

MIO

Il periodico per tutta la famiglia

PRINCIPESSA CHARLENE

Cosa si nasconde dietro la sua scomparsa?

INTERVISTE ESCLUSIVE



Sandra Milo
«Lavoro ancora per aiutare i miei figli»



Adriana Volpe
«Ecco perché io e Sonia siamo diverse...»



ANTONIO CAPRARICA

«Lontano dai riflettori Kate è una donna molto insicura...»

SOLO SU MIO



Iva Zanicchi
«Se i miei nipoti non votano per me, li diseredo!»



Vittoria Puccini
«Sono sempre più preoccupata per mia figlia»



MARIA DE FILIPPI AVVERTE AMADEUS: SUL PALCO DELL'ARISTON SONO TUTTI «AMICI MIEI!»

A SANREMO COMANDO IO!

ISSN 2465 - 2245

Data uscita 20 gennaio 2022



9 772465 224000

È difficile credere che LA CIOCCOLATA DIMAGRANTE mi abbia aiutato a ritrovare UN CORPO BELLO E SNELLO

Puoi dimagrire fino a 18 kg in 30 giorni!

Ti suggeriamo come perdere anche 5 kg a settimana senza cambiare le tue abitudini! Quasi 97 mila italiani hanno già usato questo metodo rivoluzionario!

Stanco di pancia cadente, fianchi e cellulite? Non vuoi più combattere la tua voglia di dolci e sogni un corpo sodo e snello? Quasi 97 mila italiani si sono già liberati di molti anni di obesità senza sacrifici bevendo la cioccolata e perdendo peso! Chocolate Diet snellisce, elimina il grasso superfluo ai lati e la cellulite – senza l'effetto yo-yo. Sembra incredibile, ma questo trattamento fa miracoli!

Marta (38 anni) "Invece di mangiare meno, bevo la cioccolata e perdo 18 chili al mese".

Nonostante centinaia di diete estenuanti e migliaia di ettolitri di sudore in palestra, non riesci ancora a liberarti del grasso? A quanto pare non hai sentito parlare di un trattamento rivoluzionario che **brucia il tessuto adiposo 5 volte più intensamente** dei metodi tradizionali. La storia di Marta è uno dei tanti esempi di come esercizi faticosi, dieta rigorosa o conteggio delle calorie possono far parte del passato.

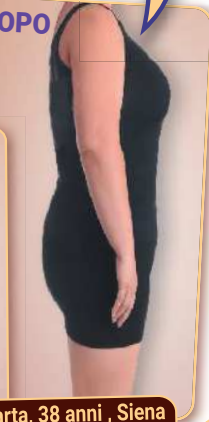
Punto vita perfetto e pancia piatta in 30 giorni

La crescente curiosità sugli effetti di questa cioccolata che scioglie i depositi di grasso in eccesso è del tutto comprensibile. Non c'è nessun'altra formula sul mercato che funzioni così rapidamente ed efficacemente per ridurre il tessuto adiposo sottocutaneo. La cioccolata dimagrante è efficace anche **nelle parti più problematiche del corpo, dove di solito è difficile perdere peso**. Chocolate Diet attiva dei processi per cui il grasso in eccesso del cibo viene espulso dal corpo. Ecco perché è **possibile perdere anche 5 kg a settimana!**

Questa deliziosa bevanda mi ha reso un vera e propria donna senza diete ed effetto yo-yo!

"Prima di questo trattamento rivoluzionario ero sull'orlo di un esaurimento: non sapevo come sbarazzarmi dei disgustosi depositi di grasso sulla pancia, sulle cosce o sulle natiche. Non potevo immaginare la vita senza dolci, così ho sognato un sostituto sano ed energizzante. Ha funzionato: appena in tempo **mi sono imbattuta in questa deliziosa bevanda al cioccolato**. Non potevo credere che sarei dimagrita. E invece! Ho continuato a mangiare come al solito e ho seguito il trattamento regolarmente. Perdevo peso giorno dopo giorno **e dopo un mese sono dimagrita di 18 kg!** I miei parenti si stanno ancora strofinando gli occhi per lo stupore!"

DOPO



PRIMA

Marta, 38 anni, Siena

Perdi peso senza sforzo, proprio dove vuoi tu!

La cioccolata elimina il grasso anche dalle zone più problematiche:

- ti sbarazzerai dei fianchi afflosciati,
- rimuoverai il "doppio mento" antiestetico,
- eliminarai la cellulite e le smagliature del 98,3%,
- automaticamente brucerai i grassi 24 ore al giorno (anche durante il sonno!)

