

179

Ottobre '26

"Faro

Distribuito nei comuni di: Bagnolo Piemonte, Barge, Borgo San Dalmazzo, Boves, Brossasco, Busca, Caraglio, Castellino, Cuneo, Fialletto, Fossano, Laghiasso, Lione, Lione Piemonte, Majra, Moretta, Pessano, Pigno, Piasco, Revallo, Rifreddo, Saluzzo, Sanfront, Savigliano, Venasca, Verzuolo, Viareggio, Iarainasca.

unica[®]
CLINICA DENTALE
Dr.ssa Rossella SOLA

IL TUO SORRISO
PRIMA DI TUTTO

www.unicaclinicadentale.it



Gabriella
Ritrovato



Cover Girl

"Faro"

- 5 EDITORIALE
- 6 EVENTI CHIARA GALLO
- 8 EVENTI SALUZZO & PROVINCIA
- 13 RUBRICA BENESSERE
- 17 SUL PEZZO - MY ROOM
- 22 RICETTA SALATA - VALE IN PADELLA
- 27 COVER GIRL
- 30 GIOCA CON BOBO
- 34 CV STREET
- 37 RUBRICA VIAGGI
- 38 RICETTA DOLCE - VALE IN PADELLA
- 42 3 VOCI TRA LE PAGINE
- 45 OROSCOPO DEL MESE

Per la pubblicità su "Il Faro" contatta:

Marco + 39 320 721 3605

Ufficio 0175 06 11 40

e-mail: grafica@ilfaromensile.it
www.ilfaromensile.it

IL FARO guida gratuita.

Registrato presso il Tribunale
di Saluzzo autorizzazione n. 163
del 10.06.2005

Casa Editrice

AlternativeADV srl
Via Bagni, 1N - 12037 Saluzzo
Tel. 0175.061140

Redazione

AlternativeADV srl

Studio Grafico

AlternativeADV - Saluzzo
Tel. 0175 061140

Stampa

Tipografia GraphArt
Via D. Galimberti, 75, 12030 Manta CN

In copertina

Cover Girl: Gabriella Ritrovato

Fotografia

alternativeADV

Direttore Responsabile

Chiara Gallo

Direttore creativo: Anastasia Carlino

Grafica

by alternativeADV - Sofia Vione

Lettori: 25.000

La Redazione non si assume la responsabilità
per eventuali variazioni di date, orari e luoghi
delle manifestazioni. Il materiale redazionale e
pubblicitario può essere riprodotto solo dopo
autorizzazione scritta dell'Editore.



Inquadra il QR per
scoprire il sito de
"IL FARO"

Meno fumo, più gas.

Parliamoci chiaro: la scusa del "mi sto ancora riprendendo dal rientro" è scaduta con settembre. Adesso è ottobre e il periodo di prova è finito. Il concetto di questo mese è banale: Reset & Push.

Tradotto? Stoppi un secondo quello che stai facendo, fai pulizia delle menate e spingi sul pedale. C'è una bella differenza tra essere sempre impegnati e combinare qualcosa che conta davvero.

Se riempi la giornata di roba inutile solo per sentirti attivo, stai solo sprecando benzina. Prendi quello che non va scuse, roba rimandata, collaborazioni mezze morte e mollalo lì.

Poi scegli dove vuoi arrivare e metti la testa. Anche perché qui da noi abbiamo questo vizio strano: aspettiamo sempre che sia qualcun altro a muovere le acque, o ci facciamo bastare il compitino. Ma il territorio gira solo se lo facciamo girare noi, senza aspettare la spinta da fuori.

Proprio per questo, Il Faro è qui. Che tu sia un privato con un'idea in testa, un negozio di paese o un'azienda strutturata, la nostra voce e i nostri spazi sono lì a disposizione. Sfruttateli per dire la vostra su questo finale d'anno e su come volete ripartire.

Perché parliamoci chiaro: se non ci metti la faccia adesso che puoi farlo, vuol dire solo che ti sta bene restare a guardare, che stai sprecando tempo e che non ti stai impegnando abbastanza. Noi lo spazio e la voce ve li diamo sempre, voi vedete di metterci il gas.

Chi c'è c'è.

Anastasia Carlino

Editoriale

Da segnare in agenda

DALLA ATP FINALS ALLA FIERA DEL TARTUFO, CUNEO A TORINO SI PREPARANO ALLA STAGIONE DEI GRANDI EVENTI

Archivate pure le infradito, la crema solare e gli aperitivi in spiaggia, l'autunno è arrivato. Ma la fine dell'estate nel Torinese e nel Cuneese non coincide sempre con l'inizio della stagione del "divano e copertina". Dopo le sagre di paese e le feste patronali, il cartellone cambia decisamente marcia. Inizia una maratona autunnale tra i piaceri della gola, l'arte d'avanguardia, il grande cinema e lo sport mondiale. Dai servizi vincenti delle ATP Finals al red carpet del Torino Film Festival, passando per il profumo del Tartufo d'Alba, ecco la guida definitiva agli appuntamenti imperdibili della stagione.

CUNEESE

Nel Cuneese non può mancare la **96ª Fiera Internazionale del Tartufo Bianco d'Alba** che si svolgerà dal 10 ottobre al 6 dicembre 2026. Lungo le vie della città tartufi certificati, vini delle Langhe, degustazioni, show cooking e incontri culturali. Segue la **Fiera Nazionale del Marrone** che dal 16 al 18 ottobre 2026 animerà il centro di Cuneo con una delle rassegne dedicate al castagno più importanti d'Italia, con produttori, stand e degustazioni.

TORINO

A Torino si comincia a ottobre con **Portici di Carta**, il 10 e l'11 ottobre, dove i librai torinesi e gli editori piemontesi incontrano il pubblico di lettori e lettrici. Per seguire con tutti gli appuntamenti della **Contemporary Art Week** a partire da Artissima, la fiera che dal 30 ottobre al 1º novembre invade l'Oval del Lingotto. La città nel mentre si illuminerà le **Luci d'Artista** che resteranno accese dal 21 ottobre al 9 gennaio 2027. Infine, storico appuntamento con la musica elettronica e arte visual, dal 29 ottobre al 1º novembre, compie un quarto di secolo il **Club2Club Festival**.

PROSSIMAMENTE

Novembre è il mese del **Torino Film Festival**, in programma dal 24 novembre al 2 dicembre. Guidato da Giulio Base, quest'anno vedrà come madrina Donatella Finocchiaro, mentre la retrospettiva sarà dedicata a Marilyn Monroe. Novembre però è anche il mese dello sport, con l'arrivo in città delle **ATP Finals**, in programma dal 15 al 22 novembre, attorno alle quali ruotano mostre, eventi, concerti e laboratori dedicati al tennis. Ad inaugurare il tutto, il concerto di Achille Lauro all'Inalpi Arena giovedì 12 novembre.

Chiara Gallo

GRUPPO MONTEORO®

VALUTIAMO E COMPRIAMO

oro e argento
alla massima
quotazione di mercato



Corso Piemonte, 92 • Saluzzo

☎ 0175290214 📞 3289658981 ✉ info@saluzzo.gruppomonteoro.it

SIAMO ANCHE A CARMAGNOLA
IN PIAZZA IV MARTIRI, 5

SEGUICI SUI SOCIAL



Manifestazioni & Fiere

CALENDARIO EVENTI SALUZZO E PROVINCIA

MANIFESTAZIONI E FIERE DEL TERRITORIO

Verità nascoste linguaggi dell'arte - Ex Officina Ferromaria, Barge

Dal 5 settembre al 17 ottobre 2026

Una mostra collettiva che riunisce sei artisti piemontesi in un percorso tra linguaggi figurativi e astratti. Le opere invitano a riflettere sull'essenza, sull'introspezione e sulle verità profonde che si nascondono oltre ciò che è immediatamente visibile. L'ingresso è libero.

