



Fondata il 19 Giugno 1990



NOVEMBRE 2026 n.11
da sempre n. 481

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)

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



Su fa bèlu àu dì di Sànti, tùti i maisi us vaiga i campi.
*Se fa bello il giorno dei Santi, tutti i mesi si vedono i campi
(non nevicherà).*

A san Martèin, a castogna bòuna a vè in quatrèin.
La castagna che si conserva sana fino a san Martino vale molto.

QUEL C'HA FUMA (notizie dalla Pro Loco)



PASTURANA



**CASTAGNATA
E CICLOCROSS DI S. MARTINO**

FESTA PATRONALE

Sabato 7 Novembre ore 20.00 - Salone SOMS Cena di San Martino: Polenta e Stoccafisso INTRATTENIMENTO MUSICALE "Cantò antra curte" da Capriata d'Orba PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA info PROLOCO: 349 6632340 negozi: ROSY e BARBY 329 3889657 posti limitati	Domenica 8 Novembre ore 8.30 - Centro Sportivo Caldarroste, Ceci e Vin brulè Ciclocross di San Martino Memorial "Gino Bruno" Memorial "Evis"
--	--



**CENA DI SAN
MARTINO**

**7 NOVEMBRE 2026
ORE 20:00
SALONE SOMS PASTURANA**

Insalata russa
Crostinio con acciughe del Cantabrico e
burrata
Philadelphia in granella di pistacchi
Crostinio con lardo miele e noci
Salame di Varzi

Polenta con Stoccafisso
o con Salsiccia e Funghi
o con Gorgonzola

Panna Cotta
Acqua e caffè

Prezzo 25 Euro
Vini esclusi



**Domenica 15 novembre ore 11 presso il Salone in via Roma
consegna targhe agli ottantenni di Pasturana**



**Domenica 29 novembre pranzo sociale della S.O.M.S.
presso il Salone**

L'AGIANDA (La rubrica)



SETTIMANA DELLA CULTURA 2026



VENERDÌ 13 NOVEMBRE
ORE 21.00

**SPETTACOLO DI TEATRO-
CANZONE**
YO YO MUNDI
Il mondo è una palla pelosa

MERCOLEDÌ 18 NOVEMBRE
ORE 18.00

Incontro coordinato dallo scrittore e autore teatrale **Gianni Repetto**

**TRADIZIONI PAESANE – IL
NOSTRO DIALETTO**
“La casa della lingua”
Sono invitati tutti coloro che parlano il pasturanes, lo ricordano o lo vogliono imparare.

VENERDÌ 20 NOVEMBRE
ORE 21.00

Incontro con il divulgatore ambientale e guida naturalistica **Antonio Scatassi**

CONFERENZA
**Crisi della biodiversità e
degrado del paesaggio**
Cosa stiamo perdendo?

13-22 NOVEMBRE

La mostra è visitabile durante gli eventi e nell'orario di apertura degli uffici comunali.

MOSTRA PITTORICA
**Il nostro territorio
raccontato dall'artista
Marino Cartesegna**

Ingresso libero. Al termine di ciascun evento, buffet offerto dalla Pro Loco Pasturana.

LA SETTIMANA DELLA CULTURA OSPITA:

CONCERTO
Quartetto Marsyas
Il giuoco delle coppie

DOMENICA 22 NOVEMBRE
ORE 17.30

In collaborazione con l'associazione Musica e Pentagramma.

SETTIMANA DELLA CULTURA – PASTURANA



Quattro domande all'enologo Alessandro Del Dotto

Un'annata segnata da condizioni climatiche fuori dal comune, con temperature estreme e un caldo persistente hanno messo alla prova vigneti e produttori. Ma come ha reagito la vite e quale sarà il risultato in cantina? Lo abbiamo chiesto all'enologo Alessandro Del Dotto.



L'estate 2026 è stata segnata da temperature roventi e prolungate. Già ad agosto abbiamo visto movimenti in campagna: di quanto è stata anticipata la vendemmia rispetto alla media?