"Ho sempre disprezzato il mio corpo. Ammetto che ho cercato di fare qualcosa in merito. Ho iniziato diverse diete, digiunavo e facevo anche un po' di esercizio fisico. Ma anche se perdo quei 2 o 3 kg, finivo comunque per riprenderne 5, perché tornavo alle mie vecchie abitudini. Ma perdere peso con Chocolate Diet è completamente diverso! A volte non riesco a credere di aver perso 18 kg solo per aver bevuto questa deliziosa bevanda. Grazie a questo metodo rivoluzionario non ho più voglia di dolci!" – spiega Marta che dopo 30 giorni di utilizzo di Chocolate Diet ha perso 4 taglie.

Dimagrire con la cioccolata? Non è una questione di fede – ci sono delle prove.

"Sembra un'assurdità, ma è un fatto provato da test clinici. Chocolate Diet è il primo trattamento non invasivo per combattere le cellule di grasso che è **efficace al 97,3%**. È stato testato su un gruppo di 1.326 volontari. È difficile da credere, ma il 95% dei soggetti ha notato **una perdita di peso di minimo 17 kg in 30 giorni**, nel 96% delle persone la circonferenza dell'addome si è ridotta di almeno 10 cm e in 9 persone su 10 è avvenuta la scomparsa permanente della cellulite. Tutto ciò **in modo naturale al 100% e senza effetto yo-yo**. Non è un miracolo, ma l'effetto della sinergia di scienza e biologia. Tutto questo ci permette con tranquillità di conferirgli il titolo **"Il metodo più efficace per la perdita di peso."**

Prof. Adamo Gagliardi, dietologo



Come fa la cioccolata a bruciare i grassi 24h al giorno?

Il segreto dell'alta efficacia di Chocolate Diet risiede nella sua innovativa forma d'azione a 3 livelli:

1. Un'insolita combinazione di sostanze attive accuratamente selezionate azionano i processi di trasformazione catabolica, cioè la scomposizione delle molecole di grasso, migliorando la loro combustione per 24h;
2. Tutti gli ingredienti della formula grazie alla bioattivazione energetica migliorano le vie metaboliche e la lipolisi dei grassi;
3. I processi riducono il substrato calorico, che a sua volta porta a una perdita permanente di peso e blocca le cellule di grasso, impedendo così che il corpo riprenda peso.

L'effetto yo-yo? Fa parte del passato!

Chocolate Diet è un leader mondiale sul mercato della perdita di peso! Brucia istantaneamente i depositi di grasso! Le proprietà ineguagliabili di questa bevanda sono confermate dalle opinioni sia di importanti specialisti che di persone che, grazie a questo metodo, hanno ottenuto un effetto di liposuzione permanente anche nelle parti più problematiche del corpo. Più del 97% di loro assicura di aver impiegato **non più di 30 giorni per sbarazzarsi del peso eccessivo, dei fianchi antiestetici o della cellulite**. "Se avessi saputo prima dell'efficacia di Chocolate Diet, avrei rinunciato agli altri metodi di dimagrimento molto prima" – spiega Marta.

DIMAGRIRE PUÒ ESSERE DIVERTENTE!

Le prime 120 persone che chiameranno e ordineranno la bevanda dietetica al cioccolato riceveranno il 75% di sconto!

CHIAMA: **02 873 613 52**

Lun.-ven 8:00-20:00, sab. e dom. 9:00-18:00
(Chiamata locale senza costi aggiuntivi)

Offerta valida fino al 03.02.2022!



TUTTI PRONTI PER SANREMO?



Cari lettori, si avvicina la 72esima edizione del *Festival della Canzone Italiana*: la guarderete? Il cast messo insieme dal direttore artistico Amadeus è veramente trasversale. Saranno note che parleranno a tutte le generazioni e che potrebbero mettere d'accordo