Sono Cinquanta - Museo della Ceramica, Mondovì

Dal 19 settembre all'8 novembre 2026

Una grande mostra dedicata ai cinquant'anni di carriera di Cinzia Ghigliano, tra le più importanti illustratrici italiane. Il percorso si sviluppa tra tavole originali dei suoi fumetti, lavori realizzati con Orecchio Acerbo e dipinti, tra cui le opere della serie "Venticinque donne". L'ingresso è gratuito.

Sotto il Segno di Diana Museo Mallé, Dronero

Dal 20 settembre all'8 novembre 2026

Un viaggio tra arte, natura e memoria attraverso le opere di Silvana Cesano, Francesca Corbelleto, Silvia Giorsetti e Simona Ghigo. Ispirata alla figura di Diana, dea delle selve e della luce, la mostra racconta il legame profondo con la Valle Maira e il dialogo continuo tra uomo, materia e immaginazione. L'ingresso è libero.

Anatomia di uno sguardo. Dentro l'anima dell'Ospedale Polo Culturale Esseci, Palazzo Santa Croce, Cuneo

Dal 26 settembre al 15 novembre 2026

La mostra fotografica di Marco Sasia racconta il volto più umano dell'Ospedale Santa Croce e Carle. Attraverso immagini raccolte durante sei mesi trascorsi tra reparti, corridoi e spazi di lavoro, l'esposizione rende omaggio alle oltre 3.200 persone che ogni giorno trasformano la cura in un'esperienza fatta di competenza, dedizione e sensibilità. L'ingresso è gratuito.

Cuneo Archeofilm Complesso Monumentale di

San Francesco, Cuneo

Da giovedì 1° a sabato 3 ottobre 2026, ore 20:45

La quarta edizione del Festival Internazionale del Cinema di Archeologia, Arte e Ambiente porta a Cuneo tre serate dedicate alle migliori produzioni cinematografiche internazionali sul patrimonio storico, artistico e ambientale. Il pubblico potrà assistere a proiezioni e incontri con esperti, partecipando anche alla scelta del film vincitore. L'ingresso è libero fino a esaurimento posti.

Fiera Nazionale della Zucca Centro storico di Piozzo

Dal 2 al 4 ottobre 2026

Piozzo celebra l'arrivo dell'autunno con la 33ª edizione della Fiera della Zucca, che dal 2026 assume ufficialmente la qualifica di Fiera Nazionale. La manifestazione propone una scenografica mostra tecnico-scientifica con oltre 650 varietà di zucche coltivate nel territorio, affiancata dal tradizionale mercato, degustazioni, laboratori, mostre, street food e specialità dolci e salate a base di zucca. Non mancheranno iniziative e attività dedicate ai bambini.

Sagra della Castagna Frabosa Sottana e Palasagra

Dal 2 al 4 ottobre 2026

Tre giornate dedicate ai sapori e alle tradizioni autunnali, con caldarroste, mercato di prodotti tipici e artigianali, street food, show cooking, spettacoli e attività per bambini. La manifestazione si aprirà venerdì con la cena "Il Territorio in Tavola", mentre nel fine settimana saranno protagonisti il Villaggio della Castagna e numerosi appuntamenti di intrattenimento. Tra gli ospiti Marco Berry, Elisa Isoardi e alcuni grandi nomi dello sport italiano.

Ottobrata Bargese - Barge, centro cittadino. Piazza Garibaldi e Pala8brata presso l'Oratorio

Dal 2 al 6 ottobre 2026

Cinque giornate dedicate alle tradizioni, ai sapori e alle eccellenze del territorio bargese. La manifestazione propone la Sagra della Castagna De.C.O., il mercato autunnale, degustazioni, mostre, visite guidate, spettacoli, musica e attività per famiglie. Tra le specialità da gustare non mancheranno i mundaj, le frittelle di mele e il nuovo "Pansot dei Castagné" con bagna càuda.

Il programma comprende inoltre la Sagra della Porchetta, l'Oktobargefest, il ballo occitano e la tradizionale Sagra della Bagna Càuda.

Gran Castagnata e Fiera di Valle - Roccabruna

Da venerdì 2 a domenica 4 ottobre 2026
Tre giornate dedicate alla tradizione enogastronomica autunnale del territorio, con cucina tipica, musica, balli e attività per tutte le età. La manifestazione culminerà nella Fiera di Valle, tra bancarelle, prodotti locali, artigianato, animazione, musica occitana ed esibizioni con animali.

Roald Dahl & Quentin Blake. Una Splenderrima Collaborazione - Spazio Innovazione, Cuneo

Dal 2 ottobre 2026 al 25 aprile 2027
Una mostra immersiva dedicata alla collaborazione tra Roald Dahl e Quentin Blake, diventata una delle più riconoscibili della letteratura per l'infanzia. Illustrazioni originali, rare edizioni, video, installazioni, angoli di lettura ed esperienze interattive accompagnano adulti e bambini alla scoperta dell'universo creativo dei due autori. L'ingresso è gratuito.

Racconti di Architettura e Paesaggio Montano Centro Incontri, Rittana

Venerdì 2 ottobre 2026, ore 17:30
Un incontro dedicato ai nuovi modi di abitare, progettare e immaginare i territori montani, con Enrico Lunelli dello studio Campomarzio. Un'occasione per approfondire il rapporto tra architettura, paesaggio e trasformazione del territorio attraverso l'esperienza di un collettivo attivo nei campi della progettazione, dell'urbanistica e della ricerca. L'ingresso è libero.

Musicaè - Teatro Civico e Parrocchia Maria Vergine Assunta, Busca

Venerdì 2 e domenica 18 ottobre 2026, ore 21:00

La XXII Stagione artistica di "Musicaè" prosegue con due appuntamenti dedicati a diverse espressioni musicali. Il 2 ottobre Domenico Nordio al violino e Roberto Plano al pianoforte proporranno un repertorio romantico al Teatro Civico.

Il 18 ottobre la Parrocchia Maria Vergine Assunta ospiterà invece la "Misa-Tango" di Martín Palmeri, un incontro tra musica sacra e tango argentino. Il primo concerto richiede la prenotazione, mentre il secondo è a ingresso libero.

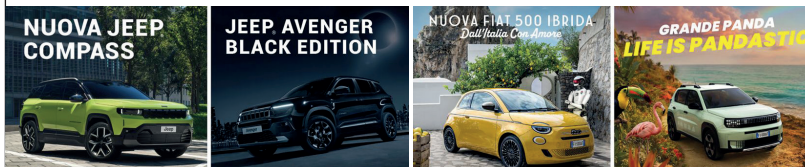
Festa del Pane - Piazza del Popolo e Piazza Santarosa, Savigliano

Sabato 3 e domenica 4 ottobre 2026
Un fine settimana dedicato all'arte della panificazione e alla tradizione dei forni, con show cooking, laboratori, street food e attività per le famiglie. L'edizione 2026 ospiterà anche un'area dedicata al mondo senza glutine, degustazioni guidate dei vini piemontesi e nuove collaborazioni con alcune eccellenze gastronomiche del territorio.

**VUOI DIVENTARE
INSERZIONISTA?**

Contattaci al:
+39 320 7213 605
grafica@ilfaromensile.it

ellero



CONCESSIONARIA UFFICIALE



www.elleroauro.it

SPOTICAR SALUZZO • MONDOVI • CEVA



Bomboniere Claraluna, Wald, Margot Italia, Rosabella Milano e molte altre.

OGGETTI UNICI PER OGNI OCCASIONE.