Quest'anno la vendemmia è iniziata circa cento giorni prima rispetto al normale ciclo della vite a queste latitudini. Oramai siamo di fronte, da diversi anni, ad annate che di normale hanno ben poco. Stiamo assistendo ad un cambiamento climatico che causerà delle evoluzioni vegetative.

Il caldo eccezionale e la scarsità di precipitazioni hanno messo a dura prova le piante. Quali sono stati i principali problemi che avete dovuto affrontare in vigna?

In un'annata che ha visto registrare temperature record ed una riduzione locale delle piogge di circa il 30% le difficoltà non sono mancate. In primis abbiamo dovuto affrontare la difficoltà di lavorare in campagna con temperature elevate, le quali hanno costretto diversi produttori, soprattutto in vendemmia, nel lavorare durante le ore notturne. In secondo piano, ma non meno importante e come del resto facciamo tutti gli anni, riguardo alla salute della pianta; prendendo decisioni agronomiche mirate nel salvaguardare l'umidità del suolo e ridurre l'esposizione dei grappoli a sole diretto (con reti ombreggianti o riduzione della defogliazione).

Come si presenta l'uva quest'anno?

D'altro canto, le temperature record e le scarse precipitazioni hanno favorito nel portare in cantina uve sane e di incredibile bellezza, con un calo circa del 10% (a seconda delle varietà) sulla quantità a causa di grappoli più leggeri.

Guardando alla cantina e ai futuri imbottigliamenti, che vino dobbiamo aspettarci dal 2026?

Il profilo dei vini rispecchierà quello che è stata la stagione: figlia della luce e del calore. Con vini rossi concentrati, alcolicità generosa e vini bianchi avvolgenti, pronti alla beva.

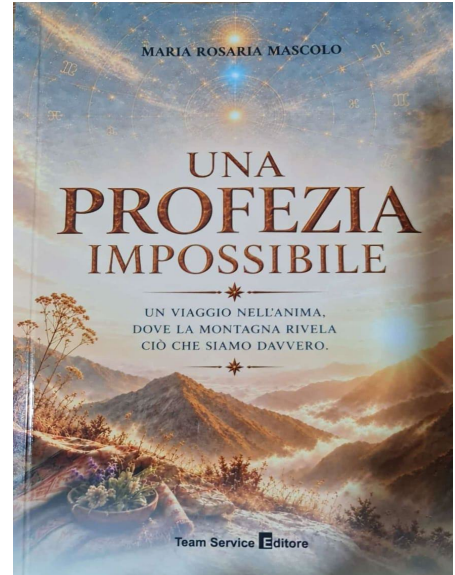


Maria Rosaria Mascolo, “Una profezia impossibile”: quando la fantasia diventa un viaggio interiore

Ci sono momenti nella vita in cui le certezze che ci hanno accompagnato per anni vengono meno e ci troviamo davanti a una domanda: *e adesso, quale strada scelgo?* È da questa domanda, e da un periodo di profondo cambiamento, che nasce *Una profezia impossibile*, il mio primo romanzo.

Il libro è un’opera di fantasia. La storia, i personaggi e gli eventi appartengono alla narrazione, ma prendono vita da un percorso personale e da passioni che da sempre mi accompagnano: la curiosità per la mente, il cuore e lo spirito umano, l’astrologia, la spiritualità e il fascino dei riti antichi delle Ande. Non sono psicologa, né curandera. Sono semplicemente una persona che ama esplorare ciò che si muove dentro di noi e interrogarsi sui misteri dell’esistenza. Amo le mappe del cielo, che raccontano cicli, possibilità e simboli; amo gli autori che parlano di crescita evolutiva e invitano a riconoscere la luce anche nelle ombre. *Una profezia impossibile* nasce dall’incontro di queste passioni: la psicologia dell’animo, la spiritualità dei rituali andini, il simbolismo delle stelle e la saggezza di chi ci invita a trasformarci. La protagonista è una donna che intraprende un viaggio sulle Ande e, attraversando il confine tra visibile e invisibile, si trova a percorrere un cammino dentro sé stessa. Il viaggio esteriore diventa così un viaggio interiore, nel quale domande, in visualizzazione normale incontri e simboli la conducono verso una parte di sé che ancora non conosce. Non è un diario, né un manuale, e non vuole insegnare. È un viaggio tra immagini, suoni ed emozioni, un invito a scoprire che la trasformazione è possibile e che la magia più vera può trovarsi dentro di noi, pronta a fiorire a ogni passo. La scrittura è arrivata nella mia vita in un momento in cui avevo bisogno di ricominciare. Il corso di scrittura creativa mi ha dato gli strumenti per trasformare un’idea in un romanzo, ma soprattutto mi ha permesso di dare forma a una storia che, in qualche modo, stava già cercando di nascere.

