

176

GIUGNO '26

il Faro

Distribuito nei comuni di: Bagnolo Piemonte, Barge, Borgo San Dalmazzo, Boves, Brossasco, Buco, Caraglio, Castellar, Centallo, Cuneo, Falicetto, Fossano, Lagnasco, Limone Piemonte, Manta, Moretta, Pagno, Plascò, Revello, Saluzzo, Savigliano, Verzuolo, Villafalletto, Brantasca.

unica[®]
CLINICA DENTALE
Dr.ssa Rossella SOLA

IL TUO SORRISO
PRIMA DI TUTTO

www.unicaclinicadentale.it



"Here
comes the
sun, and
I say, it's
all right."

-The Beatles-

Il Faro

- 5 EDITORIALE
- 6 EVENTI MOVIDA SALUZZO
- 8 EVENTI SALUZZO E PROVINCIA
- 15 RUBRICA BENESSERE
- 18 RUBRICA DI STILE - SUL PEZZO
- 20 COVER GIRL
- 24 MEDIA PARTNER
- 26 RICETTA DOLCE - VALE IN PADELLA

- 28 CV STREET
- 30 GIOCA CON BOBO
- 34 EVENTI MUSICALI - CHIARA GALLO
- 36 3 VOCI TRA LE PAGINE
- 40 RICETTA SALATA - VALE IN PADELLA
- 42 RUBRICA VIAGGI
- 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

Ragazza Cover: Sofia Vione

Fotografia

by alternativeADV - Marta Risso

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"

Summer Shift: ricarica la batteria, non spegnere il motore

Inutile girarci intorno: giugno è quel mese in cui l'asfalto comincia a scottare sul serio e la testa ti scappa via ogni volta che guardi fuori dalla finestra. Le giornate si allungano e la tentazione di mollare tutto, staccare la spina e andare in modalità "pausa totale" è fortissima. Ci hanno sempre venduto l'estate come il momento per spegnere il cervello e dimenticarsi chi siamo. Poi però arriva settembre, ti ritrovi al punto di partenza, più pigro e imballato di prima.

Ma qui al Faro non spegniamo le luci quando cambia la stagione. Impariamo solo a regolarle.

La vera ricarica di inizio estate non è starsene immobili a non fare nulla; è cambiare passo. Non ha senso buttare nel cesso le buone abitudini che hai fatto fatica a costruire in inverno – la disciplina, i tuoi progetti, la costanza nel prenderti cura delle tue cose. La sfida vera adesso è prendere tutta questa nuova energia che c'è nell'aria e incanalarla dove serve, senza perdere la rotta.

Pensa alla tua routine non come a una prigione da cui evadere, ma come alle fondamenta di una casa. A giugno il vento spinge forte: la mossa furba non è mollare il timone e farsi trascinare dalla corrente, ma aprire le vele per andare più veloce. Porta i tuoi progetti fuori dalle stanze chiuse, testa le tue idee sulla strada, fai respirare la mente all'aria aperta, ma rimani sul pezzo.

Per questa estate non ti auguriamo di sbraccare. Ti auguriamo di tenere i tuoi punti fermi, ma con la faccia al sole, lo sguardo dritto all'orizzonte e la marcia giusta per accelerare dove prima avevi paura di osare. C'è un sacco di luce là fuori: usiamola per spaccare, non per addormentarci. Buon inizio estate da Il Faro. Sgasiamo.

Anastasia Carlino

Editoriale

Movida&Eventi Saluzzo

FREEQUENCE

5-12-26 Giugno 2026

Quando il centro di Saluzzo si riempie di musica, luci e persone, significa solo una cosa: torna Freequence. Il 5, 12 e 26 giugno e il 5 luglio la città diventerà il cuore della movida estiva, tra dj set, musica live e locali aperti. Ogni piazza avrà il suo ritmo e un'atmosfera diversa da vivere tra amici e serate d'estate. Ad aprire l'edizione sarà anche la speciale Pink Night del 5 giugno, dedicata al passaggio del Giro d'Italia Women.

C'È FERMENTO

Dal 18 al 21 Giugno

Torna a Saluzzo C'è Fermento, l'evento che ogni estate unisce birra artigianale, cucina e convivialità. Per quattro giorni il Quartiere si trasformerà in un punto d'incontro tra birrifici da tutta Italia, street food, musica e voglia di stare insieme. L'edizione 2026 darà spazio anche al mondo dei fermentati, tra degustazioni e nuove scoperte gastronomiche. L'atmosfera saluzzese è pronta ad accendersi ancora una volta: C'è Fermento sta tornando!

Scopri il salone delle birre artigianali!

Informazioni sul salone

Il Quartiere – Ex caserma Mario Musso | Piazza Montebello, 1, 12037 Saluzzo

ORARI DI APERTURA

18 Giugno ore 18.00 - 24.00

19 Giugno ore 18.00 - 01.00

20 Giugno ore 18.00 - 01.00

21 Giugno ore 18.00 - 24.00



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  

Eventi del territorio

CALENDARIO EVENTI SALUZZO E PROVINCIA

Manifestazioni e fiere del territorio

ATIPICO FESTIVAL SAVIGLIANO

Dal 3 al 6 Giugno 2026

Atipico torna a Savigliano per la quinta edizione, con un programma ricco di musica, incontri e spettacoli che per tre giorni animeranno la città. Un festival indipendente capace di trasformare la provincia in uno spazio vivo, creativo e condiviso, dove nascono emozioni e connessioni autentiche.

Mercoledì 3 giugno all'Ala Polifunzionale sarà ospite speciale Pablo Trincia, che racconterà il dietro le quinte del suo lavoro, tra storytelling e giornalismo.

FREEQUENCE SALUZZO

5-12-26 Giugno 2026

Saluzzo si prepara ad accendersi con tre serate dedicate alla musica dal vivo e intrattenimento per tutte le età. Tra Dj set, musica dal vivo, aperitivi, artisti di strada e live painting, il pubblico potrà vivere un'atmosfera vivace e coinvolgente fino a tarda sera. Spazio anche ai più piccoli con attività e animazione

dedicate ai bambini. Ad arricchire l'evento ci saranno in programma mostre e presentazioni di libri, per una notte di festa, arte e socialità nel cuore della città.

Venerdì 5 giugno: Dress code rosa per celebrare insieme la tappa del Giro d'Italia Femminile.

