



Fondata il 19 Giugno 1990



Marzo 2022

Numero 3
Da sempre n.430

Notiziario della Pro Loco di Pasturana Stampato ad esclusivo uso dei soci

Un paese vuol dire non essere soli, sapere che nella gente, nelle piante, nella terra, c'è qualcosa di tuo e che anche quando non ci sei resta ad aspettarti. (Cesare Pavese)
Io dico fango al fango e le civili maschere aborro ed il galateo dei vili. (Rapisardi)
Pasturana è un nido accogliente sul solido ramo di una quercia antica. (Sabina Minetti)

Viva le donne: un omaggio alle nostre volontarie



430° numero

Carissimi soci, con questo mosaico di volti rendiamo omaggio alle volontarie della nostra associazione nel mese in cui ricorre la "Giornata internazionale dei diritti della donna": **sono solo una minima rappresentanza delle tante donne che si sono messe a disposizione della Pro Loco**, anche ai tempi in cui la nostra associazione non si chiamava ancora così. Di molte, purtroppo, non abbiamo fotografie ma sono nella nostra memoria: **grazie di cuore a tutte!** Nel numero di marzo festeggiamo inoltre il traguardo dei 430 numeri de "A Sigera": vi portiamo a vedere come si stampa. Potrete poi leggere di quando la regina Maria Josè venne a Pasturana e molto altro ancora.

Il Presidente
Pier Giuseppe Borgarelli

ATTIVITA' DELLA PRO LOCO (quel c'a' fuma)



Come si stampa "A sigera"?



Questo è il numero 430 de "A sigera", che è stata pubblicata per la prima volta nel maggio del 1986: il giornalino veniva fotocopiato e assemblato a mano dai nostri storici soci Pino Colucelli e Gabriele Gambarotta. Gli articoli erano scritti con la macchina da scrivere e non con i computer come ora. Ne abbiamo fatta di strada in trentasei anni! Siamo andati nella tipografia "AreaStampa" di Salvatore Scafuri per documentare come si realizza il nostro giornalino. Dopo aver preparato la copia digitale, Salvatore Scafuri (nelle foto), taglia a misura la carta gialla che utilizza per la copertina e procede con la stampa a colori utilizzando stampanti sofisticate con programmi che abbinano ad ogni numero l'indirizzo del socio a cui verrà recapitato il giornale. Vengono poi stampate le pagine interne, in bianco e nero. Con la macchina "cuci e piega" le copie sono pronte per la distribuzione ai soci, che oggi come allora è affidata ad alcuni volontari, tra cui Anna e Piero Mastella (nella foto), che "porta a porta" consegnano il nostro giornalino: è davvero lunga la lista dei "postini" che negli anni si sono succeduti. In tanti hanno, inoltre, contribuito in vari modi per far proseguire "A sigera". E siamo ancora qua...



***"A sigera" viene stampata presso la tipografia digitale "Area Stampa" di Salvatore Scafuri, in via Morosini 7, Novi Ligure-
telefono 0143-645154 www.areastampa.it***

ATTIVITA' DELLA PRO LOCO (quel c'a' fuma)



8 marzo "Giornata internazionale per i diritti della donna"

Nei negozi del paese e nelle scuole verrà distribuita la mimosa, offerta dalla Pro Loco di Pasturana. Auguri a tutte con questa poesia di Alda Merini.

"Sorridi donna" di Alda Merini

*Sorridi donna
sorridi sempre alla vita
anche se lei non ti sorride.
Sorridi agli amori finiti
sorridi ai tuoi dolori
sorridi comunque.
Il tuo sorriso sarà
luce per il tuo cammino
faro per naviganti sperduti.
Il tuo sorriso sarà
un bacio di mamma,
un battito d'ali,
un raggio di sole per tutti.*

OTTO MARZO
GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA DONNA

UGUALE A TUTTE LE GIORNATE
DELLE DONNE: SOLO VENTIGUATTRE ORE
PER FARE TANTE DI QUELLE COSE
CHE NON CI STAREBBERO
IN UN ANNO INTERO...