FIORI SECCHI • CANDELE • LAMPADE AD OLIO
POT POURRI • BOMBONIERE • COMPLEMENTI D'ARREDO



Vi aspettiamo presso:

La FiaBa in Via S. Andrea, 15 • Savigliano • tel. 0172 371 883 • lafiabadib@libero.it

Giornata Autismo - Autismo oltre la campanella - Monastero di San Biagio, Mondovì

Da sabato 3 ottobre 2026, dalle ore 9:00
Il convegno organizzato da Autismo Help Cuneo approfondisce il passaggio tra i diversi gradi scolastici e l'ingresso nel mondo del lavoro per le persone con autismo. Esperti e testimonianze del territorio accompagneranno una giornata di confronto arricchita da cortometraggi e dalla consegna del Premio "Stella Blu". La partecipazione è gratuita con prenotazione obbligatoria.

Suoni dal Monviso Workshop corale - Monastero della Stella, Saluzzo

Sabato 3 ottobre 2026

Nell'ambito della rassegna "Suoni dal Monviso", il Monastero della Stella ospita un workshop corale dedicato alla musica e alla condivisione. L'appuntamento fa parte di un programma che valorizza le eccellenze del territorio, con particolare attenzione alla sostenibilità, all'accessibilità e al coinvolgimento delle comunità locali.

Voci per la pace - Münchner Knabenchor - Monastero della Stella, Saluzzo

Sabato 3 ottobre 2026, ore 21:00

I Polifonici del Marchesato ospitano il prestigioso coro giovanile bavarese Münchner Knabenchor per una serata dedicata alla bellezza e all'emozione della grande musica. Reduce da numerose tournée internazionali, il gruppo si esibirà in occasione dei quarant'anni di musica, comunità e

passione dei Polifonici. Il biglietto costa 3 euro.

Cuneo Classica Festival Teatro Toselli, Cuneo

Sabato 3 e martedì 13 ottobre 2026, ore 21:00

La rassegna lirica e sinfonica organizzata da Promocuneo prosegue con due appuntamenti: il 3 ottobre andrà in scena "Rigoletto" di Giuseppe Verdi, mentre il 13 ottobre sarà la volta di "Can_Tango", spettacolo di e con Fabio Armiliato.

Caccia ai Tesori Arancioni Palazzo del Comune, Piazza Denina 2 - Revello

Domenica 4 ottobre 2026, dalle 10.00 alle 12.30 e dalle 14.30 alle 17.30

Un'avventura tra storia, arte ed enigmi per scoprire le bellezze e le curiosità di Revello, borgo insignito della Bandiera Arancione del Touring Club Italiano. L'esperienza, della durata di circa due ore, è adatta a tutte le età e può essere vissuta in famiglia, con gli amici o in autonomia. Il programma comprende anche attività artistiche, musicali e sportive per bambini e uno spettacolo dell'Accademia Niccolò Paganini.

San Francesco aulente flore Palazzo Taffini d'Acceglio, Savigliano

Domenica 4 ottobre 2026, ore 17:00

Nell'ambito dei concerti di "Recondite Armonie", l'ensemble Zebo porta in scena una creazione originale tra musica antica e teatro dedicata alla storia di San Francesco d'Assisi. Attraverso



ALESSIO TESINI

IDRATAZIONE D'AUTUNNO: il gesto che dimentichiamo quando il caldo se ne va.

Con l'arrivo del freddo, la sete quasi scompare. Smettiamo di sudare, ci sembra di non averne più bisogno, e l'acqua scivola in fondo alla lista delle priorità. Eppure è proprio ora che il corpo ne ha bisogno quanto in estate.

La fascia, il tessuto connettivo che avvolge muscoli e organi, è fatta soprattutto di acqua: quando l'idratazione cala, perde scorrevolezza e diventa più rigida. Il risultato sono tensioni muscolari diffuse, contratture, crampi che sembrano arrivare "dal nulla" ma che in realtà nascono da un tessuto disidratato che fatica a scorrere su se stesso. Bere con regolarità, anche senza stimolo di sete, resta il gesto più semplice e più sottovalutato per mantenere i tessuti elastici.

C'è poi un secondo protagonista dell'autunno: il collo. Con l'inizio della classica "stagione della cervicale", l'esposizione al freddo soprattutto stando all'aperto senza una sciarpa irrigidire-

sce collo, spalle e parte alta della schiena. Da qui nascono tensioni e dolori che si irradiano a schiena e braccia, mal di testa e, nei casi più intensi, anche nausea.

Tre abitudini semplici, spesso trascurate: bere con costanza, coprire il collo quando si esce e, per sciogliere le tensioni, respirare a ritmo 5 su 5 secondi di inspirazione, 5 di espirazione per qualche minuto. Lavora sulla coerenza cardiaca e aiuta il sistema nervoso a rilasciare la muscolatura contratta. Piccoli gesti che, sommati, fanno una grande differenza nel modo in cui il corpo affronta i mesi freddi.

Per maggiori informazioni

CONTATTI

@respira_di_alessio_tesini

@respira360

www.respirarebenessere.it

+39 388 060 5023

N.b.: I consigli e i rimedi che trovi in questo articolo non vanno in alcun modo a sostituire terapie mediche o sanitarie, valuta sempre con il tuo medico o professionista prima di assumere qualsiasi rimedio.

parole, canti e strumenti medievali, lo spettacolo ripercorre in sei quadri la trasformazione del giovane mercante in uno dei santi più amati della storia.

Festa d'Autunno - Pagno

Da venerdì 9 a domenica 11 ottobre 2026

La Festa d'Autunno torna con la 22ª Mostra Ortofrutticola della Valle Bronda e tre giornate dedicate ai prodotti e alle tradizioni del territorio.

Il programma comprende una commedia in piemontese, la cena della bagna caöda, il mercatino dei produttori locali, visite guidate all'antica Abbazia di San Colombano, musica e attività per i bambini. Non mancheranno caldarroste e frittelle di mele.

Concerto dei giovani borsisti Conservatorio G.F. Ghedini, Cuneo

Venerdì 9 ottobre 2026, ore 10:30

Un appuntamento dedicato alla valorizzazione dei giovani talenti musicali, con Maria Marabotta e Domenico Boggione al pianoforte, Cecilia Patria al violoncello e Lorenzo Tesio alle percussioni. L'ingresso è gratuito fino a esaurimento posti e la prenotazione è consigliata.

Autumnus Caraxonensis rione Carassone, Mondovì

Sabato 10 e domenica 11 ottobre 2026

Il tradizionale appuntamento autunnale celebra la storia e l'identità del rione Carassone con mercatini dell'ingegno, antichi mestieri, rievocazioni napoleoniche, visite guidate e attività per famiglie. La manifestazione inizierà sabato sera con la raviolata,

mentre domenica le vie del quartiere ospiteranno esposizioni, spettacoli e numerose specialità gastronomiche, tra cui polenta, minestrone di trippe, cotechini, crauti, frittelle di mele e pizza. Dalle ore 11 sarà disponibile una navetta gratuita da Breo a Carassone.

Fiera Internazionale del Tartufo Bianco d'Alba - Alba, con il Mercato Mondiale nel Cortile della Maddalena

Dal 10 ottobre al 6 dicembre 2026

La Fiera Internazionale del Tartufo Bianco d'Alba celebra una delle più preziose eccellenze gastronomiche del territorio. Cuore della manifestazione è il Mercato Mondiale, dove acquistare tartufi selezionati e certificati dalla Commissione Qualità, insieme a vini e prodotti tipici di Langhe, Monferrato e Roero.

Il programma comprende inoltre cooking show, degustazioni, incontri culturali, appuntamenti folcloristici e attività per famiglie. Il tema scelto per il 2026 è "Autentiche Relazioni", dedicato al legame tra natura, comunità, paesaggio e innovazione.

Great Innova - Nemo, dentro le correnti del futuro - Complesso Monumentale di San Francesco, Cuneo

Sabato 10 ottobre 2026

La nona edizione del festival Great Innova sarà dedicata all'acqua e al suo rapporto con il futuro. Il progetto coinvolgerà il territorio attraverso diversi appuntamenti, riflessioni e iniziative culturali, tra cui il primo concorso poetico nazionale "Voci d'Acqua".