APERITIVO IN CONSOLLE BRA

5-12-19-26 Giugno

Tutti i venerdì di giugno a Bra, dalle 19, torna l'appuntamento con gli aperitivi nel cuore del centro. Le vie della città si animano tra musica, dj set e proposte di street food, con locali che offrono aperitivi a tema e un sottofondo musicale che cambia ogni serata. Un evento itinerante che celebra l'aperitivo come momento di incontro, convivialità e piacere.

TORINO PRIDE TORINO

Data: 6 Giugno 2026

Quest'anno il Torino Pride festeggia 20 anni di storia nelle strade, dove

corpi e voci si incontrano per rivendicare diritti e libertà.

Non è solo una manifestazione, ma un impegno costante fatto di comunità e sostegno reciproco. Il cuore della mobilitazione sono le persone LGBTQIA+, soprattutto quelle più marginalizzate e invisibilizzate.

Il Pride si intreccia poi con altre lotte, come quelle contro discriminazioni, guerre e disuguaglianze.

Da queste connessioni si rafforza l'invito a restare uniti, perché la forza del cambiamento nasce soprattutto dalla collettività.

K-POP MANIA MONDOVI

Data: 6 Giugno 2026

Il fenomeno K-pop arriva a Mondovì: la città sarà protagonista di un grande evento live che riunisce alcune delle realtà musicali più popolari al mondo.

Le hit che hanno dominato le classifiche globali del K-pop si alterneranno alle musiche virali di Demon Hunters, creando un live dall'impatto dinamico e coinvolgente.

Ad animare la serata saranno performer professionisti, coreografie spettacolari e una produzione scenica pensata per ricreare l'atmosfera dei grandi eventi internazionali.

FIERA DEGLI ACCIUGAI DRONERO

6 - 7 Giugno 2026

Dronero ospita la tradizionale Fiera degli Acciugai, un evento che racconta la storia, i sapori e l'anima autentica della Valle Maira.

Tra street food, artigianato, musica, cultura occitana e attività per tutte le età, il paese si trasforma in un percorso ricco di profumi, incontri e tradizioni da vivere.

La manifestazione nasce per ricordare gli antichi acciugai, commercianti itineranti che partivano dalle valli alpine per vendere acciughe in



tutto il Piemonte, simbolo di sacrificio e intraprendenza. Oggi la fiera celebra quel passato attraverso degustazioni, prodotti tipici e momenti dedicati alla scoperta delle tradizioni locali.

GP OF PIEMONTE - BUSCA 7 Giugno 2026

Il GP d'Italia - Mondiale ed Europeo Supermoto 2026 arriva a Busca, portando in Piemonte uno spettacolo di velocità e spettacolarità su due ruote.

I migliori piloti del mondo si sfidano in una stagione internazionale che attraversa Europa tra curve, salti e sorpassi al limite. Dalla Spagna all'Italia, fino a Ungheria e Belgio, ogni gara è pura adrenalina. Un evento imperdibile per gli amanti della velocità e dello spettacolo.

TAPPA 9 GIRO D'ITALIA WOMAN - SALUZZO

7 Giugno 2026

Saluzzo sarà protagonista assoluta del Giro d'Italia Women.

La città ospiterà infatti la tappa finale, un emozionante anello di 143 km con partenza e arrivo nel cuore della città.

VUOI DIVENTARE
INSERZIONISTA?

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

Un percorso spettacolare e impegnativo, con le salite di Montoso, Colletta di Paesana e Colletta di Brondello a rendere la sfida ancora più avvincente.

Strade, borghi e vallate si animeranno di tifosi e appassionati, in un'atmosfera di festa che valorizza tutto il territorio.

Per Saluzzo sarà un appuntamento storico e imperdibile, che regalerà al pubblico una giornata ricca di sport, passione ed emozioni.

COLLISIONI FESTIVAL GAIA - SAN DAMIANO D'ASTI 13 Giugno

A San Damiano d'Asti, Piazza 1275 diventa il cuore della musica con l'energia travolgente di Gaia.

L'artista porterà sul palco la sua unica data piemontese regalando una serata tra ritmo, emozioni e atmosfere estive tutte da vivere.

In collaborazione con Collisioni Festival e La Barbera Incontra. Ingresso gratuito.

FEDEZ + IL PAGANTE SAN DAMIANO D'ASTI 14 Giugno

Nuovo colpo di scena dopo Gaia: Fedez e Il Pagante saranno protagonisti di una serata ricca di hit, in un'atmosfera piena di energia e partecipazione.

In collaborazione con Collisioni Festival e La Barbera Incontra. Biglietti disponibili da 10€.

PROMO HOLIDAY

Valida per luglio, agosto
e settembre

BLOCCA LA TUA OFFERTA

entro il 15 LUGLIO

● **MEZZA PAGINA €110 CAD.**

al posto di 150€

● **PAGINA INTERA €180 CAD.**

al posto di 250€

CONTATTACI

Marco: + 39 320 721 3605

grafica@ilfaromensile.it

MERCANTICO SALUZZO

14 Giugno 2026

Dalle 8.00, il centro storico di Saluzzo ospita il quarto appuntamento del "MercAntico 2026", il mercatino dell'antiquariato minore e dell'usato organizzato dalla Fondazione Amleto Bertoni. Tra vie, piazze e caffè del centro, decine di espositori animeranno la città con oggetti vintage, mobili, curiosità e pezzi unici, in un percorso ideale per appassionati di collezionismo ma anche per chi ama una domenica di passeggio tra atmosfere suggestive. Un'occasione per scoprire, curiosare e lasciarsi sorprendere dal fascino senza tempo della città.

ESCURSIONE ALLE CAVE DI ALABASTRO BUSCA

14 Giugno 2026

A pochi minuti dal centro, cinque gole scavate nella collina custodiscono un tesoro naturale e storico:



le cave di alabastro rosa, famose per le loro venature uniche. Un angolo dove natura e storia si intrecciano, le visite alle cave, con partenze alle 9:30 e alle 15:00, sono l'occasione ideale per esplorare un luogo unico e poco conosciuto, scoprendo la storia dell'alabastro e la bellezza dei suoi paesaggi naturali. È necessaria la prenotazione.

OUTDOOR - PAGNO

14 Giugno 2026

La Valle Bronda diventa il punto d'incontro per chi ama camminare, pedalare e vivere la natura all'aria aperta.