RINNOVO TESSERE PRO LOCO presso il nostro ufficio a MARZO al MARTEDI e SABATO dalle ore 11 alle 12

La nostra sede è al primo piano presso il Palazzo Comunale di via Roma. Con l'iscrizione, al costo di quindici euro, verrà consegnato il calendario 2022 ed ogni mese verrà recapitato a casa la rivista gratuita della Proloco "A Sigera". Iscrizione in aggiunta alla tessera Proloco: Circolo Unpli (caffetteria presso il centro sportivo) tre euro (15+3) e tessera socio Unpli (che da diritto ad agevolazioni commerciali)cinque euro(15+5).

Giornata ecologica sabato 26 marzo 2022



Il Comune di Pasturana organizza, nel corso della mattina, questa manifestazione che ha per oggetto la raccolta dei rifiuti abbandonati nelle campagne del nostro territorio. In seguito verranno fornite le informazioni su modalità e orario, nelle bacheche e sui vari canali social.



Le strade del mio paese parlano in dialetto All'angolo tra via Roma e "a strò nova" c'era "a Malia"



Da sinistra: Milano Mario, Becchi Angelo, Grosso Alfredo, Bergaglio Domenico, Norese Rosita, Demicheli Gino, Zerbo Bruno, Cartasegna Giovanni, Silvano Antonio, Milano Aldo
Sulla scala: Laguzzi Tommaso, Norese Nando, Fasciolo Felice, Divano Davide, Semino Antonio

Negli anni Venti del Novecento, i marchesi Spinola vendettero alcuni terreni e fu così che, con il tempo, furono edificate abitazioni in via IV Novembre, chiamata in dialetto "a strò nova", una zona che era adibita alla coltivazione della vite. All'angolo con via Roma c'era il "Ristorante Ligure" o, come si diceva in paese, *l'osteria da Malia*, gestita appunto dalla signora Amalia con il marito Lucio (*Lucio da Malia*) e le tre figlie. Dai pranzi di leva ai matrimoni alla cena alla fine della stagione di caccia, era spesso qui che si festeggiava. Tra i clienti, si poteva spesso incontrare il tenore *Tito Schipa* che abitava presso la *cascina Orto*. Oltre all'attività di osteria, da Malia c'era un'alimentari, dove si poteva trovare un po' di tutto: il vino sfuso, la carta blu che serviva per l'allevamento dei bachi, i "calmeini" per il mal di testa, delle grosse pastiglie che si compravano sciolte, i gelati. Nel salone c'era il telefono pubblico. Anni dopo il locale è diventato il prestigioso ristorante "La locanda di san Martino" gestito dai coniugi Bergaglio dal 1986 al 1997 e, succes-

sivamente, dai fratelli Masini fino al 2016. Giulio Laguzzi ci racconta come si trascorrevano le domeniche nel locale.

<<L'osteria "da Malia" detta anche "dal Lucio" ospitava nel cortile *due campi da bocce*, che attiravano, nei pomeriggi delle domeniche soleggiate, i campioni del paese nonché dalla vicina Novi, (anche se a quell'epoca, per i novesi, venire a Pasturana rappresentava un viaggio non indifferente), che avevano occasione di ristorarsi dopo una partita comunque animata da benevole discussioni sulla sorte che arrideva sempre gli avversari, con la famosa "farinata", che costituiva la ghiottissima specialità del locale. Come se non bastasse, ad allietare la domenica si aggiungeva anche la *squadra di canto*, attiva e molto celebre in paese nel decennio 1930-40, che dopo aver provato nei medesimi locali nelle serate feriali, quando il tempo a disposizione e la stanchezza per il lavoro compiuto lo permettevano, si riunivano ad organico completo e dava inizio al puntuale, attesissimo concerto: ecco allora l'attento pubblico zittirsi ad ascoltare, per poi esplodere in fragorosi applausi alla fine di ogni brano, alla fine qualche bicchiere "di quello buono" anche per gli assetati cantori, e via, a casa, la domenica era trascorsa più che piacevolmente. Ma vediamo di dare un nome ad ognuno di questi paladini del bel canto: il soprano detto dialettalmente "e primu" era *Pasqualino Bergaglio*, che con la voce sottile esponeva la melodia; il tenore "u sgòndu" era *Nando Sasso*, che a quanto pare fungeva anche da direttore, nel corso delle prove, nei panni di baritono "u tersu" ecco *Tommaso Laguzzi* e poi i bassi: *Paolo Riola, Felice Fasciolo, Natale Bergaglio, Giovanni Sasso, Emilio Demicheli e Luigi Norese, detto "Gigetto"*, che alternava l'attività di cantore con quella di organista nella chiesa parrocchiale.>>



