



RAIUNO

VARIAZIONI PROGRAMMI
199.120000 (*)

- 6.00 Euronews. ATTUALITÀ.
- 6.05 Anima Good News. ATTUALITÀ.
- 6.10 SOAP Julia
- 6.30 Tg1 Telegiornale/Cciss Viaggiare informati
- 6.45 Unomattina. ATTUALITÀ.**
Nel corso del programma:
 - Tg1 Mattina
 - Tg1 L.I.S.
 - Tg Parlamento
 - Tg1 Focus
 - Tg1 Flash
- 10.00 Verdetto finale. ATTUALITÀ.

11.00 Occhio alla spesa. ATTUALITÀ. Autunno e inverno sono le stagioni della polenta: un piatto che, partendo dal Nord, ha conquistato tutta l'Italia. Alessandro Di Pietro ci toglierà diverse curiosità. Perché quella gialla prevale su tutte le altre farine? Cosa ha di speciale poi la polenta Taragna? Vedremo come distinguere le farine, come valutare la qualità delle di-

6.45

ATTUALITÀ



Unomattina

Nello spazio «La sera del benessere», la dottoressa **Anadela Serra Visconti** si occupa di medicina estetica e benessere, consigliando come ritrovare il giusto equilibrio psicofisico. «Oggi, in particolare, spiego come prendersi cura delle mani e quali sono i segreti per ringiovanirle. Ma anche come agire sulle macchie, quali sono gli esercizi per rendere più elastiche mani e pelle e, infine, come curare le unghie».

www.unomattina.rai.it



RAIDUE

- 6.00 Cercando cercando. ATTUALITÀ.
- 6.15 Tg2 Si viaggiare. ATTUALITÀ.
- 6.25 Capitani in mezzo al mare. ATT.
- 6.55 Quasi le sette. ATTUALITÀ.
- 7.00 Cartoon Flakes. VARIETÀ.
Nel corso del programma:
- Cuocoli 4
- 7.25 Geronimo Stilton
- 7.55 Martin Matin
- 8.05 L'albero azzurro. VARIETÀ.**
- 8.25 Little Einsteins
- 8.50 Manny tuttofare
- 9.15 Curioso come George
- 9.35 SITCOM Tracy & Polpetta
- 9.50 Dieci minuti di... programmi dell'accesso. «Ass. naz. fra ingegneri ed architetti specialisti per lo studio e il restauro dei monumenti». ATTUALITÀ.
- 10.00 Tg2 punto.it. ATTUALITÀ.
- 11.00 I fatti vostri. VARIETÀ. Con Giancar-