CARAGLIO

GOMME



**CARAGLIO
GOMME s.n.c**
di Rosso Flavio & C.

Via Divisione Cuneense, 3/B • Caraglio
Tel. e Fax 0171 817716 • caragliogomme@devallegomme.com

GARAGE ITALIA



Via Circonvallazione, 25/A, 12037 Saluzzo CN • tel. 0175 43 353
www.garageitaliasaluzzo.it • garageitalia@cnnet.it

EVENTO FORMATIVO **GRATUITO**

Immagine AI

APERI FISCAL

L'aperitivo dedicato agli imprenditori che vogliono capire come **pagare meno tasse** in modo legale



Andrea Losano

Fondatore e CEO
Gruppo alternativeADV,
co-founder **Imprenditore
Investitore Cuneo**,
investitore



Dott. Aldo Todaro

Fondatore
Studio Todaro,
investitore



Giulio Sfronato

CFO
**Gruppo
alternativeADV**



14 OTTOBRE
2026



Inizio
18.30



Via Bagni 1/N
SALUZZO



Riservato a
IMPRENDITORI



Posti
LIMITATI

PRENOTA IL TUO POSTO ORA

+39 320 721 3605 Marco



SUL PEZZO

Sul Pezzo Moda. Tendenze. Lifestyle.

Ciao, siamo Marco e Gabriele e in questa rubrica parliamo di stile in modo diretto, senza complicazioni, ma con attenzione a qualità, materiali e dettagli che fanno davvero la differenza. Perché essere "sul pezzo" significa



Marco e Gabriele - My Room
Corso Italia, 108/A, 12037 Saluzzo CN

anche saper scegliere i capi giusti per vivere al meglio ogni stagione.

Ottobre è il mese dei colori e dei cambiamenti Ottobre è un mese particolare. Le giornate possono essere ancora piacevolmente miti e il sole ci regala qualche momento che profuma ancora d'estate, ma appena arriva la sera l'aria cambia e le temperature scendono. È il mese in cui il guardaroba deve sapersi adattare: ancora leggero durante il giorno, più caldo e avvolgente quando cala il sole. E anche i colori iniziano a raccontare questo passaggio.

Tra le tonalità che caratterizzano questa stagione troviamo il verde militare, il borgogna e il tortora: tre colori molto diversi tra loro, ma perfetti per interpretare l'atmosfera autunnale. Il verde militare è deciso, naturale e versatile. Una tonalità dal carattere





casual, ma capace di dare personalità anche a un look più ricercato.

Il borgogna è invece più intenso e sofisticato. Un colore caldo e profondo, ispirato alle tonalità del vino, ideale per aggiungere un tocco di eleganza senza risultare troppo formale.

Il tortora, infine, è la tonalità più discreta delle tre. Elegante, neutra e facile da abbinare, è perfetta per chi ama uno stile essenziale ma mai banale.

Ma ottobre non è solo il mese dei colori: è anche il momento giusto per iniziare a scegliere tessuti più morbidi e confortevoli. Nelle giornate ancora miti, una polo in viscosa può essere la scelta ideale. Morbida, piacevole sulla pelle e perfetta nelle giornate di sole, è un capo semplice ma curato, da indossare da solo oppure da utilizzare come base per un look a strati.

Quando arriva la sera, invece, possiamo aggiungere un maglioncino in cotone, magari a costine e con manica raglan: un capo confortevole che protegge dalla brezza senza appesantire troppo.

E quando il freddo comincia davvero a farsi sentire, è il momento di passare a una maglia in misto lana, magari con una pratica mezza zip. Calda, versatile e perfetta per accompagnarci verso le giornate più fredde.

Il bello di ottobre è proprio questo: poter giocare ancora con la leggerezza, iniziando però a riscoprire il piacere dei tessuti caldi e morbidi. Perché vestirsi bene significa anche



saper ascoltare la stagione, lasciando che siano colori, materiali e piccoli dettagli a fare la differenza.

E se settembre ci ha insegnato a vestirci a strati, ottobre ci ricorda che l'autunno è ormai alle porte. Il guardaroba cambia, i colori si scaldano e la maglieria torna protagonista.

Decisamente sul pezzo.



myroomsaluzzo.com
myroomsaluzzo

MercAntico **Centro storico di Saluzzo**

Domenica 11 ottobre 2026, dalle ore 8:00
Il centro di Saluzzo ospita il quinto appuntamento del MercAntico 2026, il mercato organizzato dalla Fondazione Amleto Bertoni e dedicato agli appassionati di vintage e collezionismo. Un'occasione per scoprire oggetti particolari e pezzi unici passeggiando tra le vie del centro storico.

Strafössan - Villaggio Sportivo Bongioanni, Fossano

Domenica 11 ottobre 2026
La 41ª edizione della Strafössan propone una giornata di sport e solidarietà con una camminata ludico-motoria di circa 5 chilometri, aperta a tutti, e un percorso di atletica di 10 chilometri. Al termine delle attività è previsto un pasta party per tutti i partecipanti. Le modalità di acquisto dei pettorali sono ancora in fase di definizione.

Concerto di musica da camera - Conservatorio G.F. Ghedini, Cuneo

Martedì 13 ottobre 2026, ore 20:45
Una serata dedicata alla musica da camera con una particolare formazione che farà dialogare il pianoforte di Francesco Cipolletta con i violoncelli di Jacques-Pierre Malan e Andrea Cavuoto. L'ingresso è gratuito fino a esaurimento posti e la prenotazione è consigliata.

Fiera Nazionale del Marrone centro storico di Cuneo

Dal 16 al 18 ottobre 2026
Una delle più importanti rassegne enogastronomiche italiane torna ad

animare il centro di Cuneo con centinaia di espositori e prodotti d'eccellenza provenienti dall'Italia e dall'Europa. Oltre alla valorizzazione del castagno, la manifestazione propone specialità gastronomiche, artigianato, laboratori, iniziative culturali, mostre, spettacoli e concerti.

Haendel Dixit Cattedrale di Fossano

Sabato 17 ottobre 2026, ore 21:00
Nell'ambito della rassegna "Back to Bach 2026", il Coro Maghini presenta un concerto solenne ispirato al "Dixit Dominus" di Georg Friedrich Händel. Solisti, gruppo strumentale e Coro dell'Accademia Maghini saranno diretti da Elena Camoletto.

Sagra del Garun - Valdieri

Domenica 18 ottobre 2026
Una giornata dedicata alle tradizioni autunnali, con mercatini di artigianato e prodotti tipici, specialità gastronomiche e distribuzione di caldarroste. Il programma propone inoltre passeggiate guidate nei boschi e il Ga-Run Trail, lungo i sentieri del territorio di Valdieri.

Mercatino dell'Antiquariato e del Collezionismo Via Roma, Fossano

Domenica 18 ottobre 2026, dal mattino
Una giornata dedicata agli appassionati di antiquariato e collezionismo, con bancarelle di oggetti, libri, stampe, quadri, prodotti tessili, monete, francobolli e mobili antichi. In caso di maltempo, il mercatino si svolgerà sotto i portici.

CONTINUA A PAG.24



SCEGLI GASTRONOMIA CUCINA AMICA



Tanti Piatti per i tuoi eventi, passa a trovarci



MANTA in Via Carlo Alberto dalla Chiesa 2/e
(accanto ad Arcaplanet)

 **+39 345 938 6781**  **0175 850 49**

Vale in Padella



PIZZETTE DI ZUCCA

Preparazione

Tagliare la zucca a fettine spesse circa mezzo centimetro e privarla della buccia.

Foderare una teglia con della carta forno, adagiarvi le fettine di zucca, spennellare con dell'olio extravergine e spolverare di sale.

Cuocere per 15 minuti in forno sta-

tico già caldo a 200°.

Togliere le fettine dal forno e distribuire su ognuna un po' di salsa di pomodoro e della mozzarella tagliata a cubetti.