Giulio Laguzzi

Le fotografie sono tratte dall'Archivio fotografico della Biblioteca Civica Arecco, che ringraziamo.



Quel giorno della regina Maria Josè a Pasturana



Era la primavera del 1934, la *regina Maria Josè Carlotta Sofia Amelia Enrichetta di Sassonia*, consorte di Umberto II di Savoia, faceva visita al principe Bisio (cugino di Umberto II). In piazza, di fronte alle chiese a lato della "basicula" (peso pubblico) che allora era situato all'inizio dell'attuale via Roma, un gruppo di bambini e bambine delle scuole elementari, sorvegliati dalle burbere maestre dell'epoca in rigoroso grembiule nero, attendevano con impazienza ed emozione il corteo di macchine che avrebbe condotto la regina a Bisio, località poco distante da Francavilla. Era stato un inizio di primavera poco piovoso e la strada proveniente da Novi aveva già risucchiato tutte le "ciote d'egua" (pozzanghere) che il "generale" inverno aveva lasciato a ricordo. Le scolaresche erano sistemate proprio a bordo strada, dalla parte della "basicula", un poco più indietro altre persone avvolte da una emozione mista a curiosità, figlia della consapevolezza di attendere un evento importante. Nel piazzale della chiesa un crocchio di alcune donne e uomini non più giovanissimi che parlano tra loro e che subito si zittiscono quando il loro sguardo all'altezza del cimitero (dove c'era la bocciofila) incrocia una nuvola di polvere con al centro una sagoma nera, è il corteo con la "regina". Le tre vetture nere che sembrano più grandi della strada e che sprigionano un rumore metallico si fermano proprio davanti alla casa della maestra Bianca. Ne scendono gli occupanti

e fra di loro, avvolta in un vestito chiaro, che si staglia contro le nere figure delle vetture e le rende meno scure, la regina Maria Josè. Le scolaresche battono le mani all'unisono. Dal crocchio di persone sul piazzale della chiesa si stacca con difficoltà (era privo di una gamba) il signor *Carletto Tamburelli* e si rivolge alla regina per i convenevoli del caso mentre le *famiglie Fazio e Carrega* fanno dono di una tovaglia ricamata a mano. La regina era alta, elegante, bella. Per i bimbi della scolaresca, ma non solo per loro, una vera regina come nelle fiabe. L'incontro è di breve durata, quindi gli occupanti delle vetture riprendono posto ai loro sedili. La regina rivolge loro un sorriso carico di umanità a quella scolaresca che nella semplicità unica dei bambini esterna tutta la dignità di chi era presente all'incontro. Poi le tre sagome nere sono sparite "su da muntò" (dalla discesa) per Francavilla.

Rielaborazione di una testimonianza di mia madre Paola, classe 1924.

Massimo Subbrero

Un po' di storia: *Maria José del Belgio (Ostenda, 4 agosto 1906 – Thônex, 27 gennaio 2001), moglie di Umberto II di Savoia, fu l'ultima regina consorte d'Italia prima della proclamazione della repubblica. Si tratta della sovrana consorte con il più breve regno nella storia dell'Italia unita. Le nozze con il Principe di Piemonte furono celebrate a Roma l'8 gennaio del 1930 nella Cappella Paolina del palazzo del Quirinale. La coppia ebbe quattro figli: Maria Pia, nata il 24 settembre 1934, Vittorio Emanuele, nato il 12 febbraio 1937, Maria Gabriella il 24 febbraio 1940, la quartogenita, la principessa Maria Beatrice, nacque a Roma il 2 febbraio 1943. Maria José morì nel 2001 all'età di novantacinque anni.*