E forse il senso del viaggio è racchiuso proprio nelle parole con cui la protagonista viene messa di fronte al proprio destino: *«Quest’anno nella tua rivoluzione solare hai uno stellium molto raro: Saturno, Nettuno e il Nodo Nord insieme. Saturno è il custode del destino, quello che pesa le ossa e costringe a crescere. Nettuno è la nebbia, l’illusione, la memoria di ciò che non ha mai trovato forma. Il Nodo Nord... beh, quello è la strada che l’anima deve prendere, anche quando fa resistenza». Cercava fuori di sé le risposte. Ma intuiva che doveva ricordare, non imparare. Forse la sua anima non si era mai persa. Aveva solo atteso di essere ascoltata.*



Maria Rosaria Mascolo



1935: un documento dal passato, il conto di un funerale a Pasturana

Nel solaio di una vecchia abitazione, un nostro socio ha recuperato diversi fogli sparsi: ritenendo a ragione che queste carte potessero avere un interesse storico e testimoniale, ha provveduto a consegnarle alla Biblioteca comunale Arecco, affinché si potessero conservare, esaminare e condividere per ricostruire aspetti della vita quotidiana pasturanesa. In particolare, è comparso un documento datato 1935, relativo alle spese sostenute in occasione di un funerale, celebrato presso la Parrocchia di Pasturana, allora affidata al parroco don Angelo Baldi. Il conto presenta in maniera dettagliata le diverse somme dovute al parroco, alla chiesa e alle persone o associazioni coinvolte nelle celebrazioni funebri. Le prime voci riguardano il parroco: *Diritto parrocchiale: L. 25,00, 26 candele sugli altari: L. 40,00. Seguono le spese destinate alla chiesa: Diritto: L. 20,00- 6 lampadari: L. 20,00- 28 candele ai quadri della Via Crucis: L. 15,00-32 lampadine elettriche, oltre a quelle dei lampadari: L. 15,00- 4 candelabri e 4 candele per la camera del defunto: L. 8,00.*

Sono poi elencate le cosiddette “Spese varie”, che comprendono: *al sacrestano: L. 20,00, alla Compagnia del Santo Rosario: L. 10,00, ai chierichetti: importo non indicato nel documento trascritto, ai Reverendi sacerdoti: L. 5,00, al Molto Reverendo D. Merlano: L. 25,00, al Molto Reverendo D. Parroco di Tassarolo: L. 25,00, al Molto Reverendo D. Parroco di Francavilla: L. 20,00, al Molto Reverendo D. Virginio Papa, anche per la macchina: importo non indicato, al Molto Reverendo D. Guardiano dei Francescani, anche per la macchina: L. 55,00, all'organista: L. 7,00.* In fondo al documento compare la cifra complessiva di L. 310,00. Al di là degli importi, questo piccolo documento ci offre uno spaccato interessante della vita religiosa e sociale di Pasturana nel 1935. Innanzitutto, colpisce la minuziosità con cui venivano registrate le diverse spese legate a una cerimonia funebre. Non veniva considerato soltanto il servizio religioso del parroco, ma tutto ciò che contribuiva alla celebrazione: le candele, i lampadari, le luci elettriche, i candelabri, il lavoro del sacrestano, dei chierichetti e dell'organista. Particolarmente significativa è la quantità di candele indicata: 26 candele sugli altari e 28 ai quadri della Via Crucis. A queste si aggiungono altre candele e candelabri destinati alla camera del defunto. Il documento testimonia inoltre una partecipazione collettiva della comunità religiosa. Accanto al parroco compaiono infatti la Compagnia del Santo Rosario, i sacerdoti, il sacrestano, i chierichetti e l'organista. Sono inoltre ricordati sacerdoti provenienti da altri paesi e il Guardiano dei Francescani. La presenza di somme destinate anche alle spese “*anche per la macchina*” fa pensare agli spostamenti necessari per raggiungere Pasturana e partecipare alla cerimonia. Un altro elemento interessante è il riferimento alla Compagnia del Santo Rosario, che ci ricorda l'esistenza e il ruolo delle confraternite o associazioni religiose nella vita della comunità locale. Queste realtà non erano soltanto espressioni della devozione personale, ma costituivano anche una parte importante della vita sociale del paese. Anche la presenza di una voce specifica per le lampadine elettriche è degna di nota. Il documento mostra infatti che a Pasturana la tradizionale illuminazione a candele conviveva ormai con l'illuminazione elettrica.