Il Pagno Outdoor Fest propone percorsi dedicati a camminatori e biker, con itinerari di diversa difficoltà pensati per adattarsi a ogni livello di esperienza. Dopo sentieri e pedalate, spazio al relax con la visita guidata all'Abbazia e l'Aperibike delle 17, per vivere il territorio fino al tramonto.

Un evento pensato per trascorrere una giornata tra sport, natura e voglia di stare insieme.

Partenza: h 9, Piazza Mercato
Prenotazioni su whatsapp al:
+39 327 5453445
Iscrizione 5€

C'È FERMENTO SALUZZO

dal 18 al 21 Giugno

La 16° edizione della manifestazione dedicata alla birra artigianale di qualità torna a Saluzzo negli spazi

**auto
mattiauda**



Concessionaria Ufficiale NISSAN, MAZDA, MG



Ti aspettiamo in Showroom per un Test Drive
Portami in Concessionaria per un EXTRA SCONTO

CUNEO   

Via Torino 381, Cuneo
0171.682594

staffautomattiauda@mattiaudagroup.com

BRA (CN) 

Via Plinio il Vecchio 1, Bra
0172.190871

infobra@mattiaudagroup.com

www.mattiaudagroup.com

Valori medi consumo combinato (WLTP) Nissan Micra - Emissioni CO2: 0 g/km - Consumo elettrico: 18,9/100 Km 14,7
Mazda CX-5 - I veicoli sono omologati secondo la procedura di omologazione WLTP (Regolamento UE 2017/115) e i regolamenti CE 1150/2007. I dati forniti provengono da test ufficiali del costruttore. Oltre al rendimento del motore, anche la stile di guida ed altri fattori (non tecnici) possono incidere sul consumo di carburante e sulle emissioni di CO2 (fattibile ridurre fino a 10% sul totale) senza compromettere il rendimento del veicolo. I consumi e le emissioni possono variare in base alle condizioni di guida e di consumo ed emissioni CO2 della vettura.
MG ZS Consumo ciclo misto (WLTP): 6,5-8,1/100 km/Emissioni CO2 ciclo misto (WLTP): 145 g/km

de "Il Quartiere".

L'evento unisce gusto, convivialità e atmosfera in un'esperienza tutta da vivere. Birrifici selezionati da tutta Italia e ospiti stranieri porteranno sapori autentici, accompagnati da street food e cucine regionali provenienti da tutta l'Italia.

Un appuntamento perfetto per scoprire nuove birre, trascorrere una serata diversa e vivere l'energia di uno degli eventi più attesi dell'estate saluzzese.

ARTIE 5IVE - CONCERTO SAVIGLIANO

28 Giugno 2026

L'area fieristica di Savigliano ospita il live di Artie 5ive, artista simbolo della nuova generazione rap italiana.

Un concerto carico di ritmo e personalità, dove influenze drill e sonorità contemporanee si fondono in uno spettacolo energetico e travolgente. Un appuntamento estivo che porta sul territorio uno degli artisti più rappresentativi del panorama urban italiano attuale.

SCOPRI IL NOSTRO SITO WEB



LA FISICA CHE CI PIACE CARRÙ

20 Giugno 2026

La fisica diventa spettacolo e racconto con Vincenzo Schettini, ospite in piazza Divisione Alpina a Carrù. Il docente, noto per "La fisica che ci piace", è oggi uno dei divulgatori scientifici più amati in Italia. Attraverso un linguaggio diretto e appassionato, riesce a trasformare una materia complessa in un'esperienza di scoperta accessibile a tutti. Un appuntamento pensato per giovani e famiglie, promosso da Ascom Carrù.

FULMINACCI PARCO DELLA CERTOSA COLLEGNO

25 Giugno 2026

Collegno si prepara ad accogliere l'energia e la musica di Fulminacci. Con il suo stile diretto e autentico, l'artista porterà sul palco uno spettacolo fatto di emozioni ed ironia. Tra hit amate dal pubblico, momenti più intimi e sonorità coinvolgenti, il live accompagnerà il pubblico in una serata indimenticabile. Una serata di musica live pensata per far cantare e divertire tutte le generazioni.

RUN THE NIGHT CUNEO

26 Giugno 2026

Cuneo si accenderà di una luce speciale con Run The Night: la corsa notturna dedicata alla solida-



ALICE PRON

Dieta e palestra spesso non bastano per perdere peso?

In Naturopatia sul tema dimagrimento si tiene conto di 4 pilastri fondamentali e ignorarne anche solo uno può rallentare tutto il resto!

Ecco i 4 pilastri da tenere in considerazione:

1) DEPURAZIONE

Il fegato non è solo un organo digestivo: regola il metabolismo di zuccheri e grassi. Quando è sovraccarico di scorie, questo lavoro rallenta e il corpo risponde con accumulo di grasso viscerale, stanchezza e difficoltà a utilizzare bene l'energia. Prima si creano le condizioni giuste nell'organismo e si depura il nostro caro fegato, poi il resto segue.

2) EQUILIBRIO INTESTINALE

Il microbiota, i miliardi di microrganismi che abitano il nostro intestino, influenza come assorbiamo i nutrienti, come gestiamo il senso di sazietà e persino l'umore. Un intestino in squilibrio sabotava i nostri sforzi in modo silenzioso. Riequilibrarlo e migliorare la composizione della flora batterica è spesso il punto di svolta.

3) GESTIONE DELLO STRESS

Il cortisolo alto manda al corpo un messaggio preciso: conserva energia, accumula grasso, soprattutto in zona addominale. Inoltre stimola la voglia di zuccheri e cibi calorici, non per debolezza, ma per biochimica. Lo stress non si ignora: si lavora su di esso con tecniche di gestione e rimedi naturali.

4) SUPPORTO ORMONALE

Tiroide, insulina, estrogeni: gli ormoni decidono dove e come il nostro corpo accumula. Quando le ghiandole non ricevono il nutrimento e il supporto di cui hanno bisogno, tutto l'equilibrio ne risente. Sostenere questo sistema con rimedi naturali e scelte mirate permette di creare le basi per un buon equilibrio.

Il corpo non è una macchina ma va visto come un ecosistema.

Non ha senso intervenire su un solo aspetto lasciando gli altri in squilibrio.

La naturopatia lavora esattamente su questo: vedere le connessioni, ascoltare i segnali del tuo organismo e costruire un percorso che sia davvero su misura per te con tecniche e consigli di riequilibrio, depurazione e gestione dello stress.