LA PRO LOCO IN MINIATURA (i nostri fioi)



La Pro Loco in miniatura compie cinque anni



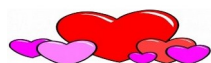
È il 3 marzo 2017 quando, da un'idea di Simona, novese di nascita, pasturanese di adozione, nasce la Pro Loco in miniatura, che ancora oggi risulta essere unica realtà di questo genere nel nostro territorio. Poco tempo prima, una sera a cena, Simona confessa al marito quanto viva bene nella nuova realtà pasturanese e come qui riviva la sua infanzia novese di una quarantina di anni fa, quando Novi era in qualche modo più a misura d'uomo e per i bambini era più "facile" uscire da soli. Da lì il suo desiderio: dar vita a un gruppo di famiglie che si ritrovi a fare attività con "niente", o meglio senza tecnologie o strutture predefinite come quelle presenti nei parchi divertimento, attraverso un sistema nel quale tutti i partecipanti siano allo stesso livello e abbiano

la possibilità di avere un'idea, proporla e organizzarla. Simona da subito coinvolge Cristina e Barbara e, in breve tempo, altre mamme, prime fra tutte un'altra Simona e Serena. Il progetto, data la vi-

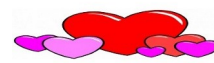


sione e gli obiettivi comuni, trova poi subito grande appoggio da parte delle istituzioni presenti in paese, tra cui Comune, Pro Loco e Soms e in breve tempo entra ufficialmente a far parte della Pro Loco, diventandone una "branchia". Il senso e l'obiettivo del progetto sono cooperazione, aggregazione, accoglienza, per i figli in primis, per i genitori, ma di riflesso per tutta la comunità del paese e non solo, perché le attività sono aperte a chiunque lo desideri. Un'esperienza che incentiva quindi il radicamento nel territorio, in cui i partecipanti sono come un cerchio e si tengono in contatto attraverso una chat di gruppo, che oggi conta quasi un centinaio di membri. Ognuno può proporre idee e alla chat può partecipare anche chi non vive in paese. Tante le attività più o meno strutturate organiz-

zate in questi anni, frenate come tutte dalla pandemia, ma che piano piano stanno riprendendo. Una passeggiata in paese, dolcetto o scherzetto in giro per le case in occasione di Halloween, la raccolta di castagne nel parco del castello (nella foto), la recita natalizia delle mamme (nella foto), la giornata ecologica, le miniolimpiadi al campo sportivo e tanto altro ancora.



La classe seconda in visita al pozzo del paese



Gli scolari della classe seconda elementare della Scuola di Pasturana, accompagnati dalla maestra Francesca Centini, hanno fatto visita al pozzo di via Cavour, dov'è stata allestita la "panchina di san Valentino". I bambini si sono divertiti ad osservare i tanti cuori rossi appesi e le decorazioni e hanno anche imparato, attraverso le informazioni storiche a disposizione dei visitatori, che in paese si attingeva l'acqua dai pozzi quando non esisteva un acquedotto. La visita si è poi tradotta in un compito e in tanti bellissimi disegni, come si può qui ammirare.



C'È A PASTURANA (*u ghe' a Pastirauna*)



Dalla Bottega di Rosy



Il porro è una pianta erbacea della stessa famiglia di aglio e cipolla e la cui origine è incerta, alcuni ritengono provenga dal Medio Oriente ed altri dai territori celtici. Si tratta di un ortaggio, coltivato anche dagli Egiziani, che vanta un passato di tutto rispetto sia nella cucina che nella farmacopea greca e romana. Ippocrate ne consigliava il consumo per aumentare la diuresi e la produzione di latte nelle nutrici. Discoride sosteneva facesse sognare cose spaventose e che stimolasse Venere. Plinio tesseva le lodi del porro affermando che “preso in una crema d’orzo, oppure mangiato crudo senza pane, un giorno sì ed uno no, giova anche alla voce, al piacere sessuale ed al sonno”. Nel Medioevo lo consigliavano ad uso interno per curare i polmoni e le vie respiratorie, ad uso esterno per fermare le emorragie e contro le punture d’insetti. Le varietà italiane principali sono il Gigante d’Italia, dal sapore dolce, il porro lungo della riviera. Possiede foglie opposte di colore verde scuro o verde giallastro che sono portate raggruppate a formare una sorta di pseudo-fusto. I fiori sono bianchi verdastrici.