Infornare ancora e cuocere sempre a 200° per 7/8 ed infine al grill per 3/4 minuti.



Ingredienti

Zucca Butternut

Salsa di pomodoro

Mozzarella oppure altro formaggio filante

Olio extravergine

Rosmarino fresco

Un pizzico di sale



Scopri qui
il video tutorial!
INQUADRA IL QR

@valeinpadella

il Basilico

Ristorante • Pizzeria

Piazza Buttini, 1/A • 12037 Saluzzo CN • +39 340 739 54 74 • pizzeriailbasilico.it

ORARIO Lunedì: chiuso | Dal Martedì alla Domenica: 12.00 - 14.00 e 19.00 - 23.00

Cuneo Volley Palazzetto dello Sport, Cuneo

Domenica 18 ottobre 2026

L'Acqua Sant'Anna Cuneo inaugura la stagione 2026/2027 della SuperLega maschile affrontando la Sir Susa Scai Perugia. Una sfida di grande livello per celebrare il ritorno della squadra cittadina nella massima serie nazionale.

Concerto conferenza Conservatorio G.F. Ghedini Cuneo

Martedì 20 ottobre 2026, ore 20:45

Un appuntamento che unisce divulgazione culturale ed esecuzione musicale dal vivo, offrendo al pubblico una lettura più approfondita dei brani proposti. Sul palco Francesco Cipolletta al pianoforte, Andrea Cavuoto al violoncello e Sergey Galaktionov al violino. L'ingresso è gratuito fino a esaurimento posti e la prenotazione è consigliata.

A tavola con l'arte - Cinema Teatro Magda Olivero, Saluzzo

Venerdì 23 ottobre 2026, ore 21:15

Nell'ambito della Festa del Libro Medievale, il divulgatore Jacopo Veneziani conduce un viaggio tra le opere d'arte per raccontare come il cibo, la tavola e la convivialità siano stati rappresentati dal Medioevo a oggi, svelandone i significati sociali, politici e culturali. Il biglietto costa 5 euro e la prenotazione è obbligatoria.

Concerto Suoni d'arpa Conservatorio G.F. Ghedini Cuneo

Martedì 27 ottobre 2026, ore 20:45

La vincitrice del XIV Concorso Inter-

nazionale "Suoni d'arpa", Zoé Buyck, sarà protagonista di una serata dedicata alle diverse sfumature espressive dell'arpa e alla valorizzazione dei giovani talenti internazionali. L'ingresso è gratuito fino a esaurimento posti e la prenotazione è consigliata.

Municipio a Porte Aperte Palazzo Municipale, Cuneo

Venerdì 30 ottobre 2026, alle ore 15:30, 16:30 e 17:30

Una visita guidata gratuita alla scoperta della storia del Municipio di Cuneo e dei suoi ambienti più rappresentativi, dal Salone d'Onore allo Scalone, fino alla Sala Giunta, alla Sala del Consiglio e all'ufficio della Sindaca. La prenotazione è obbligatoria.

Uvernada - Saluzzo

Sabato 31 ottobre e domenica 1° novembre 2026

La nona edizione dell'Uvernada celebra la cultura e l'identità occitana attraverso musica, danze, lingua, artigianato e tradizioni delle Terre del Monviso. La grande festa d'autunno del festival Occit'amo rappresenta un'occasione di incontro e condivisione tra comunità e culture diverse.

**VUOI DIVENTARE
INSERZIONISTA?**

Prenota qui il tuo spazio

+39 320 7213 605

grafica@ilfaromensile.it



**Vorresti essere
la prossima
RAGAZZA COVER?**

CONTATTACI AL:
+39 338 73 86 602

Oppure candidati QUI



Gabriella Ritrovato

Mi chiamo Gabriella Ritrovato, in arte Fiore di Loto, e a dicembre compirò 33 anni.

Cosa fai nella vita?

Sono insegnante di Pole Dance ed Exotic. È un lavoro che mi permette di unire la danza, il movimento e la forza fisica, tutte cose che fanno parte di me da sempre. Insegnare mi piace molto perché posso condividere questa mia passione con altre persone e far conoscere più da vicino queste discipline.

Cosa ti piace fare? Quali sono i tuoi hobby e le tue passioni?

La danza è sempre stata una delle mie più grandi passioni: ballo fin da quando ero piccola e, crescendo, mi sono avvicinata anche ad altri sport. Ho frequentato la palestra e poi sono arrivata all'arrampicata su roccia. Credo che sia nata proprio da lì la curiosità di provare qualcosa che riuscisse a mettere insieme la forza fisica e la danza. Così ho scoperto la Pole Dance e me ne sono innamorata! Da lì è cresciuta anche la mia passione per tutto ciò che riguarda la danza acrobatica. In generale, per

me lo sport è vita: non riuscirei a immaginare le mie giornate senza movimento e senza danza.

Come hai conosciuto Il Faro e da quanto tempo ci segui?

Vi ho conosciuti su Instagram e ho iniziato a seguirvi qualche mese fa. Uso molto i social anche per scoprire nuove realtà, vedere contenuti diversi e trovare nuove opportunità.



È successo così anche con Il Faro: ho iniziato a vedere i vostri contenuti, mi sono incuriosita e ho continuato a seguirvi. Poi, sempre attraverso Instagram, ho scoperto la possibilità di propormi come Cover Girl e ho pensato: perché non provarci? Mi è sembrata fin da subito una bella occasione per mettermi in gioco.

Come mai ti sei proposta come ragazza cover?

Proprio perché penso possa essere una bella opportunità per farmi conoscere, non solo come persona, ma anche come insegnante di Pole Dance. Mi piacerebbe che qualcuno, vedendo la copertina o iniziando a seguirmi sui social, si incuriosisse



e avesse voglia di scoprire questo mondo. La Pole Dance è una disciplina che magari non tutti conoscono davvero e questa può essere anche un'occasione per raccontarla e avvicinare nuove persone.

Quali sono i tuoi obiettivi personali e professionali per il futuro?

Sicuramente uno dei miei sogni più grandi è avere, un giorno, un centro tutto mio. Nel frattempo voglio continuare sulla strada che sto percorrendo, tra insegnamento e spettacoli, continuando a dedicarmi alla danza acrobatica. Vorrei crescere sempre di più in questo mondo e continuare a fare quello che amo.

Scopri qui
tutti gli scatti
di Gabriella



FV

Spaccio degli Occhiali

by Ottica FuturVision sas



centro ottico certificato

La soluzione? Prevenire.

OTTOBRE MESE della PREVENZIONE

ROTTAMA*

IL TUO VECCHIO

OCCHIALE



lo valutiamo fino a
50 euro

acquistando un nuovo
occhiale

Controllo optometrico gratuito
su appuntamento
per acquisto occhiali.
Consegna immediata.

FV
Spaccio degli Occhiali
by Ottica FuturVision sas

FOSSANO
Corso Trento, 71
Tel. 0172.692156

OUTLET
FV
Spaccio degli Occhiali

FOSSANO
Via Roma, 15
Tel. 0172.1805102



www.spacciodegliocchiali.it



La Caccia ai Tesori dell'Autunno

L'autunno era arrivato nel bosco del fiume con pennellate di rosso, arancione e oro. **Ma mentre per Bobo e la volpina Scintilla le giornate autunnali erano piene di fascino, per il coniglietto Mirtillo la pioggia e le prime giornate corte erano fonte di grandi lamenti.**

«Che tristezza!» sospirò Mirtillo guardando una foglia secca cadere sul suo naso. «Tutto diventa grigio, la terra è bagnata e l'estate è lontanissima. L'autunno fa cadere tutto!»

«Non fa cadere tutto, Mirtillo!» rispose vivace Scintilla, facendo un salto in mezzo a **un mucchio di foglie che scricchiolarono** sotto le sue zampe. «Fa posto al nuovo!»