l'intera famiglia. Una cosa appare subito evidente: Maria De Filippi a *Sanremo* c'è! Lo si vede dai tanti artisti della sua "scuderia" che saliranno sul palco dell'Ariston, a riprova del fatto che la Queen e il talento hanno un legame indissolubile. Di questo, e anche delle voci secondo cui Maria sarà ospite al *Festival*, vi parliamo nella nostra cover story, a pagina 14. Non solo: a pagina 40 potrete leggere tutte le polemiche che si sono scatenate intorno alla kermesse canora, che si preannuncia a dir poco scoppiettante. Ne è sicura anche Iva Zanicchi, una delle big in gara, che si è confidata in esclusiva con noi a pochi giorni dalla sua esibizione sul palco più temuto d'Italia. Ma ci sono anche Gaudio e Roberta Capua su questo numero di *MIO*: entrambi hanno un legame con la Città dei Fiori. Se il primo, infatti, ha trionfato lo scorso anno tra le Nuove Proposte, la seconda sarà conduttrice del *Prima Festival*. Con entrambi abbiamo affrontato un tema importante e che ci sta particolarmente a cuore, quello della prevenzione dei tumori. Roberta e Gaudio sono infatti testimonial AIRC, che il 29 gennaio torna in piazza con le "Arance della Salute". Non perdetevi poi la nostra intervista al giornalista e royal watcher Antonio Caprarica: con lui abbiamo parlato della Corona che verrà dopo Elisabetta II. Sarà Kate, da poco celebrata per il suo 40esimo compleanno, la prossima regina? A proposito di donne coronate, cosa sta succedendo alla principessa di Monaco? Charlene è sempre più assente dal Principato: qual è la reale motivazione? A pagina 22 potrete approfondire l'argomento. Tanti e interessanti sono gli altri temi che troverete su questo numero di *MIO*: dallo stato di salute del Cinema, di cui abbiamo parlato con gli attori Sandra Milo e Primo Reggiani, ai vostri programmi televisivi preferiti. Uno su tutti? *Gf Vip*: Adriana Volpe commenta con la schiettezza che amiamo tutto quello che sta succedendo nella Casa più spiata. Buona lettura!

La direttrice, Silvia Santori

ATTUALITÀ

- 6 Foto**
Ecco perché ora Novak Djokovic rischia di compromettere la sua carriera
- 8 Il Meteo**
Le previsioni del tempo
- 10 Attualità**
Tra i banchi crescono i contagi e aumentano le contestazioni
- 12 Attualità**
Vent'anni di euro, tra successi e obiettivi ancora da raggiungere



PERSONAGGI

- 14 Copertina - Maria De Filippi**
Queen Mary non regna solo a Mediaset, ma anche in Rai!
- 18 Antonio Caprarica**
«Carlo sarà un Re di passaggio verso una nuova monarchia»
- 22 Reali di Monaco**
Tutto pronto per il ritorno della principessa Charlene? Forse no...
- 24 Adriana Volpe**
«Alex Belli è uscito fuori pista, ora il pilota è Delia... »
- 28 Gianfranco Apicerni**
«In tv non ho incontrato l'amore, ma... Maria De Filippi!»
- 30 Sandra Milo**
«Il mio elisir di giovinezza? Neanche io lo conosco!»
- 33 Copia il look**
Il cappotto glam di Nunzia De Girolamo riscalda l'inverno

- 34 Roberta Capua**
«Non sempre la tv è meritocratica, oggi si fa meno gavetta»
- 36 Primo Reggiani**
«Il Cinema non è morto, torneremo nelle sale come e più di prima»
- 38 Vittoria Puccini**
«Mi sono innamorata della donna che interpreto»
- 40 Festival**
Non c'è "Sanremo" senza polemiche, anche Amadeus ormai l'ha imparato!
- 42 Iva Zanicchi**
«Il mio brano lo dedico a Fausto, che mi fa sentire bellissima»
- 45 Vera Miales**
«Il mio capodanno con Amedeo? 14 ore chiusi in camera da letto!»
- 46 Gaudio**
«Al fianco di AIRC, per combattere il male che mi ha tolto mio padre»
- 48 Giovanni Ciacci**
«Katia Ricciarelli omofoba? Macché, è sensibile e buona»
- 50 Daniele Frontoni**
«Adesso voglio piantare cipolle sulle spiagge honduregne»
- 53 Solidarietà**
Una befana dal cuore molto generoso



Giulia Salemi e Pierpaolo Pretelli

87

RUBRICHE

- 54 CRONACA NERA**
10 anni senza Roberta Ragusa scomparsa nel 2012 & Le aggressioni di Capodanno a Milano
- 58 RELIGIONE**
«Lasciamo che Gesù entri anche nelle nostre zone oscure e fragilità umane»
- 60 SALUTE**
Gli alimenti "light" ci aiutano a perdere peso?
- 62 DIETA**
È il Longevity Pokè l'elisir di lunga vita
- 63 DENTISTA**
Il legame tra salute orale e Covid-19
- 64 PSICOLOGO**
Le "scappatelle" dicono molto...
- 66 PAGELLE**
Dalle passerelle ai guardaroba Vip, gli stivali trionfano!
- 68 VIAGGI**
A Lecce, perdersi nelle sue antiche strade