PASTIRAUNA, A NOSTRA STORIA (*Pasturana, la nostra storia*)

San Martino, 1997: una festa che si rinnova nel tempo

Un tuffo nei ricordi, quando ci ritrovavamo in piazza Spinola, ai giardinetti, per festeggiare insieme.

Oggi la festa si è spostata al Centro sportivo, ma gli ingredienti sono rimasti gli stessi: castagne, vino e ciclismo, perché cambiano i luoghi, ma le tradizioni e la voglia di stare insieme restano.



*Fonte: Archivio fotografico
Pro Loco Pasturana*



Le poesie dialettali di Remo Masino

I grilli

A kativecària di féru
l'à indirì i kunikilli int-a riva
di kampu:
in dè ke t'èi finì
grilù kanteréin?

I grilli

La cattiveria del gelo
ha reso duri gli anfratti
del campo:
dove sei finito
grillo canterino?

U destéitu

I ògi
da kervéla
àu-rà i sònti stürbi,
intànté ké
ina quaiòta
kuntàinta,
in mélu a-i gràn,
a rifé i vèrlu.

Il destino

Gli occhi
della poiana
or son torvi,
mentre
la giovane quaglia
garrula,
in mezzo al grano,
ripete il suo verso.





I consigli della nostra farmacista

Arrivano in coincidenza con l'autunno e si diffondono a macchia d'olio: con i primi freddi tornano i virus respiratori ma soprattutto l'influenza. In Australia, dove la sua ondata sta per esaurirsi, ha lasciato uno strascico di infezioni. In Italia H3N2 variante K è attesa a partire da novembre e dalle proiezioni promette sino a 14 milioni di contagi. Favoriscono i contagi le basse temperature, che fanno scendere le difese della mucosa nasale, ma anche l'aria secca generata dagli impianti di riscaldamento, in grado di irrobustire i patogeni rendendoli più resistenti. Le strategie per schermare il sistema immunitario sono: vitamine B e vitamina D. Un tempo, infatti si curavano i malanni con olio di fegato di merluzzo ed esposizione al sole: rimedi che oggi la scienza riconosce come eccellenti fonti di vitamina D. La ricerca conferma che questa vitamina stimola i globuli bianchi a produrre proteine naturali in grado di neutralizzare batteri e virus. Non va dimenticato il #microbiotaintestinale: l'intestino è uno dei protagonisti del nostro stare bene, anche quando si parla di protezione dai virus. Questo perché circa i due terzi delle cellule immunitarie risiedono proprio lì. Quindi curare la salute dell'intestino con un'alimentazione ricca di fibre e fermenti costruisce di fatto una forte barriera. Alimenti eccellenti allo scopo sono fiocchi d'avena, mele, arance, lenticchie, ceci e asparagi. Inoltre, l'assunzione di probiotici migliora la flora intestinale, cosa che rafforza anche la risposta a livello respiratorio. (Fonte salute_eu). **Dal 13 ottobre 2026 parte la campagna di vaccinazione antinfluenzale gratuita anche in farmacia. Soggetti aventi diritto: Over 60, Donne in gravidanza e nel periodo post-partum, Pazienti fragili con patologie croniche, compresi i loro caregiver, Lavoratori per cui il vaccino è raccomandato (es. personale sanitario, forze dell'ordine)**