Vuoi capire da dove iniziare il tuo percorso?

CONTATTAMI per un consulto di Naturopatia personalizzato

ALICE PRON | Naturopata da 16 anni

Iscritta alla federazione nazionale naturopati professionisti

+39 3479703327 | Saluzzo (Cn) e online

Instagram: alice.pron_naturopata

www.centrosalutenaturale.com

rietà e al benessere psicologico dei più giovani.

Tra le vie della città, sport, energia e condivisione si uniranno per sostenere la salute mentale giovanile e sensibilizzare su un tema sempre più importante.

Non si tratta di una semplice corsa, bensì sarà un momento di incontro e partecipazione capace di trasformare ogni passo in un gesto concreto di supporto, speranza e vicinanza.

I percorsi disponibili sono:

21 km di corsa competitiva

10 km di corsa non competitiva

10 km di camminata veloce "FITWALKING"

Per ogni partecipante verranno devoluti 10€ all'associazione "C'È DA FARE".

VOGLIO TORNARE NEGLI ANNI '90 - MONDOVÌ

27 Giugno

Mondovì si prepara a trasformarsi in una grande festa con "Voglio Tornare Negli Anni '90", il live show che fa ballare tutta l'Italia.

In piazza d'Armi, musica, luci ed effetti speciali daranno vita a un'esperienza coinvolgente e tutta da cantare.

Le hit più iconiche degli anni '90, performance live, animazione e gadget esclusivi accompagneranno il pubblico in un vero viaggio nel tempo tra nostalgia ed energia. Ad arricchire la serata anche un'area

food & beverage dedicata, perfetta per vivere l'evento dall'aperitivo fino a notte fonda.

Biglietti a partire da 11,50€.

Sotto i 7 anni gratuito.

LA FAUSTO COPPI CUNEO

28 Giugno 2026

La 37ª edizione della La Fausto Coppi Generali torna a far vivere le strade di Cuneo con il fascino di un percorso che unisce fatica, natura e passione sportiva.

La mattinata si apre alle 7.00 con la partenza di Granfondo, Mediofondo e Fauniera Classic, seguite alle 9.30 dalla Mangia&Pedala.

Dal primo pomeriggio sono attesi i primi arrivi, fino alla chiusura della manifestazione alle 17.00



Percorso Granfondo:

Si sviluppa su 172 km e oltre 4.300 metri di dislivello, un percorso impegnativo che si stacca subito da Cuneo e attraversa le valli cuneesi.

Si procede in direzione Busca, quindi la salita verso Sampeyre.

Segue il passaggio al Colle Fauniera e la discesa in Valle Stura.

Chiusura con la Madonna del Colletto e rientro a Cuneo.

Percorso Mediofondo:

Con 111 km e 2.550 metri di dislivello, propone un percorso più breve ma intenso che da Cuneo passa per Caraglio e si inoltra in Valle Grana. Subito si affronta la salita del Colle Fauniera, la più impegnativa del tracciato.

Segue una lunga discesa verso Demonte, quindi la salita della Madonna del Colletto.

Il percorso si chiude con il rientro a Cuneo passando da Valdieri e Borgo San Dalmazzo.

Percorso Fauniera Classic:

Per chi non vuole gareggiare ma desidera pedalare tra paesaggi straordinari è previsto un percorso non competitivo.

Da Cuneo si prosegue verso Caraglio e la Valle Grana, dove dopo poco inizia la salita.

Si passa per il Colle Fauniera e successivamente segue una lunga discesa verso Demonte, poi il rientro a Cuneo passando da Borgo San Dalmazzo.

Mangia & Pedala

La Mangia & Pedala propone un itinerario cicloturistico tra le campagne e i panorami dei dintorni di Cuneo.

Il percorso attraversa aziende agricole del territorio dove saranno offerte degustazioni di prodotti tipici. Un modo diverso di vivere la bicicletta, tra natura e tradizioni locali.

ESCURSIONE CON GLI ALPACA - CANOSIO

28 Giugno e 4 Luglio 2026

A Canosio tornano le passeggiate con gli alpaca organizzate da Mair Alpaca. Le escursioni, della durata di circa un'ora e mezza e con un dislivello di 150 metri, partiranno alle 10.00, 13.30 e 15.30.

Un'esperienza immersa nella natura, tra prati e paesaggi alpini, da vivere in compagnia degli alpaca alla scoperta delle meraviglie del territorio.

COLLISIONI FESTIVAL PIAZZA MEDFORD, ALBA

4 Luglio 2026

Ad Alba arriva INDIEWOOD, l'evento che riunisce alcune delle personalità più seguite della scena

VUOI DIVENTARE INSERZIONISTA?

Contattaci al:

+39 320 7213 605
grafica@ilfaromensile.it

CONTINUA A PAG.39

Sul Pezzo Moda. Tendenze. Lifestyle.



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

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 anche scegliere capi che ci facciano stare bene, soprattutto quando arriva il caldo.

Giugno è il mese del lino

Con l'arrivo di giugno cambia il modo di vestirsi. Le giornate si allungano, le



temperature salgono e il guardaroba inizia naturalmente a diventare più leggero. Ed è proprio qui che entra in gioco uno dei tessuti che amiamo di più in assoluto: il lino.

Fresco, elegante e incredibilmente piacevole da indossare, il lino è uno di quei materiali che ogni estate torna protagonista e non solo per una questione estetica. È una fibra naturale pregiata, capace di garantire traspirabilità e comfort anche nelle giornate più calde, lasciando la pelle libera di respirare.

Non è un caso se, appena arriva la bella stagione, camicie, pantaloni e polo in lino diventano i veri alleati dell'estate. Una camicia in lino, magari portata leggermente aperta sopra una t-shirt leggera, è perfetta per creare un look rilassato ma curato.

Un pantalone in lino, invece, riesce a dare immediatamente un'idea di eleganza naturale senza risultare pesante o troppo costruita.

Stile&Tendenze

Anche la polo in lino sta vivendo un momento fortissimo: pratica, versatile e ideale per chi vuole qualcosa di più ricercato rispetto alla classica t-shirt, ma sempre facile da indossare.

Il bello del lino è proprio questo: riesce a essere raffinato senza sforzo. Quelle leggere pieghe naturali che si creano con l'utilizzo non sono un difetto, ma parte della sua personalità. Raccontano un modo di vestire più autentico, rilassato e perfetto per la stagione estiva.

