni dal 4 settembre al 18 ottobre. Non solo, una volta conclusa la tappa milanese, Priscilla ingranerà la marcia alla volta di Roma, dove lo spettacolo sarà in scena al Teatro Brancaccio dal 21 al 25 ottobre.

'Priscilla la regina del deserto' è l'acclamato musical tratto dall'omonimo film australiano, diretto da Stephan Elliot, del 1994. Racconta la storia di tre artisti drag queen, Tick, Ralph e Adam – in arte Mitzi, Bernadette e Felicia – che da Sidney intraprendono un viaggio attraverso il deserto dell'entroterra australiano verso Alice Springs, dove dovranno esibirsi in uno spettacolo e dove, soprattutto, Tick/Mitzi si reca per conoscere il bambino di otto anni che ha avuto dalla sua ex moglie. È stata infatti la mamma del bimbo, organizzatrice dello spettacolo di Alice Springs, a chiedere a Tick di venire a conoscere il figlio.

I tre amici affrontano il lunghissimo viaggio a bordo di uno sgangherato pullmino che hanno chiamato Priscilla, e che durante il tragitto dipingeranno di rosa. Attraverso il deserto vivranno esilaranti ed emozionanti avventure e alla fine, per ognuno di loro, sarà stato un viaggio alla ricerca di se stessi.

Lo spettacolo, diretto da Simon Phillips, è un caleidoscopio di colori e musica. I protagonisti sfoggiano più di cinquecento magnifici costumi (proprio per i costumi il film del 1994 si è aggiudicato un meritatissimo Oscar) e vivono le loro divertenti avventure al ritmo di una colonna sonora composta da una trentina di travolgenti hit cantate dal vivo (salvo i casi in cui i personaggi ostentano la loro capacità di cantare in play-back). Per gli spettatori è difficile stare fermi e composti sulle loro poltrone. Ad esempio, ascoltiamo What's Love Got To Do With It, Don't Leave Me This Way, Material Girl, Go West, I Will Survive, Color My World, Girls Just Want To Have Fun, Hot Stuff, True Colours, It's Raining Men, Finally. Per non dire dell'aria di Violetta 'Sempre libera deggi'io' della Traviata, che Adam/Felicia si diverte ad eseguire in play-back, sinuosamente adagiata su una scarpa gigante argentata, nella scena che rappresenta la locandina dello spettacolo.

La resa scenica sul palco del Manzoni è un po' sacrificata rispetto alle edizioni rappresentate al teatro degli Arcimboldi e alla Fabbrica del Vapore, dove la maggiore profondità del palco rendeva più spettacolari i numeri di danza e canto, ma anche in questa edizione 'Priscilla' mantiene intatta la sua carica travolgente.

Super applausi per tutti, con una menzione particolare per gli strepitosi attori protagonisti Cristian Ruiz (Tick/Mitzi), Marco D'Alberti (Ralph/Bernadette) e Riccardo Sinisi (Adam/Felicia).

Mi raccomando, a settembre tutti sul pullmino Priscilla, e non dimenticatevi di farvi le foto nel foyer del teatro con i cartonati dei protagonisti e accanto alla scarpa gigante.