

## **Cantoni di Destra, città di Sinistra**

*di Marzio Rigonalli*

## **Oncologia integrata**

*di Maria Grazia Buletti*

## **Arte e rivoluzione**

*di Gianluigi Bellei*

## **Il Paradiso minacciato**

*di Amanda Ronzoni, testo e foto*

## **Il futuro dell'impegno sociale**

*di Yvonne Pesenti Salazar*

### **MONDO MIGROS**

#### **Il benessere si conquista correndo**

Da tempo Migros ha annunciato il proprio impegno a sostenere lo sport popolare, quale forma concreta di contributo al mantenimento della salute dei suoi clienti. Sia all'interno della sua campagna Generazione M, sia nell'ambito del programma iMpuls, Migros e SportXX danno il loro...

### **SOCIETÀ**

#### **L'educazione senza violenza**

*di Roberta Nicolò*

«I bambini di oggi non sanno più cosa vuole dire educazione» o ancora «un sano scapaccione non ha mai fatto male a nessuno!». Quante volte abbiamo sentito queste frasi? Ma è davvero questo il modo giusto per far sì che i più piccoli ubbidiscano ai genitori e che imparino a...

## ATTUALITÀ

### La strategia mira a dividere

di Federico Rampini

C'è un filo che lega la cacciata del segretario di Stato americano Rex Tillerson, e l'offensiva protezionista che Trump ha avviato contro il resto del mondo. Tillerson era stato chief executive della compagnia petrolifera Exxon, era quindi un pezzo di establishment capitalistico...

## CULTURA

### Narrare per agire

di Simona Sala

Quello della natura è un tema sempre più attuale, anche se spesso ciò avviene non per scelta ma per necessità, ad esempio quando siamo chiamati a tirare le somme di una catastrofe naturale in termini di vittime umane e di danno economico. La natura si guadagna giorno dopo giorno le...

## TEMPO LIBERO

### Estate in crociera

Non solo relax e bagni di sole ma anche splendidi panorami e visite in centri storici. È questa la promettente crociera che Hotelplan propone ai lettori di «Azione» per questa estate. L'interessante itinerario permetterà ai partecipanti di concedersi una vera e propria vacanza, di...

### Paradossi da indossare

di Alessandro Zanoli

[Tra gli esercizi di curiosità del vivere quotidiano c'è indubbiamente l'osservazione dei cambiamenti della moda. Luigi ci fa caso ma non da molto tempo, in verità. Dev'essere che col passare degli anni si evidenzia nelle persone una vena contemplativa. Lo colpisce in particolare questa curiosa voga del pantalone strappato sulla coscia. Da parte sua ricorda i brontolii di una nonna d'antan che era costretta dalle insistenze del nipote a rammendare all'inverosimile vecchie paia di jeans sbiaditi e martirizzati per l'uso. Nell'anno delle...](#)

La nutrizionista, home page rubrica

### [Mangiar bene, dormire meglio](#)

di Laura Botticelli

[Cari lettori, ultimamente mi sono trovata ad affrontare il tema sonno sia con pazienti che con amici/parenti. Chi si lamenta perché ha sonno anche di...](#)

A due passi, home page rubrica

## **L'isola di Peilz**

di Oliver Scharpf

[Il periodo migliore, per dare un'occhiata a questa minuscola isola all'estremità est del Lemano, possedimento reale britannico secondo alcune storie...](#)

Postille filosofiche, home page rubrica

## **Piacere e dolore non fanno pace**

di Maria Bettetini

[Gli umori sono pessimi. Eppure ci sarebbe da essere anche contenti: l'uomo con i capelli a lunga spazzola ha detto che almeno per un po' interromperà...](#)

Affari Esteri, home page rubrica

## **Populisti o autoritari?**

di Paola Peduzzi

[La vittoria in Italia della Lega e del Movimento 5 Stelle ha riaperto il dibattito sul futuro delle democrazie occidentali. L'elezione di Emmanuel...](#)