



**MILANO DA SCOPRIRE (DURANTE E DOPO L'EXPO)**

Carica di indirizzi che solo un amico che abita in città può suggerire, *111 luoghi di Milano che devi proprio scoprire*, svela il nuovo volto del capoluogo lombardo in concomitanza di Expo. Dal Bosco Verticale che ha cambiato lo skyline di Porta Nuova, a piazza Gae Aulenti, dalla Cascina Cuccagna alla Cascina Monlué, dal Baladin che ha ricevuto il premio per la miglior birra artigianale italiana, al parucchiere con la più bella vista sul Duomo, ci sono tutti gli indirizzi che contano. Compresa le Gallerie d'Italia con il loro caveau, l'Hangar Bicocca trasformato da fabbrica a laboratorio d'arte contemporanea, Villa Necchi Campiglio, l'Idroscalo (il mare dei milanesi), la "montagnetta" dove fare jogging. Anche il meneghino doc troverà di che sorprendersi.

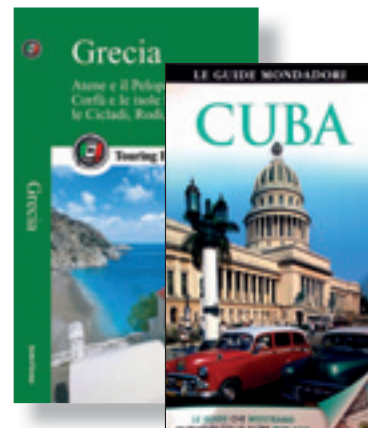
**111 luoghi di Milano che devi proprio scoprire**

Emons, 2015  
240 pagine, 14,95 euro

**LA RIVOLUZIONE DEL DNA**

Tre miliardi di lettere. È l'equazione della nostra eredità genetica. Ragion per cui, contrariamente a quello che si pensa (siamo il frutto delle nostre esperienze e dei geni ereditati dai nostri genitori, cambiare è impossibile), ogni singolo istante della nostra vita "ci modifica". Dna compreso. È la tesi sostenuta da Sharon Moalem, medico e scienziato americano, autore di questo best seller che ha scalato le classifiche del *New York Times* e rivoluzionato il concetto stesso di vita, lanciando la tesi dell' "eredità flessibile". «Proprio in questo momento, che siate seduti sulla scrivania o sprofondati in una poltrona a casa vostra, il vostro Dna viene costantemente modificato». E, garantisce l'autore, «alla fine di questo libro, il vostro genoma e la vita che ha contribuito a plasmare per voi non saranno più gli stessi».

**L'eredità flessibile**  
Urrà Feltrinelli, 2015  
238 pagine, 32 euro



**A OGNUNO LA SUA ISOLA**

Nella storica collana delle guide verdi esce, aggiornata, *Grecia*: "racconti" che spaziano da Atene all'Attica, dal Peloponneso alla Macedonia, dall'affascinante Salonicco alla penisola Calcidica. Più le isole, ovviamente, circa 2000, tutte diverse ma accomunate da un mare tra i più belli del mondo: quelle dello Ionio, le Sporadi, le isole dell'Egeo nord-orientale, le Cicladi, Rodi con l'arcipelago del Dodecaneso, Creta. C'è spazio anche per gli spunti tematici: dalle vacanze sportive alle attività in famiglia, dai panorami olimpici ai luoghi di meditazione, quindi le spiagge, con tanto di carta dedicata.

**Grecia**  
Touring Club Italiano, 2015  
384 pagine (312 per guida + 72 nel fascicolo), 26 euro

**HASTA SIEMPRE CUBA**

Con centinaia di fotografie, illustrazioni, cartine, *Cuba* è tra le «guide che mostrano quello di cui le altre parlano». Intriganti i capitoli: dall'Avana, «una vivace capitale che da sola potrebbe valere un viaggio», all'Occidente dove si trovano «il migliore tabacco del mondo, distese di campi coltivati e un paesaggio di straordinaria bellezza». Quindi l'area centro-occidentale, il cuore rurale del Paese con la località balneare di Varadero e con Santa Clara, legata alla memoria di Che Guevara; poi la zona centro-orientale con i cayos e le città coloniali di Trinidad e Camaguey. Infine l'Oriente, le montagne della Sierra Maestra e Santiago de Cuba: «La più africana e musicale delle città cubane».

**Cuba**  
Mondadori, 2015  
336 pagine, 24,50 euro

**COME MI ORGANIZZO LA GIORNATA E VIVO FELICE**



Due manuali, agili, pratici ed efficaci, che rappresentano le due facce della stessa medaglia: la serenità di mamme e figli. Il primo, **Mamma Planner** (Gribaudo, 2015, 160 pagine, 14,90 euro), fornisce facili istruzioni su come organizzare al meglio la giornata. **Le 7 regole della felicità** (Sonda, 2015, 94 pagine, 14,90 euro), insegna ai bambini a prendersi cura di se stessi, ad avere un piano prima di fare le cose, a lavorare in squadra, a dosare le risorse, a trovare l'equilibrio con senso di responsabilità (ma divertendosi). Il primo volume, la cui autrice Adriana Fusé tiene un blog sul tema ([www.ricominciadaquattro.com](http://www.ricominciadaquattro.com)), è declinato in due versioni, per le madri che stanno a

casa e per quelle che lavorano, e insegna il metodo per soddisfare i bisogni di tutta la famiglia. Il secondo è la versione italiana del best seller della famiglia Covey, scritto da Sean Covey, inventore del metodo delle 7 regole.