Che sia per una giornata in città, un weekend al mare o una vacanza, il

lino resta una delle scelte migliori per affrontare il caldo con stile e leggerezza.

Perché a volte basta il tessuto giusto per cambiare completamente il modo in cui vivi un outfit.

E a giugno, il protagonista non può che essere lui: il lino. Decisamente sul pezzo!

myroomsaluzzo.com

myroomsaluzzo



COVER GIRL

COVER GIRL

Sofia Vione

Mi chiamo Sofia Vione, ho 28 anni, sono laureata in Graphic Design e da alcuni anni lavoro come graphic e web designer presso AlternativeAdv. Una realtà dinamica, creativa e sempre aperta a nuove opportunità, che cura anche l'editing e la progettazione de Il Faro di Saluzzo.

La comunicazione visiva è da sempre una delle mie passioni: amo l'arte, il design e tutto ciò che riesce a raccontare una storia attraverso immagini, colori e dettagli.

Nel mio lavoro cerco di dare forma a idee creative capaci di trasmettere emozioni e identità in modo autentico e contemporaneo.

Nel tempo libero adoro viaggiare, scoprire nuovi luoghi e lasciarmi ispirare da culture e atmosfere diverse.

Essere stata ragazza copertina de Il Faro è stata un'esperienza inaspettata e divertente, che mi ha permesso di vivere il magazine da un punto di vista ancora più personale e creativo.



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



All'interno di AlternativeAdv seguo anche la progettazione grafica de Il Faro, un progetto editoriale che sento particolarmente vicino perché rappresenta il territorio attraverso storie, eventi, attività e persone. Mi piace contribuire a costruire un'identità visiva riconoscibile, moderna, capace di valorizzare i contenuti e renderli coinvolgenti per chi legge. Credo che il design non sia solo estetica,

ma uno strumento di comunicazione che può creare connessioni autentiche e dare personalità ad ogni progetto. Ogni esperienza professionale, così come ogni viaggio e ogni incontro, arricchisce il mio modo di progettare e mi spinge a osservare il mondo con curiosità, sensibilità e voglia di evolvermi continuamente.



Scopri qui tutti
gli scatti della
COVER GIRL
INQUADRA IL QR



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



Vorresti
essere
la prossima
**RAGAZZA
COVER?**

CONTATTACI AL:

+39 338 73 86 602

Oppure candidati **QUI**



Pietratec 2026 IL RECAP

I numeri di un successo targato

Fiera della Pietra di Bagnolo Piemonte

L'edizione 2026 di PietraTec va in archivio con ottimi risultati. I quattro giorni di manifestazione a Bagnolo Piemonte hanno confermato l'evento come un punto di riferimento per tutto il comparto lapideo.

I numeri parlano chiaro: circa 80 espositori presenti arrivati anche da fuori regione (come Verona e la Toscana), oltre 600 professionisti accreditati tra i vari convegni tecnici e le visite in cava, e migliaia di visitatori che hanno riempito l'Area Expo tra macchinari giganti, movimentazione terra e artigianato.

Dalle sfide sui mezzi meccanici fino allo spacco manuale della losa, PietraTec ha messo in mostra tutta la filiera di un materiale che continua a evolversi.



Il Faro sul pezzo: eravamo MEDIA PARTNER!

Noi de Il Faro abbiamo seguito l'evento in prima linea come Media Partner Ufficiale. Siamo stati in mezzo alla gente, tra gli stand e sulla strada, per raccontare da vicino la concretezza di questo lavoro e le storie di chi lo vive ogni giorno. Ci piace stare dove le cose accadono davvero e dare voce al territorio.

Stai organizzando una fiera, un festival o un grande appuntamento di settore?

Se anche tu vuoi che Il Faro diventi la rivista ufficiale del tuo evento, scrivici e contattaci. Facciamo girare la voce insieme.

Contattaci:

Anastasia +39 338 738 6602 • grafica@ilfaromensile.it





MATTONELLA ALLA NUTELLA

Preparazione

In una ciotola unire il mascarpone e la Nutella ed amalgamare con cura fino ad ottenere un colore omogeneo.

Spalmare su ciascun biscotto la crema e coprire con un altro biscotto formando dei piccoli panini.

Prendere un piatto da portata e spalmare sulla base un pochino di crema in modo che faccia da collante. Prendere ciascun "panino" biscotto, bagnarlo molto rapidamente nel caffè, spalmare su un lato la crema ed appoggiarlo in verticale sul piatto da portata.

Procedere in questo modo con tutti i panini fino a formare una mattonella.

Con la crema avanzata ricoprire totalmente la mattonella, spolverare la sommità con la granella di nocciole e fare riposare in frigorifero almeno 4 ore prima di servire.



Ingredienti

250 g di mascarpone

2 cucchiaini di Nutella o altra crema spalmabile al cioccolato

200 g di biscotti tipo Oro Saiwa

Caffè (circa 6 tazzine)

Granella di nocciole



Scopri qui i video tutorial!
INQUADRA IL QR

@valeinpadella



Clementoni®



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

CV STREET

CV STREET OPPORTUNITÀ IN MOVIMENTO

Sull'asfalto non si va in vacanza: regole di sopravvivenza e contrattacco per l'estate

Per l'estate 2026, il mercato del lavoro non va in letargo, semplicemente cambia pelle. Mentre gli uffici si svuotano e il centro direzionale rallenta, la strada resta attiva. C'è chi usa questi mesi per cambiare marcia e sorpassare a destra, e c'è chi deve imparare a difendere i propri confini per non farsi tritare dal motore sempre acceso della reperibilità.

TIP 1: THE GHOST NETWORKING (INFILTRARSI NEI DM LIBERI)

A Ferragosto mandare un CV standard all'indirizzo info@azienda.it è un suicidio tattico: finirà sommerso da mille mail di sfoltimento al rientro o cancellato per fare spazio. La mossa "street" è un'altra.

La strategia: Tra luglio e agosto, i manager e i recruiter di alto livello hanno le agende svuotate dalle riunioni inutili. Sono più rilassati, passano il tempo sui feed social e hanno i DM (messaggi privati) di LinkedIn finalmente liberi.