RICETTA: GAMBERI E PORRI

Ingredienti: 500 gr. Di gamberi, 30 gr. di zenzero fresco, 1 porro, quanta basta olio Evo, quanto basta salsa di soia

Per preparare i gamberi con porri e zenzero, per prima cosa tagliate il porro a piccoli pezzi. Poi sbucciate lo zenzero e tagliatelo a listarelle. Prendete i gamberi, togliete la buccia e lavateli bene sotto l’acqua corrente. In una padella versate dell’olio extravergine di oliva ed aggiungete i porri. Fate soffriggere per una decina di minuti, poi aggiungete lo zenzero e la salsa di soia. Fate cuocere il tutto per 10 minuti, poi aggiungete i gamberi e fate ancora cuocere a fiamma alta per altri 10 minuti.



LA PARRUCCHIERA (*a petnera*)

Ciao ragazze!! Come state? Pronte per la primavera?! Per essere al top, vi parlo di una delle nuove tendenze di questo 2022 che ci sta regalando un vero e proprio reboot dei trend del decennio dei figli dei fiori. Un dettaglio immancabile? La frangia a tendina. Da rivisitare e ristrutturare in chiave moderna, portandola lunga per incorniciare il viso. Le curtain bangs si trasformano, diventando parte integrante del taglio. E, soprattutto, degli strati che lo compongono. L’effetto sono tagli di capelli con frangia più drammatici e versatili, ma anche estremamente facili da tenere. In occasione della festa della donna vi potete regalare una coccola o regalarla alle vostre donne di casa. La festa della donna è un giorno particolarmente speciale dell’anno in quanto ricorre la giornata internazionale dei diritti della donna. Questa data serve a ricordare da un lato le conquiste sociali, economiche e politiche, dall’altro le violenze e le discriminazioni di cui sono state oggetto le donne. Il lavoro è ancora lungo e ricordarsene un solo giorno all’anno non è abbastanza, ma è comunque utile a sottolineare l’importanza dell’avere una vera uguaglianza sociale senza stupidi pregiudizi di genere. Ricordatevi di amare e rispettare le donne ogni giorno. Se volete sbizzarrirvi e seguire le nuove tendenze che stanno sfilando adesso alla Milano fashion week, vi aspetto nel mio salone.



Emmalù in via Garibaldi 4, cellulare 339 344 9899



Un libro per ogni lettore



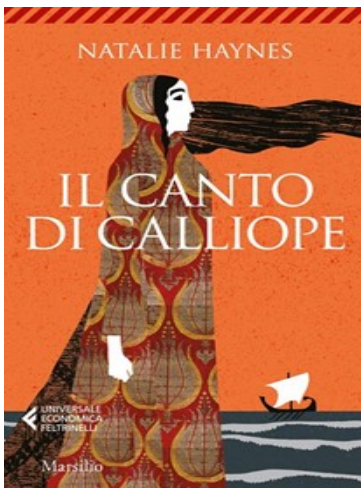
Le donne sono come le stelle, per quanto tu possa chiudere gli occhi, loro ti illumineranno sempre!

La Biblioteca presenta una selezione di novità scelte appositamente per celebrare l'8 marzo.



***Stai zitta* di Michela Murgia**

Di tutte le cose che le donne possono fare nel mondo, parlare è ancora considerata la più sovversiva. Se si è donna, in Italia si muore anche di linguaggio. È con le parole che ci fanno sparire dai luoghi pubblici, dalle professioni, dai dibattiti e dalle notizie, ma di parole ingiuste si muore anche nella vita quotidiana, dove il pregiudizio che passa per il linguaggio uccide la nostra possibilità di essere pienamente noi stesse. Succede quando fate un bel lavoro, ma vi chiedono prima se siete mamma. Quando si mettono a spiegarvi qualcosa che sapete già perfettamente, quando vi dicono di calmarvi, di farvi una risata, di smetterla di spaventare gli uomini con le vostre opinioni, di sorridere piuttosto, e soprattutto di star zitta.