- 74 DESIGN**
Un nido d'amore per sognare in coppia
- 76 VERDE**
I segreti dell'idrocoltura, per coltivare senza terra
- 78 BELLEZZA**
È ora di detossinare il viso e il corpo
- 80 LOOKMAKER**
In inverno non trascurate la chioma!
- 81 CHIRURGO**
Migliorare e ringiovanire lo sguardo
- 82 ANIMALI**
Un gatto in casa migliora la vita del suo padrone!
- 84 FITNESS**
Sciare in settimana bianca? Certo, ma non solo!
- 90 CUCINA**
Dall'antipasto al dessert, le verdure per un menù perfetto
- 92 APPUNTAMENTI**
Da leggere, vedere e ascoltare
- 96 OROSCOPO**
Le Stelle del momento

PERSONAGGI

- 72 CLELIA PATELLA**
«Vi racconto il rapporto tra arte e nuove tecnologie»
- 86 SEGRETISSIMO**
Tutte le ultime news sul mondo dello spettacolo
- 94 EVENTI**
Arte, film, moda: eventi all'insegna della cultura!



Belen Rodriguez



Ilary Blasi

MIO 4

MIO

Direttore Responsabile: Silvia Santori (direttore@rivistamio.it)

Grafica: Oriana Bianchetti - Stefania Testa
grafica@rivistamio.it

Redazione: redazione@rivistamio.it

Segreteria: Francesca Magnani (segreteria@rivistamio.it)

Collaboratori:

SILVIA AMENDOLA, Aldo Baran, Rebecca Borghese, Gustavo Marco Cipolla, Fabio Codini, Stefano Di Capua, Valentina Gemelli, Lucrezia Giordano, Safiria Ricci, fratel Domenico Rosa, Sonia Russo, Roberta Savona, Alessio Sperati, Simone Toscano

Agenzie fotografiche: Kika Press, Shutterstock, (alcune immagini sono tratte da internet, profili Instagram e Facebook)

Vieni a trovarci su



Viale Zara, 58 - 20124 Milano

Registrazione Tribunale di Milano n. 296 del 23/10/2015
ISSN 2465-2245

EDIZIONI EMPIRE edita le seguenti pubblicazioni:

Eva 3000 - Vip - VIP Mese - Tutto il mondo è Gossip
Eva Salute - Eva Cucina - Astrella - Astro - Sirio

Siti internet
astrella.it
eva3000.it
vipmagazine.it
evacucina.it

Facebook
facebook.com/miosettimanale
facebook.com/eva3000eva
facebook.com/siriorivista
facebook.com/astromese
facebook.com/astrella
facebook.com/evacucina
facefacebook.com/settimanavip
facebook.com/evasalute
facebook.com/evacucina

Stampa: Tiber S.p.A. - Via della Volta, 179 - 25124 Brescia (BS)

Distribuzione per l'Italia:

PRESS-DI Distribuzione Stampa e Multimedia srl
Via Mondadori, 1 - 20054 Segrate (MI)



Concessionaria esclusiva per la pubblicità:

C.so Sempione, 15/A - 20145 Milano (MI)
Tel. 02 83978407 - marketing@abumedia.it

Iniziative Speciali e Pubblicità:

CINEMEDIA Srl - Tel 02 87169819

Copyright - Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte della rivista può essere riprodotta in qualsiasi forma o rielaborata con l'uso di sistemi elettronici o riprodotta o diffusa senza l'autorizzazione scritta dell'editore. Testi e foto, anche se non pubblicati non vengono restituiti. La redazione si è curata di ottenere il copyright delle immagini pubblicate, nel caso in cui ciò non sia stato possibile, l'editore è a disposizione degli aventi diritto per regolare eventuali spettanze.



STAMPATO SU CARTA PRODOTTA CON CELLULOSE
SENZA CLORO GAS PROVENIENTI DA FORESTE
CONTROLLATE E CERTIFICATE NEL RISPETTO
DELLE NORMATIVE ECOLOGICHE VIGENTI

DISTURBI INTESTINALI

Un bifidobatterio può essere d'aiuto

Disturbi intestinali ricorrenti come diarrea, dolore addominale o flatulenza possono essere un vero fardello. Un bifidobatterio (contenuto in Kijimea Colon Irritabile PRO) può combattere i tipici disturbi intestinali grazie al suo principio attivo.



