

## LETTURE

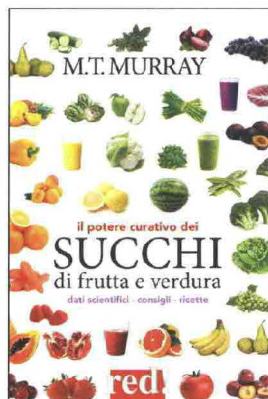
di SARA CERAVOLO

### 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

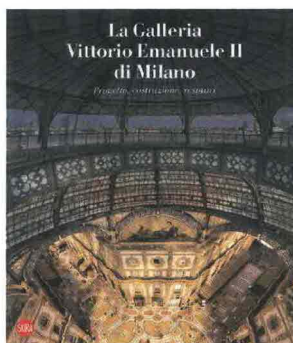
FRESH FRUIT AND VEGETABLES AS PART OF A LOW-FAT DIET

### 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.**