L'azione: Non venderti. Non chiedere lavoro. Agganciali con un approccio informale su un tema caldo del 2026 (un nuovo trend di settore, un post che hanno scritto, una riflessione acuta). Crea la relazione ora, quando hanno tempo di risponderti. Quando a settembre apriranno le posizioni, il tuo nome sarà già familiare.

TIP 2: MICRO-SKILLING SOTTO L'OMBRELLONE (POCHE CHIACCHIERE, COMPETENZE D'ASSALTO)

Basta con i buoni propositi irrealistici tipo "quest'estate farò un master da 80 ore". Finirai per non aprire nemmeno il primo PDF. La strada richiede competenze verticali, rapide, spendibili domani mattina.

La strategia: Sfrutta i tempi morti (il viaggio in treno, la prima ora del mattino sul balcone) per masterizzare una micro-competenza iper-specifica.

L'azione: Scegli un tool di Intelligenza Artificiale applicato esclusivamente al tuo settore, approfondisci il prompt engineering avanzato per la tua nicchia o studiatene tre tecniche di negoziazione rapida dei contratti. Cinque ore di studio mirato e

pratico ad agosto valgono più di un intero corso teorico seguito svogliatamente a ottobre.

Il trend del momento è lavorare da mete esotiche o borghi sperduti, unendo il dovere al piacere. La realtà della strada, però, ci dice che spesso il workation si traduce in dodici ore passate davanti al PC con il condizionatore al massimo, il riflesso del sole sullo schermo e il nervoso di vedere gli altri che vanno al mare.

La strategia: Se decidi di farlo, devi stabilire un coprifuoco digitale militarizzato.

L'azione: Dividi la giornata in blocchi rigidi e non negoziabili. Lavori dalle 7:00 alle 13:00? Alle 13:01 il computer deve essere spento, chiuso nello zaino e lasciato in stanza. Non esistono "occhiate rapide allo smartphone" sul bagnasciuga. La strada non perdona chi fa finta di lavorare mentre finge di essere in vacanza: finisci per collezionare errori professionali e frustrazione personale.

1 IMPIEGATO / IMPIEGATA DI MAGAZZINO CON PATENTINO DEL CARRELLO ELEVATORE

La risorsa si occuperà del carico/scarico merci dai mezzi con l'utilizzo del carrello elevatore, sistemazione merci in magazzino, movimentazione carichi pesanti, gestione e controllo dei documenti su apposito gestionale interno attraverso l'utilizzo di palmari e pc. Inoltre, supporterà il personale interno nella pesa delle merci e nella compilazione dei formulari, sia cartacei che digitali.

Offriamo un contratto a norma di legge diretto in azienda con retribuzione commisurata all'esperienza.

L'orario di lavoro sarà giornaliero dal lunedì al venerdì.
Luogo di lavoro: Vicinanze Costigliole Saluzzo (CN).

Requisiti:

Il candidato / la candidata ideale si presenta in possesso del patentino del carrello elevatore in corso di validità, esperienza all'interno di un magazzino in analoga mansione, predisposizione al lavoro fisico e buone competenze informatiche.

Annunci a cura di

Synergie Italia Spa, filiale di SALUZZO

*L'offerta è rivolta a candidati nel rispetto del Dlgs 198/2006 e dei Dlgs 215/2003 e 216/2003. Le persone interessate sono invitate a leggere l'informativa privacy ex artt. 13 e 14 del Reg. UE 2016/679. Aut. Min. Prot. N. 1207 - SG del 16/12/2004.



LE AVVENTURE DI BOBO:

Milo e la Ricarica a Pancia in Sù

Una gita al lago e un nuovo amico

Il sole di giugno picchiava forte e le giornate si erano fatte lunghe e calde. Per rinfrescarsi un po', Bobo, con la sua inseparabile sciarpa rossa appesa allo zaino per il troppo calore, aveva organizzato una bellissima gita al lago insieme alla Volpina Scintilla e al Coniglio Mirtillo. I tre amici, però, arrivarono sulla riva un po' affannati dal viaggio.

«Uffa, non ce la faccio più, questo caldo mi toglie tutte le forze!», si lamentò Scintilla, sdraiandosi sfinita sui sassi della spiaggia. Anche Mirtillo, con le orecchie un po' calate, si puliva gli occhiali appannati dal sudore: «Hai ragione, cara Scintilla. Oggi l'aria è pesante e persino i miei salti sono diventati più corti».

Splash! All'improvviso, dall'acqua limpida del lago spuntò un musetto tondo con dei lunghi baffi bagnati che brillavano al sole. Era Milo, la Lontra. Con un guizzo agile, Milo salì su uno scoglio liscio, scuotendo la sua pelliccia castana e spruzzando qualche goccia fresca tutt'intorno.

Bobo salutò incuriosito: «Ciao Milo! Stavamo solo cercando un modo per ricaricare le nostre energie, il caldo estivo ci ha fatto finire tutte le batterie!». Il nuovo amico fece una capriola nell'acqua e tornò a galla a pancia in su, galleggiando beato. «Voi piccoli correte troppo sotto il sole», disse Milo con saggezza, lasciandosi cullare dalle onde. «L'inizio dell'estate non si affronta sfidando il caldo. Quando la terra scotta, la vera magia è saper rallentare, tuffarsi nelle cose fresche e cambiare ritmo. Io non lotto contro il sole: mi godo l'acqua, ascolto il movimento del lago e lascio che la natura mi ricarichi».

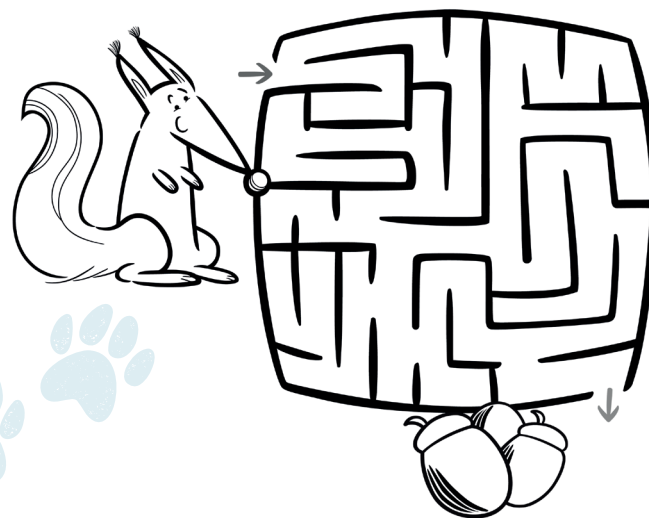
Scintilla, bagnandosi le zampe nell'acqua fresca, sentì subito le forze ritornare: «È vero! Sentire il fresco del lago mi fa stare molto meglio!». Mirtillo disse felice: «La natura ci dà sempre quello di cui abbiamo bisogno, basta avere il cuore pronto a fermarsi e ascoltarla».