Il cielo stellato sopra Pasturana a cura di Giulia Piccinini

Abbiamo già parlato di quanto sia limitato ciò che possiamo osservare e analizzare del cielo a occhio nudo. Per studiare e raccogliere dati su galassie, stelle e pianeti lontani, abbiamo quindi bisogno di strumenti più potenti: i telescopi. Abbiamo già visto alcuni dei principali telescopi terrestri, installati nei luoghi più bui e isolati del pianeta. Per spingerci ancora più in profondità nell'esplorazione dell'Universo, però, a volte è necessario andare oltre la nostra atmosfera e utilizzare i telescopi spaziali. Ne esistono decine, sia operativi sia ormai fuori servizio, collocati in orbita attorno alla Terra o in punti strategici dello spazio, a seconda degli obiettivi scientifici per cui sono stati progettati. Uno dei più famosi è sicuramente il telescopio spaziale **Hubble**, lanciato nel 1990 e tuttora operativo. Nel corso degli anni ci ha regalato alcune delle immagini più iconiche dell'Universo. Il suo specchio principale ha un diametro di 2,4 metri, una caratteristica che gli permette di osservare oggetti estremamente lontani. Tra i nuovi grandi telescopi spaziali c'è il **Nancy Grace Roman Space Telescope**, progettato per studiare la struttura dell'Universo, l'energia oscura e l'evoluzione delle galassie. Anche questo telescopio dispone di uno specchio principale di 2,4 metri, ma grazie ai suoi strumenti avanzati avrà un campo visivo circa 100 volte più ampio di quello di Hubble. Fra i prossimi telescopi che verranno lanciati c'è **PLATO**, che verrà mandato in orbita a gennaio 2027 e sarà dedicato allo studio degli esopianeti.

Evento del mese: Nelle mattine intorno al 14 novembre, Mercurio, Venere, Marte e Giove si potranno osservare insieme nella zona di cielo sudorientale.



La bottega di Rosy

Il sapore di San Martino a Pasturana

Novembre a Pasturana ha un sapore del tutto speciale. È il mese in cui la tradizione prende vita con la festa patronale di San Martino e i suoi appuntamenti più attesi, a partire dalla classica cena a base di polenta e stoccafisso. Questo periodo coincide anche con il momento clou dell'autunno: il tempo delle castagne e della classica Castagnata di Pasturana, che riempie il paese del profumo inconfondibile delle caldarroste e vin brulè. E proprio pensando alle castagne, simbolo indiscusso di questa stagione, La Bottega di Rosy vuole proporvi un'idea sfiziosa e perfetta per colazione o merenda: i pancake con farina di castagne e gocce di cioccolato. Soffici, profumati e naturalmente dolci, sono facili da preparare e capaci di regalare una pausa davvero speciale.

Ingredienti (8 pancake): 1 uovo, 200 g di farina di castagne, 250 ml di bevanda vegetale, 20 g di zucchero, olio d'oliva q.b., un cucchiaino di lievito per dolci (facoltativo), 50 g di gocce di cioccolato fondente. In una ciotola rompere l'uovo, aggiungere lo zucchero, l'olio d'oliva e la bevanda vegetale e mescolare bene. Unire gradualmente la farina di castagne e il lievito al composto liquido, continuando a mescolare fino a ottenere una pastella liscia e priva di grumi. A questo punto, incorporare delicatamente le gocce di cioccolato fondente. Scaldare bene una padella antiaderente (eventualmente unta con una noce di burro o un goccio d'olio). Versare un mestolino di pastella al centro per formare ciascun pancake. Quando iniziano a comparire le prime bollicine in superficie, girare il pancake e lasciarlo cuocere anche dall'altro lato fino a doratura. Servire i pancake ben caldi, arricchiti a piacere con un filo di miele, sciroppo d'acero o un po' di frutta secca tritata. Una colazione genuina e profumata, perfetta per iniziare le giornate di novembre con la giusta carica.