In quel momento arrivò Milo, la lontra, trascinando con la bocca una grossa pigna bagnata e un pezzo di legno a forma di nave. «Guardate cosa ha portato la corrente oggi! **Il fiume in autunno regala tesori che d'estate erano nascosti nell'erba alta!**»

Bobo, con la sua inseparabile salopette e un cestino di vimini sotto il braccio, si avvicinò sorridendo. «Mirtillo, l'autunno non toglie nulla, cambia solo i giochi. È il tempo della Caccia ai Tesori Nasconditori. Sapete cosa sono?»

I tre amici scossero la testa incuriositi. Bobo spiegò che gli alberi non lasciano cadere le foglie per noia, ma per fare una coperta calda alla terra e regalarci una mappa segreta. **Sotto quelle foglie si nascondono castagne matte, pigne di ogni forma, cortecci scure e legni levigati.** «Ogni cosa che la natura fa cadere in autunno è un pezzo di puzzle per inventare un nuovo gioco,» disse Bobo.

Mirtillo guardò la foglia che aveva in mano: non era semplicemente secca, aveva le venature dorate che sembravano i rami di un piccolo albero.

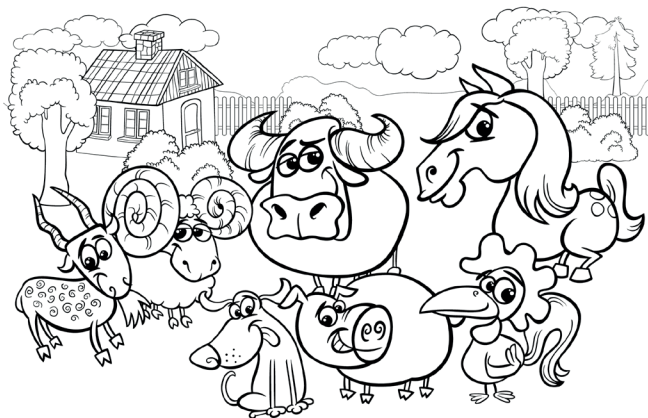
Insieme a Bobo, Scintilla e Milo, passò tutto il pomeriggio a raccogliere i **"tesori caduti" per costruire una grande scultura nel bosco.** E quando iniziò a scendere una pioggia-

rellina sottile, Mirtillo non protestò: sapeva che l'acqua avrebbe reso i colori del bosco ancora più brillanti per la caccia del giorno dopo.

CHIAO AMICI SIETE
PRONTI A SCOPRIRE
LE MIE AVVENTURE?

GIOCA CON BOBO Trova le 10 differenze

Guarda le due illustrazioni e scopri le 10 differenze.
Cerchia ogni differenza con una matita colorata.



La morale di Bobo

Ogni stagione ha la sua bellezza, basta imparare a guardarla con gli occhi giusti. **A volte vediamo qualcosa cadere, cambiare o finire e pensiamo subito che sia un momento triste.** Ma la natura ci insegna che ogni cambiamento porta con sé una nuova possibilità.

Le foglie che cadono lasciano spazio a nuovi germogli, i colori cambiano e ciò che sembrava ormai passato può trasformarsi in qualcosa di nuovo. **Perché quando qualcosa finisce non significa che sia davvero la fine: a volte è semplicemente il momento di lasciare andare ciò che è stato e fare spazio a ciò che verrà.**

La natura si spoglia, cambia forma e ci regala nuovi tesori da raccogliere, osservare e trasformare. Sta a noi usare un po' di fantasia per **scoprire quante cose belle possono ancora nascere e inventare,** giorno dopo giorno, il nostro futuro.



ORARIO DAL MARTEDÌ AL SABATO
9,00 - 12,30 | 15.30 - 20,00
CHIUSO DOMENICA E LUNEDÌ



Via Luigi Einaudi n.10 12100 CUNEO • tel. 320 6449265
www.grandamodels.it



**STIAMO CERCANDO
PERSONE**
(non curriculum)

Se hai voglia di metterti in gioco,
PARLIAMONE.

MARKETING • VENDITE • FINANZA

CONTATTACI

careers@alternativeadv.it

Saluzzo • Via Bagni 1/N • 12037 (CN)

+39 0175 061140

amministrazione@alternativeadv.it

info@alternativeadv.it



Scopri il nostro sito

CV STREET

CV STREET OPPORTUNITÀ IN MOVIMENTO

WORK STREET

Dipendente o Freelance?

LA GRANDE FUGA DAL POSTO FISSO.

Parliamoci chiaro: per decenni il mantra è stato uno solo, il posto fisso. Contratto a tempo indeterminato, orario 9-18, scrivania assegnata e pensione tranquilla. Poi qualcosa si è rotto.

Oggi le nuove generazioni (Gen Z e Millennials) guardano al modello di lavoro tradizionale con un grande punto di domanda. Non perché non abbiano voglia di sbattersi, ma perché è cambiata la valuta più importante: il tempo.

La Partita IVA spaventa ancora?

Sì e no. La paura della burocrazia, delle tasse e dell'incertezza economica c'è sempre (siamo pur sempre in Italia), ma il terrore del "lavoro autonomo" è stato sostituito da un terrore ancora maggiore: quello di rimanere incastrati in un ufficio a fare presenteismo. La Partita IVA non è più vista come una sfiga o un'ultima spiaggia, ma come uno strumento di autonomia. *I giovani non cercano il "posto sicuro", cercano la job satisfaction e la possibilità di gestire la propria vita senza dover chiedere il permesso per andare dal medico.*

Cosa cercano le nuove generazioni?

1. Flessibilità reale, non a parole: Più che la partita IVA in sé, i giovani cercano l'autonomia. Se un'azienda offre un contratto da dipendente ma garantisce smart working vero, orari flessibili e lavoro per obiettivi, vince a mani basse.

2. Meno fedeltà aziendale, più competenze: Il concetto di "azienda come famiglia" è tramontato. Oggi si cerca un posto dove imparare, crescere e fare up-skilling. Se l'ambiente diventa tossico o statico, si cambia senza troppi drammi (job hopping).

3. Il modello ibrido (La terza via): La vera tendenza attuale è la convergenza. Molti dipendenti aprono una P.IVA forfettaria parallela per sviluppare un side hustle (progetti personali), mentre molti freelance cercano collaborazioni continuative che diano stabilità senza togliere la partita IVA.

La realtà del mercato: cosa cercano le aziende?

Là fuori le aziende sono a un bivio. Da un lato cercano disperatamente talenti che *non si accontentano più del "vecchio pacchetto"*, dall'altro preferiscono sempre più *collaborazioni esterne, flessibili e verticali (ovvero: P.IVA e consulenti super specializzati) per non appesantire la struttura. Risultato? Il confine sfuma.* Non vince chi è dipendente e non vince chi è freelance: vince chi ha competenze spendibili e sa negoziare il proprio tempo.

TRICKS & TIPS PER MANGIARE IL MERCATO

Dritta d'oro per orientarsi nella giungla del lavoro oggi.

1. Valuta la cultura aziendale, non solo la RAL: In fase di colloquio chiedi senza paura come gestiscono lo smart working, le ore straordinarie e la flessibilità. Uno stipendio leggermente più alto non ripaga la salute mentale persa in un ambiente rigido.

2. Costruisci il tuo "Portfolio" anche se sei dipendente: Che tu sia P.IVA o meno, non definirti solo per il tuo ruolo attuale. Raccogli progetti, risultati quantificabili e competenze. Sei tu il brand di te stesso.

3. Testa l'acqua prima di fare il salto: Ti stuzzica l'idea della Partita IVA ma hai paura del vuoto? Se il tuo contratto lo permette, inizia con collaborazioni occasionali o un side project nel tempo libero. Aprire P.IVA ha senso quando hai già un primo giro di clienti, non sulla speranza.

4. Impara a negoziare gli orari, non solo i soldi: Se punti al lavoro dipendente, ricordati che oggi in sede di offerta puoi negoziare giorni di remote working, formazione pagata o orari d'uscita flessibili. Spesso le aziende sono più disposte a concedere tempo che budget extra.