***Il canto di Calliope* di Natalie Haynes**

Una donna sola corre nella notte, intorno a lei la sua città che brucia. Fuori dalle mura, la regina e altre sventurate attendono un destino che verrà deciso dai vincitori. È la caduta di Troia. «Cantami, o Musa» invoca il sommo poeta Omero, che ha raccontato le gesta degli eroi. Ma Calliope, musa della poesia epica, questa volta è meno accomodante: è convinta che per completare l'affresco manchi qualcosa di fondamentale. Se il bardo vuole che lei canti, allora lei canterà insieme a tutte le donne coinvolte nella grande tragedia, dando voce a ciascuna di loro e raccontando la storia da una nuova prospettiva. Ecco Andromaca, Cassandra, Penthesilea e Clitemnestra, che vengono alla ribalta con i loro pensieri e le loro scelte, con la sete di vendetta, la solitudine, la dignità di fronte alla morte. E poi tutte le altre, da Penelope a Briseide, da Creusa a Ifigenia, dalle troiane che saranno rese schiave alle greche che attendono il rientro dei loro uomini, senza dimenticare le capricciose divinità che governano le sorti dei mortali.



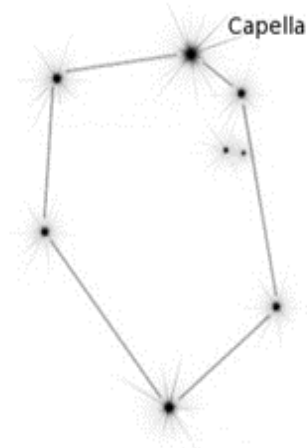
***Sofia si veste sempre di nero* di Paolo Cognetti**

Nelle sue storie, l'autore ha sempre saputo rappresentare con intensità l'universo femminile. Ed è ancora una donna la protagonista di "Sofia si veste sempre di nero", un romanzo composto da dieci racconti autonomi che la accompagnano lungo trent'anni di storia: dall'infanzia in una famiglia borghese apparentemente normale, ma percorsa da sotterranee tensioni, all'adolescenza tormentata da disturbi psicologici, alla liberatoria scoperta del sesso e della passione per il teatro, al momento della maturità e dei bilanci. Con una scrittura precisa e intensa, Cognetti ci regala il ritratto di un personaggio femminile: una donna torbida e inquieta, capace di sopravvivere alle proprie nevrosi e di sfruttare improvvisi attimi di illuminazione fino a trovare, faticosamente, la propria strada.



IL CIELO STELLATO SOPRA PASTURANA a cura di Giulia Piccinini

L'inizio della Primavera è un evento che da sempre influisce sulla scansione del tempo e sulla vita. L'equinozio, che segna appunto l'inizio della stagione, è un evento astronomico che ha acquisito importanza sin dai tempi degli Egizi, poi nell'antica Roma ed è presente anche nelle radici del Cristianesimo. Un esempio interessante è dato dalla civiltà Babilonese che calcolava l'inizio dell'anno nuovo basandosi sulla posizione della stella *Capella* in relazione a quella della Luna durante l'equinozio primaverile. Questo astro, il sesto in ordine di luminosità, appartiene alla costellazione dell'*Auriga* e durante questo mese sarà ben visibile nella primissima serata quasi allo *zenith*, cioè quasi sopra alle nostre teste, per poi migrare verso l'orizzonte. *Auriga* è composta da 6 stelle molto brillanti che formano un esagono. La costellazione viene attraversata dal braccio della *Via Lattea*, che abbiamo imparato ad individuare grazie all'allineamento delle costellazioni del *Cigno* (un po' basso sull'orizzonte a marzo) e da *Cassiopea*, sempre ben visibile a nord.



Evento del mese: il giorno 20, alle ore 16:30 all'incirca, avverrà l'equinozio di Primavera: i raggi provenienti dal Sole colpiranno la Terra perpendicolarmente all'asse di rotazione, definendo un'uguale durata del dì e della notte.