Dalla Biblioteca comunale

Con l'arrivo di novembre, le giornate si accorciano, le foglie si tingono di rosso e d'oro e una leggera nebbia avvolge le strade. Cresce così la voglia di trascorrere qualche ora al caldo, con una coperta e un buon libro. E quale genere si adatta meglio alle atmosfere autunnali del giallo, con enigmi, segreti e colpi di scena? Tra i grandi nomi spicca Agatha Christie. In *Assassinio sull'Orient Express*, pubblicato nel 1934, Hercule Poirot viaggia sul celebre treno quando un passeggero viene assassinato. Attraverso indizi, interrogatori e brillanti deduzioni, il detective ricostruisce una verità sorprendente. È un romanzo ideale per chi ama mettere alla prova il proprio intuito. Nella narrativa contemporanea merita attenzione Donato Carrisi, autore di thriller psicologici dalle atmosfere inquietanti. *La ragazza nella nebbia*, del 2015, racconta la scomparsa di una sedicenne ad Avechot, un paese di montagna. L'ispettore Vogel indaga tra sospetti e manipolazioni mediatiche, mentre la nebbia diventa simbolo di una verità difficile da raggiungere. In *Io sono l'abisso*, uscito nel 2020, Carrisi esplora invece le profondità della mente umana attraverso un uomo dall'esistenza apparentemente ordinaria, ma dal lato inquietante. Le vite dei personaggi si intrecciano in una storia di solitudine, dolore e traumi, capace di suscitare riflessioni anche dopo l'ultima pagina.

T'lu saivi che...(lo sapevate che...)



LA CUCINA

8 ANNI
de La Cucina insieme a Voi!

Grazie per l'affetto che ci dimostrate sempre.

PER LA STAGIONE
AUTUNNO-INVERNO
a partire da **lunedì 19 ottobre**
la nostra settimana lavorativa prevederà:

 APERTURA il LUNEDÌ SERA	 CHIUSURA il MERCOLEDÌ che terremo come serata jolly per i nostri eventi come <i>La Cena con Delitto!</i>
--	--

Inoltre saremo aperti a pranzo:
domenica 1 novembre
e **tutte le domeniche di dicembre**
con un menù alla carta che pubblicheremo
nei prossimi giorni.

Grazie per l'affetto che ci dimostrate sempre.

“La Cucina” compie otto anni

Auguri al ristorante 'La Cucina' per i suoi otto anni di attività a Pasturana.

C'è una novità importante: il giorno di chiusura cambia dal lunedì al mercoledì.

Grazie a questa scelta, da ora in poi a Pasturana sarà sempre garantito un punto di ristoro aperto ogni sera.

Inoltre, arriverà presto anche il servizio di consegna a domicilio tramite Deliveroo.

Passate a trovarli per festeggiare insieme!



Congratulazioni a Giulia Provendola
per il conseguimento della laurea in
Scienze internazionali e diplomatiche



T'lu saivi che...(lo sapevate che...)



25 ottobre, foto di gruppo in occasione del pranzo per i soci al ristorante "Insieme". Anche quest'anno è stata assegnata la "maglia rosa", meritatamente vinta da Angelo Laguzzi che ha così festeggiato con questo ambito premio il suo compleanno.



*La famiglia della Pro Loco si è ingrandita!
Diamo il benvenuto a Cesare e Luisa.*



In occasione dell'inaugurazione dei primi spazi de "Il Melo" al Mulino di Pasturana, luogo che in paese conosciamo come "l'Osteria", il pittore locale e socio collaboratore della Pro Loco, Lino Laguzzi, ha esposto alcuni dei suoi dipinti a olio. Pasturanese doc e autentica memoria storica del paese, Lino custodisce immagini, atmosfere e frammenti di vita di un tempo, tramandandoli attraverso la sua arte. Nei suoi quadri rivivono scorci e vedute del nostro paese, luoghi che in alcuni casi non esistono più, ma che continuano a vivere nei suoi ricordi e nelle sue tele.