Contattaci per il tuo annuncio su Il Faro: grafica@ilfaromensile.it

OFFICINA ANGHILANTE

SRL

OFFICINA
AUTORIZZATA



DA OGGI ANCHE

REVISIONI

- Autogrù eccezionali
- Trattori agricoli veloci
- Quad agricoli



- **OFFICINA VEICOLI INDUSTRIALI MULTIMARCA**
Servizio pneumatici, elettrauto e diagnostica con stazioni Texa, Jaltest e Easy
- **CENTRO TECNICO AUTORIZZATO**
tachigrafi analogici, digitali e intelligenti
- **CENTRO REVISIONI VEICOLI PESANTI**
Vendita ricambi rimorchi, trailers, carrelli, roulotte
- **CENTRO ASSISTENZA** CBR Point Italia

Tel. 0175 518056 - officina@anghilante.com
Via Busca, 51 - Costigliole Saluzzo (Cn)



RUBRICA VIAGGI

Parliamoci chiaro: perché continuiamo a viaggiare?

Good vibes, zero sbatti: il mindset per veri explorer.

Una volta si partiva per fare i figli al rientro e collezionare monumenti da spuntare sullalista. Oggi, diciamocelo, viaggiamo soprattutto per un motivo: un bel reset mentale. In un mondo iper-connesso, fare il log-out scappando via non è un capriccio, è legittima difesa.

Ecco i 3 travel trend del momento per staccare la spina per davvero:

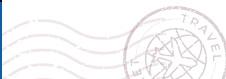
- 1. Under-Tourism** (Il vero lusso è il fuorimappa): Basta con le mete saturate e le file chilometriche solo per fare un selfie. La nuova tendenza è cercare posti alternativi, zero ansia da prestazione, dove l'unica cosa da fare è godersi il posto.
- 2. Low-Fi Travel** (A bassa risoluzione): Stop ai pacchetti vacanza prefabbricati. Vince il viaggio raw, grezzo e autentico, dove ci si concede il lusso di andare slow, accettando gli imprevisti con un sorriso.
- 3. Catching Anemoia** (Vibe d'altri tempi): Ovvero quella nostalgia per epoche e luoghi che non abbiamo mai vissuto davvero. È la sensazione che ti prende quando ti ritrovi in un borgo sperduto o in una vecchia stazione e ti sembra di essere dentro un film indie.

Insomma: viaggiamo per svuotare la testa, non per intasare il rullino dello smartphone.

THE SURVIVAL KIT

Tricks & tips per viaggiare leggeri e non farsi spennare.

- 1. The 3-Hour Rule (Manda all'aria la roadmap):** Smettila di pianificare ogni secondo. Ogni giorno lascia un blocco di 3 ore completamente offline, senza Google Maps e senza impegni. È quando ti perdi che trovi lo spot migliore o la persona del posto che ti racconta la storia vera della città.
- 2. Tourist Trap Radar (Schiva il pacco):** Se fuori dal locale c'è un PR che ti parla in cinque lingue o il menu ha le foto dei piatti saturate su Photoshop, red flag: scappa. Regola d'oro: segui i locals. Se a pausa pranzo c'è la fila di gente del posto, vai a colpo sicuro.
- 3. The Buffer Time (Salva-Sanità Mentale):** Errore da principianti: tornare dal viaggio la domenica alle 23:50 per essere operativi alle 7 del lunedì. Risultato? Burnout immediato. Tieni sempre 24 ore di cuscinetto a casa: servono a disfare il bagaglio, fare le lavatrici e rientrare nel mood della vita reale.



Vale in Padella



STRUDEL DI PASTA SFOGLIA ALLE MELE

Preparazione

Sbucciare le mele e tagliarle a pezzetti. Trasferire le mele in una padella antiaderente con la noce di burro, il succo di mezzo limone e lo zucchero di canna.

Cuocere a fuoco medio per 10 minuti. Intanto, mettete in ammollo l'uvetta e tritate le noci grossolanamente.

In una ciotola mescolare le mele intiepidite con l'uvetta, le noci tritate ed un cucchiaino di marmellata.

Stendere il rotolo di sfoglia e distribuire il ripieno livellandolo con il dorso di un cucchiaino.

Chiudere tutti e quattro i lati verso l'interno aiutandovi con la carta della sfoglia arrotolate.

Incidere il rotolo con dei taglietti e

spennellare con il tuorlo sbattuto. Cuocere in forno statico già caldo a 200° per 25 minuti, dovrà risultare dorato.

Sfornare, lasciare intiepidire e spolverare con abbondante zucchero a velo.



Ingredienti

3 mele piccole o due grandi

1 rotolo di pasta sfoglia rettangolare

50 g di uvetta

50 g di noci

Un cucchiaino di zucchero di canna

1 noce di burro

1 cucchiaino di marmellata di albicocche

il succo di mezzo limone

1 tuorlo per spennellare la superficie

Zucchero a velo per decorare



Scopri qui
i video tutorial!
INQUADRA IL QR
@valeinpadella



OTTOBRE

GRAN FRITTO MISTO ALLA PIEMONTESE

Domenica 4 (PRANZO)

Sabato 10 (CENA)

Domenica 11 (PRANZO)

Domenica 18 (PRANZO)

Domenica 25 (PRANZO)

Venerdì 30 (CENA)

Sabato 31 (CENA)

Costo 28,00€ Bevande escluse



SERATA SPECIALE PESCE

Venerdì 9 (CENA)

Costo 30,00€ Bevande escluse



SERATA ANTIPASTI

Sabato 17 (CENA)

Costo 30,00€ Bevande escluse



FUNGHI IN TAVOLA

Venerdì 2 (CENA)

Sabato 3 (CENA)

Venerdì 16 (CENA)

Venerdì 23 (CENA)

Sabato 24 (CENA)

Costo 30,00€ Bevande escluse



Piazza Umberto I, 10 • 12030
Lagnasco CN • 0175 72245
+39 392 113 0386



**I PROFESSIONISTI DELLE AVVOLGIBILI
SEMPRE CON VOI**



GIULIANO E C. AVVOLGIBILI - BOVES (CN)
Via Milia, 4 • 0171 388245 • Cell. 335 788526
info@giulianoinfissi.com • www.giuliano-infissi.com



SERRAMENTI INFISSI SPECIALI IN LEGNO
Laboratorio: Via Cuneo, 20/b • Pianfei (CN) • Tel. 0174 585194
info@spaziolegno.eu • www.spaziolegno.eu



**IMPRENDITORE
INVESTITORE**

SE IL TUO CAPITALE NON LAVORA, STAI PERDENDO VALORE.

Allocazione, diversificazione e strategia: sono questi i fattori che fanno crescere il capitale nel tempo. Il reddito è solo il punto di partenza. È quello che fai dopo che crea il patrimonio.

DIVENTA UN IMPRENDITORE INVESTITORE.

Trasforma il tuo capitale in:

- **Entrate passive**
- **Asset che crescono nel tempo**
- **Stabilità finanziaria**

Inizia a gestire il tuo capitale in modo strategico.

**Approfondisci
sui nostri social**



Per informazioni:
Marco +39 320 721 3605





3 Voci tra le Pagine

LIBRERIA MONDADORI SALUZZO

A cura di Chiara, Elisa e Monica



RECENSIONE ELISA

Tutte le mattine di Sybil di Virginia Evans

Sybil Van Antwerp è un'ex-avvocata molto stimata in tutto il paese. Da quando è in pensione dedica tutto il suo tempo alla cura del giardino e della casa e, come rituale mattutino, a scrivere lettere. Nella scrittura, Sybil ha trovato, negli anni, il suo conforto e nei destinatari delle sue lettere famigliari, amiche, autori del cuore dei veri e propri compagni di vita. Sarà proprio attraverso la sua penna e la sua voce che, gradualmente, scopriremo i chiaroscuri della sua vita, le sue gioie e i suoi dolori più grandi, arrivando a comprendere, lettera dopo lettera, tutte le sfumature di una protagonista indimenticabile.