Milioni di persone lottano continuamente contro diarrea, dolore addominale o flatulenza.

La qualità della vita è quindi fortemente limitata. Ma c'è qualcosa che pochissime persone sanno: se i disturbi intestinali continuano a ripetersi, la causa spesso, secondo gli esperti, risiede in una



Disturbi intestinali ricorrenti: spesso dietro si nasconde una barriera intestinale danneggiata.

barriera intestinale danneggiata. Può provare Kijimea Colon Irritabile PRO, in farmacia.

Un principio attivo: effetto cerotto PRO

I bifidobatteri inattivati termicamente presenti in Kijimea Colon Irritabile PRO offrono un aiuto grazie all'effetto cerotto: aderiscono alle aree danneggiate della parete

intestinale. La parete intestinale può così riprendersi ed essere protetta da nuove irritazioni. In questo modo, i disturbi tipici dell'intestino come diarrea, dolore addominale o flatulenza possono attenuarsi e si possono evitare nuove irritazioni.

In caso di problemi intestinali

I disturbi intestinali come diarrea, dolore addominale o flatulenza vengono alleviati grazie al ceppo B. bifidum HI-MIMBb75. Chiedi in farmacia il nuovo Kijimea Colon Irritabile PRO.

Kijimea Colon Irritabile PRO:

- ✓ Con effetto cerotto
- ✓ Può migliorare diarrea, mal di pancia e flatulenza
- ✓ Può migliorare la qualità della vita

Per la Vostra farmacia:

Kijimea Colon Irritabile PRO
(PARAF 978476101)



www.kijimea.it

È un dispositivo medico CE 0481. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Autorizzazione ministeriale del 06/07/2021. • Immagine a scopo illustrativo.

RIMETTI IN MOTO IL TUO INTESTINO!

Per la Vostra farmacia:
Kijimea Regularis
(PARAF 975791981)



La digestione lenta rappresenta un vero fardello: i sintomi vanno dalle evacuazioni irregolari alla stitichezza. A causa dello stress, del poco esercizio fisico, del processo di invecchiamento o della mancanza di liquidi, l'attività intestinale rallenta. Di conseguenza, i gas si accumulano spesso nell'intestino e causano il gonfiore addominale. È stato sviluppato

un prodotto chiamato Kijimea Regularis (senza ricetta, in farmacia) che stimola l'intestino e può ridurre il gonfiore addominale. Le fibre contenute in Kijimea Regularis si gonfiano nell'intestino e distendono delicatamente la muscolatura intestinale. Kijimea Regularis riduce i gas presenti nell'intestino e quindi il gonfiore addominale.



È un dispositivo medico CE 0481. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Autorizzazione ministeriale del 03/05/2021. • Immagine a scopo illustrativo.

ECCO PERCHÉ ADESSO NOVAK DJOKOVIC RISCHIA DI COMPROMETTERE LA SUA CARRIERA

Dopo aver esultato all'accoglimento del primo ricorso, l'atleta serbo ha perso la gara più importante e il visto d'ingresso in Australia gli è stato negato. Non potrà quindi affrontare i suoi rivali Nadal e Federer ed è escluso anche da Wimbledon e dagli US Open oltre a rischiare di saltare Roland Garros, Indian Wells e Miami

**Non è uscito bene
dalla vicenda**

IL NUMERO UNO AL MONDO

Novak Djokovic (34), con 31 finali disputate e 20 trionfi nelle prove del Grande Slam è il tennista più vincente della storia degli Slam a pari merito con Rafael Nadal e Roger Federer, essendosi aggiudicato nove Australian Open (record assoluto), sei Wimbledon, tre US Open e due Roland Garros.

PRESENZA A RISCHIO

Roxana Maracineanu, Ministra dello Sport francese, ha fatto un passo indietro rispetto alle dichiarazioni di 10 giorni fa, in cui aveva accennato alla possibilità che Novak Djokovic, fresco di forfait agli Australian Open, potesse disputare il Roland Garros. Lo scenario è cambiato e adesso la presenza del numero uno allo Slam francese diventa fortemente a rischio.

**La sua posizione
potrebbe costargli cara**