CHIAO AMICI, SIETE PRONTI A SCOPRIRE LE MIE AVVENTURE?

CHIAO AMICI, IO SONO MIRTILO



Il Labirinto



Il Lavoretto: Il Ventaglio di Milo

La sfida di questo mese: Creiamo il nostro scudo contro il caldo selvaggio!

Cerca: Durante una passeggiata sulla riva del lago, nel bosco o nei prati, raccogli 3 o 4 grandi foglie cadute (quelle di platano, quercia o castagno sono perfette) e un legnetto robusto.

Prepara: Prendi un cartoncino rigido di recupero (va benissimo quello delle scatole dei cereali) e ritaglialo a forma di grande foglia o di semicerchio.

Crea: Incolla le foglie vere sul cartoncino per decorarlo, oppure usa i pennarelli per disegnarci sopra il simpatico musetto con i baffi della Lontra Milo.

Assembla: Fissa con un po' di nastro adesivo forte il legnetto sul retro del cartoncino per creare il manico del tuo ventaglio.

Usa: Ora hai il tuo ventaglio naturale! Usalo per farti vento ogni volta che il sole scotta troppo, proprio come fa il saggio Milo per godersi l'estate al fresco.





Come sono nate "Le Avventure di Bobo"

Volevo raccontarvi da dove arriva tutto questo. Questa rubrica non è un'invenzione a tavolino, ma qualcosa di vero, nato da una storia d'amore che per me è tutto. Il protagonista, Bobo, è il peluche preferito di mia figlia Vittoria.

È arrivato a casa ancora prima che lei nascesse, come se la stesse già aspettando. Da allora, non si sono più staccati. Bobo è diventato il custode dei suoi sogni, l'amico che la vede crescere giorno dopo giorno e il filo invisibile che unisce me, lei e tutta la nostra fantasia. Queste storie sono un inno all'amicizia, a quella pura che ti fa sentire al sicuro, ma sono soprattutto una dedica d'amore a Vittoria e al legame immenso che c'è tra noi. Scrivo queste pagine per lei, con la speranza che mantenga sempre questa magia dentro di sé e che lo stesso amore possa arrivare a tutti i bambini che leggono.

Anastasia&Vittoria

La morale di Bobo

«Arriva un momento, all'inizio dell'estate, in cui la mossa più gradevole che si possa fare è fermarsi. Non siamo fatti per correre sempre: a volte la vera ricarica consiste nel cercare la freschezza, ascoltare il rumore dell'acqua e dare tempo alla mente di rigenerarsi. Ricorda: per splendere come il sole, bisogna prima saper galleggiare leggeri come la lontra con un pizzico di pazienza!»



I PROFESSIONISTI DELLE AVVOLGIBILI SEMPRE CON VOI



GIULIANO E C. AVVOLGIBILI - BOVES (CN)
Via Milia, 4 • 0171 388245 • Cell. 335 7885526
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

Da Collisioni al Kappa FuturFestival:

ESTATE IN MUSICA TRA CUNEO E TORINO

L'estate tra Cuneo e Torino si prepara per i principali festival musicali della stagione. Dal Collisioni al Kappa FuturFestival, dall'elettronica al pop, tutti i generi si potranno ascoltare live in entrambe le province. In calendario artisti come Caparezza, ma anche Charlotte De Witte, Sayf, Emma. Star italiane e internazionali sotto i cieli piemontesi da giugno fino a settembre. È tempo di aprire l'agenda e segnare le principali rassegne con i nomi in line up. Tra i principali festival del Torinese, spiccano il Flowers Festival e il KappaFuturFestival.

FLOWERS

Torina alla Certosa di Collegno, il Flowers Festival.

I concerti in programma sono:

- 25 giugno - Fulminacci;
- 26 giugno - La Niña + Okgiorgio;
- 27 giugno - Mannarino;
- 1 luglio - Tony Pitony;
- 2 luglio - Tutti Fenomeni + Faccianuvola;
- 3 luglio - Voglio Tornare Negli Anni 90;
- 4 luglio - Negramaro;
- 8 luglio - Ernia;
- 9 luglio - Gio Evan;
- 14 luglio - I Cani;
- 15 luglio - Subsonica;
- 16 luglio - Sarafine + Lamante + Giulia Mei;
- 17 luglio - Tony Pitony.

KAPPA

Annunciata anche la line up completa e ufficiale di Kappa FuturFestival in programma dal 3 al 5 luglio al Parco Dora con oltre 120 artisti di calibro nazionale e internazionale. Tra quelli più attesi Charlotte De Witte, Chris Lake, Maceo Plex, Solomun, Seth Troxler, Alignment e Fatima Hajji, Sammy Virji, Max Cooper LIVE AV, Lil Louis, Agoria, Mía Koden, Chez Damier, John Talabot, Jane Fitz B2B Rhadoo, Massano, Max Dean B2B Luke Dean, Four Tet, Chloè Caillet, Luke Alessi, Batu, Anthea e Simone de Kunovich, D-Leria presenta Kongas, Adrián Mills, AVALAN ROKSTON, Beatrice M., Chloè Caillet B2B Luke Alessi, Dean Bryce, Drums and Chants, Fiorella, Four Tet, Nosedrip, Olympe, Restricted, Riverside, Shkedul B2B Enrico Vivaldi, The Robinson, Tini Gessler, Viviana Casanova e Wah Wah Wino.

Entrando in provincia di Cuneo, sono due le rassegne da non perdersi: **Collisioni e Anima Festival.**

COLLISIONI

Il Collisioni animerà il centro di Alba per tre serate nel cuore dell'estate.

27 giugno - Ben Harper & The Innocent Criminals;

4 luglio - Alfa, Frah Quintale, Andrea Cerrato e Marco Castello;

5 luglio - Morad, Sayf e Nerissima Serpe.

21 luglio - Sal Da Vinci.

24 luglio - Max Angioni (commedia)

3 settembre - Riccardo Cocciante

5 settembre - Claudio Baglioni.