INQUADRA IL QR
E scopri le altre
recensioni



RECENSIONE MONICA

Zenzero e Cannella.

Le sorelle Rosewood di Ella Swann, edito Piemme

Zenzero e Cannella. Le sorelle Rosewood di Ella Swann, edito Piemme, è il perfetto cozy romance per coccolarsi nella stagione autunnale. Ambientato in una sala da tè un po' fuori dal tempo, raccoglie le storie di tre sorelle, unite ma diverse. Storie che parlano di famiglia e primi amori. Perfetto anche per le giovanissime. Per non parlare dell'estetica del romanzo: una dimensione piccola piccola e pagine di colore verde... Delizioso



RECENSIONE CHIARA

Amalia l'obliqua di Guanda di Emanuela Canepa

Amalia, l'obliqua di Emanuela Canepa, pubblicato da Guanda, è una biografia romanzata dedicata alla figura affascinante e tormentata di Amalia Guglielminetti. Poetessa, scrittrice e giornalista del primo Novecento, Amalia ha vissuto una vita intensa, spesso divisa tra il desiderio di essere vista e quello di proteggersi dal mondo.

Canepa la racconta seguendola dai momenti di maggiore successo fino agli anni più difficili. Amalia è stata una figura complessa, donna inquieta e affascinante. Ha cercato di affermarsi allo stesso tempo temendo di esporsi troppo. Proprio questa contraddizione l'ha resa una figura "obliqua", difficile da definire e impossibile da dimenticare. Il libro di Canepa prova a fare questo: restituirle una voce e un posto nella storia, non solo della letteratura.



"Faro"

Qui, la tua attività si fa notare.

Una vetrina sul territorio per **raccontare** la tua attività e farla **conoscere** a un pubblico locale.

Porta la tua attività sulle nostre pagine.

CONTATTACI

grafica@ilfaromensile.it

Saluzzo • Via Bagni 1/N • 12037 (CN)

PER INFO: +39 338 738 6602



Scopri il nostro sito

Basta scuse, basta galleggiare. Settembre è servito per riprendere le misure, ora ad ottobre si fa sul serio. Chi ha stoffa la tira fuori adesso, ma per spingere sull'acceleratore bisogna prima liberarsi dalle palle al piede. Meno fumo, più sostanza: ecco cosa devi eliminare dalla tua vita questo mese per mettere a segno i tuoi colpi migliori.

ARIEETE 21 marzo - 19 aprile

Il Mood: Hai grinta da vendere, ma questo mese serve più diplomazia: andare allo scontro potrebbe ritorcersi contro di te.

Cosa lasciare andare: Il bisogno di dimostrare sempre chi è il più forte. Evita polemiche inutili. **Rotta Chiara:** Scegli le battaglie giuste e fai squadra con chi merita. Insieme, la tua forza vale doppio.

TORO 20 aprile - 20 maggio

Il Mood: Il lavoro incalza e voler controllare tutto rischia di prosciugarti. **Cosa lasciare andare:** L'idea che "se non lo faccio io, viene male". Non puoi portare tutto sulle spalle. **Rotta Chiara:** Delega, ottimizza i tempi e proteggi i tuoi momenti di recupero.

GEMELLI 21 maggio - 20 giugno

Il Mood: Le idee non mancano, ma troppe direzioni rischiano di non portarti da nessuna parte. **Cosa lasciare andare:** La dispersione e il bisogno di inseguire ogni novità. **Rotta Chiara:** Scegli le idee migliori, concentrati e trasforma in risultati concreti.

CANCRO 21 giugno - 22 luglio

Il Mood: Le questioni personali chiedono attenzione, senza lasciare troppo spazio ai pensieri. **Cosa lasciare andare:** I vecchi rancori e l'aspettativa che gli altri capiscano ciò che provi senza parlarne. **Rotta Chiara:** Di' chiaramente cosa ti serve, stabilisci i tuoi confini e guarda avanti.

LEONE 23 luglio - 22 agosto

Il Mood: Hai carisma e voglia di emergere, ma la fretta di prenderti la scena può farti sbagliare. **Cosa lasciare andare:** La suscettibilità e il bisogno di reagire a ogni opinione diversa. **Rotta Chiara:** Ascolta, costruisci e lascia che siano i fatti a dimostrare la tua leadership.

VERGINE 23 agosto - 22 settembre

Il Mood: Soldi, contratti e valore del tuo tempo diventano centrali. È il momento di fare i conti. **Cosa lasciare andare:** La tendenza a sminuirti e ad accettare compromessi al ribasso. **Rotta Chiara:** Riconosci il tuo valore e chiedi il rispetto e il compenso che meriti.

Oroscopo

Oroscopo di Ottobre: Reset & Push

BILANCIA 23 settembre - 22 ottobre

Il Mood: Ritrovi energia e voglia di agire. È il momento di prendere decisioni e fare la prima mossa. **Cosa lasciare andare:** Il peso del giudizio altrui e i compromessi fatti solo per mantenere la pace. **Rotta Chiara:** Metti al centro i tuoi obiettivi, scegli con decisione e prenditi il tuo spazio.

SCORPIONE 23 ottobre - 21 novembre

Il Mood: È un mese di preparazione e strategia: senti crescere l'energia, ma prima serve fare pulizia. **Cosa lasciare andare:** Rancori, sospetti e pensieri legati a ciò che è successo in passato. **Rotta Chiara:** Volta pagina e concentra le tue energie sulla prossima mossa.

SAGITTARIO 22 novembre - 21 dicembre

Il Mood: Hai grandi ambizioni, ma fare tutto da solo potrebbe rallentarti. **Cosa lasciare andare:** L'insofferenza al confronto e la convinzione che la tua strada sia sempre quella giusta. **Rotta Chiara:** Cerca alleati, condividi le tue idee e costruisci qualcosa di solido insieme agli altri.

CAPRICORNO 22 dicembre - 19 gennaio

Il Mood: I risultati sono vicini, ma l'ossessione per raggiungerli rischia di renderti troppo rigido. **Cosa lasciare andare:** Il bisogno di controllare tutto e pretendere che gli altri seguano sempre i tuoi ritmi. **Rotta Chiara:** Punta sulla strategia, gestisci bene le energie e guida senza forzare.

ACQUARIO 20 gennaio - 18 febbraio

Il Mood: Hai tante idee innovative, ma devi fare i conti anche con regole, scadenze e quotidianità. **Cosa lasciare andare:** L'improvvisazione continua e la poca pazienza per tutto ciò che richiede disciplina. **Rotta Chiara:** Metti ordine nelle basi: così le tue idee avranno finalmente spazio per crescere.

PESCI 19 febbraio - 20 marzo

Il Mood: È tempo di cambiamenti profondi e di affrontare alcune questioni rimaste in sospeso. **Cosa lasciare andare:** Le illusioni, le mezze verità e la voglia di evitare i confronti difficili. **Rotta Chiara:** Guarda la realtà con chiarezza, lascia andare ciò che non serve più e riparti più forte.

SOLUZIONI GIOCO

1 Il coniglietto - 2 Anello al naso del toro - 3 Canna del camino
4 Macchie cavallo - 5 Coda del gallo - 6 Baffo della capra - 7 Steccato sullo sfondo - 8 Corno della capretta - 9 Tetto della casa - 10 Albero





SCOPRI
DI PIÙ



Vuoi diventare AGENTE IMMOBILIARE?

Corso di abilitazione **senza passare**
dall'esame in Camera di Commercio.



180 ORE
TOTALI



RICONOSCIUTO
IN UE



CORSO 100%
ONLINE

Assicurati il tuo POSTO!

Contattaci oppure **scansiona il QR**



+39 351 651 7797