UNA FILASTROCCA IN DIALETTO ALESSANDRINO

Una nostra socia ci propone questa filastrocca in dialetto alessandrino:

**Sciur padron
Leva su dai monumentu
Che u rampignamentu
La purto' l'allegramentu
In tel milerbu**

Signor padrone si alzi dal letto che il gatto ha portato il fuoco nel fienile

STATO CIVILE E ANAGRAFE (quanti c'a' suma)

DATI AGGIORNATI AL 23 febbraio 2022

Residenti femmine: 670 - Residenti maschi: 611 Totale: 1281
Famiglie: 605

Stranieri residenti -femmine:14 - Residenti maschi: 17 Totale: 31
Famiglie: 20

Nati: 0 Femmine : 0 - Maschi: 0
Morti: 1 Femmine: 1 - Maschi: 0

I CONSIGLI DEL FARMACISTA (*dà nostra farmacista*) Dr. Marcella Bianchi



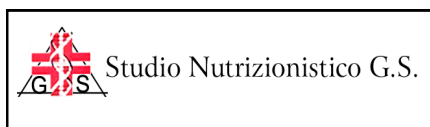
Una pelle nuova con la vitamina C



La vitamina C non può mancare in una buona routine di cura del viso, soprattutto passati i 30 anni. Può essere applicata usando creme, sieri, fiale e persino contorno occhi contenenti questo principio attivo. Il suo utilizzo è fondamentale per mantenere la pelle soda e luminosa; aiuta anche a prevenire le rughe, schiarisce le macchie e stimola la produzione di collagene. Migliora anche l'aspetto delle cicatrici da acne. L'attività antiossidante della vitamina C inoltre la rende un ingrediente ideale per neutralizzare l'effetto negativo dell'inquinamento atmosferico sulla pelle del viso. Le azioni chiave per definire questa preziosa sostanza sono: rigenerare, compattare e proteggere. Invecchiando, i fattori endogeni (naturali) ed esogeni (ambientali) causano dei cambiamenti strutturali che alterano l'incarnato della pelle rendendolo poco uniforme. Dalle "macchie dell'età" causate dai raggi UV all'iperpigmentazione post-infiammatoria, le macchie cutanee si riducono grazie all'uso della Vitamina C, in quanto essa blocca le reazioni biochimiche che rendono l'in-

carcato disuniforme e poco radioso. La Vitamina C blocca gli effetti dello stress ossidativo e i radicali liberi, neutralizzando le molecole dannose. Per permettere alla Vitamina C di rigenerare, compattare e proteggere la pelle, essa deve penetrare negli strati cutanei. Molte formule non sono stabili perché contengono ingredienti che perdono la loro efficacia ancora prima di entrare a contatto con la pelle. Per godere di tutti i benefici dalla Vitamina C, scegli un prodotto con ingredienti stabilizzati che possano entrare nella pelle in profondità. Sul mercato si possono trovare fiale, creme, sieri e contorno occhi con formulazioni diverse l'una dall'altra. Le fiale contengono circa 2 ml di soluzione liquida di vitamina C: la concentrazione di vitamina C è generalmente compresa tra il 5% e il 20%. Le fiale forniscono un effetto rivitalizzante, illuminante e rassodante che si avverte quasi immediatamente. Le creme con vitamina C sono creme idratanti con aggiunta di vitamina C consigliate per l'uso quotidiano durante la giornata. I sieri con vitamina C si applicano in gocce (da 3 a 5) sul viso e i risultati vengono osservati dopo 4 settimane di utilizzo. La loro concentrazione è solitamente del 20%. I sieri più concentrati (dal 25% al 30%) possono essere irritanti. Come le fiale, i sieri devono avere un pH acido (da 3,5 a 5), in modo che la vitamina C penetri nella pelle. I contorno occhi con vitamina C aiutano a rassodare la zona perioculare e a ridurre le rughe. Di solito tali prodotti contengono anche acido ialuronico o proteoglicano che favorisco-

LE CONVENZIONI (*i convensciou*)



