

LETTURE

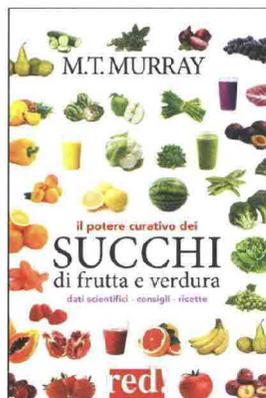
di SARA CERAVOLO

COME MIGLIORARE LA QUALITÀ DELLA VITA LA FRUTTA E LA VERDURA FRESCHE COME PARTE DI UNA DIETA A BASSO CONTENUTO DI GRASSI

Michael T. Murray, medico naturopata, è una delle maggiori autorità mondiali nel campo della medicina naturale. Tutti i suoi consigli e la sua esperienza sono racchiusi in questo libro, tutto ciò di cui abbiamo bisogno per vivere una vita in salute e sana sotto il punto di vista nutrizionale. Il volume è un must per chiunque sia interessato alla capacità dei succhi di migliorare concretamente la qualità della vita. Il succo di frutta, quello fresco, è un ottimo modo per aumentare l'assunzione di importanti componenti per sentirsi bene e stare in forma.

Murray offre una guida approfondita: cosa sono i succhi, che cosa contengono, come si preparano per disintossicarsi, perdere peso e prevenire molti disturbi diffusi nella società del benessere.

Il potere curativo dei succhi di frutta e verdura, di Michael T. Murray, Red, 16,00 euro.



HOW TO IMPROVE YOUR QUALITY OF LIFE

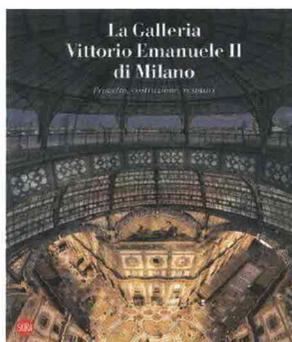
FRESH FRUIT AND VEGETABLES AS PART OF A LOW-FAT DIET

L'ORIGINARIO SPLENDORE DELLA GALLERIA VITTORIO EMANUELE II

PROGETTAZIONE, COSTRUZIONE E RESTAURO

Questo libro documenta la storia della Galleria Vittorio Emanuele II di Milano, dal momento della sua ideazione fino alle importanti opere di restauro da poco concluse e che ci si prefigge di intraprendere in futuro. Un'operazione grazie alla quale si è riusciti a recuperare l'architettura di una preziosa struttura degli anni 1865-1868, progettata dall'architetto Giuseppe Mengoni. Un volume ricco di illustrazioni e suggestive immagini di questo grandioso edificio, arricchito da preziose fonti storiche e dettagliate schede tecniche.

La galleria Vittorio Emanuele II di Milano, di P. Gasparoli, A. Manenti, M. Pecile, O. Selvafolta, Skira, 60,00 euro.



THE ORIGINAL SPLENDOUR OF THE GALLERIA VITTORIO EMANUELE II

DESIGN, CONSTRUCTION AND RESTORATION

FORMA E SIGNIFICATO DELL'ARCHITETTURA



IL DISEGNO A MANO LIBERA E L'ANALISI DEI SUOI ELEMENTI

Questo libro è fondamentale per coloro che vogliono avere una comprensione non superficiale dell'architettura del passato e di quella contemporanea.

Un vero e proprio percorso attraverso il disegno: dagli schizzi di ideazione fino alla forma definitiva. Gli autori, Mario Dozzi ed Emanuela Chiavoni, offrono

in questo libro una metodologia di lettura delle opere architettoniche più significative: il Pantheon a Roma, Hagia Sophia a Istanbul, il complesso di Piazza dei Miracoli a Pisa, Palazzo Vecchio a Firenze, Cappella di Notre-Dame-du-Haut a Ronchamp in Francia, etc... Solo a partire dal disegno l'opera può essere realmente compresa. **Saper leggere l'architettura, di Mario Dozzi, Emanuela Chiavoni, Laterza editori, 25,00 euro.**

THE FORM AND MEANING OF ARCHITECTURE

FREE-HAND DESIGN AND ANALYSIS OF ITS ELEMENTS

UNO STUDIO SU MISURA

UNO SPAZIO DOVE LA CREATIVITÀ E IL PIACERE TROVANO FORMA

A TAILORED STUDIO
 A PLACE WHERE CREATIVITY
 AND PLEASURE TAKE SHAPE

La comodità di un proprio spazio, dove poter realizzare uno studio in cui svolgere le proprie attività creative tranquillamente, facilita e alimenta lo spirito artistico e intellettuale. Oltre a mettere di buon umore, i piccoli dettagli contribuiscono a scatenare nuove idee e coltivare la propria passione. Uno studio su misura risponde a esigenze pratiche e proprio in questo libro, Sally Coulthard, suggerisce soluzioni per tutte le tasche presentando diversi studi di artisti, artigiani, scrittori, designer. Centinaia di idee brillanti e soluzioni pratiche per organizzare, arredare e personalizzare la dimensione creativa-individuale attraverso oggetti, immagini e ornamenti da cui trarre ispirazione.

Studio. Spazi creativi d'artista, di Sally Coulthard, Logos, 20,00 euro.