Biologi Nutrizionisti

C.so Marengo 49 –Novi Ligure (AL)
Dr. Ginestri Massimo - Dr. Semino Matteo
Cel. 3383621530 - Cel. 3477915007

A tutti i Soci della Proloco Pasturana presentando la tessera o ricevuta di iscrizione verrà applicato uno sconto del 10% sulle prestazioni erogate



www.GAGLIANO.it
Vendita Auto Nuove e Usate
e Assistenza Multimarche



BASALUZZO (AL) - Via Novi, 97
Tel 0143.489411
E-mail: amg@gagliano.it
PRESENTI NEI LOCALI EX GIADA MOTOR - SENAGLI



CONVENZIONE FISIOTERAPICA

Convenzione per gli iscritti alla Pro Loco. Presentando la tessera associativa al Centro Fisioterapico, Paola applicherà uno sconto del 10% sul listino di tutte le prestazioni sanitarie.



A teatro nel salone della SOMS



STREGHE
27 marzo ore 17,00



IL CAPPELLO A CILINDRO ROSSO
15 maggio ore 17,00

Prenotazioni:

gestione@rete-teatri.it

Patrizia Velardi 3489117837

Monica Massone 3484024894

Ingresso: € 13.00 (di cui 1€ per ogni biglietto sarà devoluto all'Associazione IRIS di Novi Ligure) www.rete-teatri.it

L'ingresso è consentito ai soli possessori di Super Green Pass.

Due spettacoli teatrali arrivano in paese, patrocinati dal *Comune di Pasturana* grazie ad un progetto a cura di "Rete Teatri", per valorizzare gli spettacoli dal vivo di qualità in piccoli e medi comuni, ideato da *Associazione Culturale Orizzonte di Roma, Casa Grassi Serole (Asti), Teatro Testaccio di Roma, Quizzy Teatro di Alessandria, Associazione Culturale Stella Nova di Alessandria*. Domenica 27 marzo, alle ore 17, potremo assistere, nel salone della SOMS, allo spettacolo "Streghe", ispirato a fatti storici realmente accaduti a Spigno, in Valle Bormida, nel 1631, al tempo dell'epidemia di peste. Domenica 15 maggio, alle ore 17, ci sarà "Il cappello a cilindro", storia di una giovane ragazza custode di un magazzino di oggetti smarriti.

Panchine di san Valentino a Pasturana



Il *Comune di Pasturana* ha aderito all'iniziativa del "Distretto del Novese" e, in collaborazione con la *Pro Loco*, è stato allestito un "selfie corner" presso il pozzo di via Garibaldi. In tanti sono venuti a fotografare l'angolo romantico preparato da Patrizia e Claudia: coppie ma anche gruppi di amici, mamme con i bambini, scolaresche, simpatici cagnolini, ciclisti, camminatori. I visitatori hanno potuto leggere la storia del pozzo e scrivere un pensiero su quaderno a loro disposizione. Inoltre, il *Presidente della Regione Piemonte, Alberto Cirio*, ha pubblicato la fotografia dell'allestimento del nostro pozzo sui suoi "social." Un'iniziativa efficace per far conoscere Pasturana. Alla manifestazione hanno aderito anche i negozi "L'angolo di Barby" e "La bottega di Rosy".



LO SAPEVATE CHE...(t'lu saivi che...)



Da Sanremo ...



Gianni Morandi con Lorenzo Jovanotti ha vinto la serata “cover” all’ultimo “Festival di Sanremo 2022” ed è stato premiato con un trofeo che riproduce la “lanterna” di Genova in filigrana, realizzata con il contributo del nostro socio Simone Sparaggio, mastro orafo.



...a Londra...

Dido Milano, a Londra per lavoro, ha incontrato l’attore Tom Felton (a sinistra nella foto), che interpreta il personaggio di “Draco Malfoy” nella serie di film “Harry Potter”.



...i soci nella “Giornata dei calzini spaiati”



La “Giornata dei calzini spaiati” viene celebrata il primo venerdì di febbraio con l’obiettivo di lanciare un messaggio di solidarietà e inclusione: ognuno di noi è unico.

Per auguri e foto, inviare il materiale a: redazione.sigera@gmail.com