A cura di Chiara Gallo

ANIMA

Torna anche l'Anima Festival nell'Anfiteatro di Cervere.

10 luglio - Emma Marrone.

12 luglio - Madame,

16 luglio - Serena Brancale,

18 luglio - Luca Carboni,

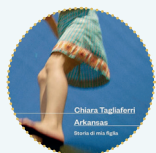


3 Voci tra le Pagine



LIBRERIA MONDADORI SALUZZO

A cura di Chiara, Elisa e Monica



RECENSIONE CHIARA

Arkansas. Storia di mia figlia di Chiara Tagliaferri

Quando Chiara ha preso in braccio Lula, tutto ciò che era venuto prima, anni di attesa, di tentativi falliti, di rabbia cliniche e speranze spezzate, si è dissolto. Rimaneva solo una certezza immediata: quella bambina era sua. Non per la genetica, ma per un amore ostinato, in grado di resistere anche quando il corpo aveva dichiarato la resa.

Eppure il desiderio di un figlio per Chiara Tagliaferri e Nicola Lagioia è nato in silenzio, crescendo però fino a diventare inevitabile al tramonto dei trent'anni di lei. La menopausa precoce ha però cambiato tutto: il tempo per loro è ben presto diventato una corsa tra ospedali, ormoni e fecondazioni assistite, mentre ogni fallimento lasciava un vuoto sempre più profondo.

Dopo sette anni, Chiara e Nicola hanno scelto la gestazione per altri. Negli Stati Uniti hanno trovato un percorso possibile e nel 2023, in Arkansas, hanno incontrato Daisy, la donna che ha reso possibile la nascita di Lula.

"Arkansas. Storia di mia figlia" racconta questa attesa e questa nascita, riflettendo sulla maternità non come fatto biologico ma come legame d'amore, sulla fragilità dei corpi e sul desiderio profondo di dare vita e prendersene cura.



RECENSIONE MONICA

Variation di Rebecca Yarros Sperling & Kupfer

Persona giusta. Posto giusto. Tempo sbagliato. Può un sentimento resistere al tempo e divampare, a distanza di anni, nonostante segreti, bugie e omissioni?

Rebecca Yarros racconta una storia d'amore che ha il sapore delle vecchie pellicole romantiche degli anni Novanta, dove la trama tortuosa è paragonabile a un viaggio sulle montagne russe emotive. La scrittura è fluida e rende le scene egregiamente descritte quasi cinematografiche. La tensione tra i due protagonisti è palpabile sin dalle prime battute ma mai scontata, mai banale nel suo evolversi e mutare, capitolo dopo capitolo.

Un pizzico di mistero e segreti familiari mai svelati dona quel tocco in più a un volume di cui si parla davvero troppo poco e che ha tutte le caratteristiche per essere uno dei romance migliori approdati lo scorso anno nelle librerie italiane. In attesa della trasposizione cinematografica della storia di Allie e Hudson, lasciatevi dunque cullare dalle pagine di questo romanzo. Delicato, dolce, intenso, mai banale.



INQUADRA IL QR
E scopri le altre
recensioni

CARAGLIO

GOMME



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

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

GARAGE ITALIA



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

CONTINUA DA PAG.17

indie italiana.

I protagonisti della serata saranno Andrea Cerrato, Alfa, Marco Castello e Frah Quintale, che porteranno sul palco uno spettacolo coinvolgente tra grandi successi, atmosfere estive ed energia da vivere fino all'ultima canzone.

Biglietti a partire da 35€

**FRANCESCA MICHIELIN
PAESANA - LOCALITÀ
AGLIASCO**

5 Luglio

Dalle 15.30 Il palco di Suoni dal Monviso si prepara ad accogliere il talento e l'eleganza di Francesca Michielin. Ai piedi del Monviso, tra natura, tramonto e musica dal vivo, il pubblico vivrà una giornata emozionante in cui la voce dell'artista incontrerà uno dei panorami più suggestivi del territorio.

Biglietto ridotto per under 10
Ingresso gratuito per persone con



disabilità e per i bambini fino a 5 anni.

**SALUZZO CONTEMPORANEA - 18ª EDIZIONE
TRACCIANDO IL SENTIERO
ARTE, AMBIENTE, VISIONI
DEL FUTURO
SALUZZO**

Fino al 13 settembre 2026

La castiglia di Saluzzo accoglie una mostra che invita il pubblico a riflettere sul ruolo dell'arte contemporanea come spazio di responsabilità etica e creativa, in dialogo con le sfide del presente.

Si tratta di un percorso fatto di linguaggi diversi che esplora il rapporto tra energia, materia e spazio, offrendo nuove visioni del nostro modo di abitare il pianeta.

In un'epoca segnata da accelerazioni tecnologiche, crisi ambientali e nuovi modi di percepire il mondo, le opere non si limitano a osservare la realtà, ma la trasformano in un campo vivo di ricerca e sperimentazione.

**Vorresti essere
la prossima
RAGAZZA COVER?**

Contattaci al:
+39 338 73 86 602
grafica@ilfaromensile.it



ZUCCHINE RIPIENE

Preparazione

Lavare le zucchine e tagliare la parte alta. Con uno scavino eliminare la parte interna. Tenere da parte sia la parte interna che quella alta.

Tritare al coltello la polpa delle zucchine ed unirle al macinato, aggiungere l'uovo intero, il parmigiano, il pangrattato ed aggiungere di sale e pepe.

Mescolare il tutto con una forchetta oppure con le mani fino ad ottenere un composto ben amalgamato. Farcire le zucchine con il ripieno fino a riempimento. Ungere una pirofila con l'olio ed

un filo di acqua. Disporre le zucchine, bagnare ancora con un filo d'olio, spolverare con pangrattato e parmigiano ed adagiare sulla loro sommità la parte alta tenuta da parte.


Cuocere in forno statico già caldo a 200° per circa 25/30 minuti. Servire caldo.



Ingredienti

- 3 zucchine tonde
- 200 g di macinato di bovino
- 1 uovo intero
- 1 cucchiaino di Parmigiano Grattugiato
- 2 cucchiaini di pangrattato
- 1 pizzico di sale
- 1 pizzico di pepe
- Olio extravergine



Scopri qui i video tutorial!
INQUADRA IL QR
 @valeinpadella



SERATA SPECIALE PESCE

Sabato 6 giugno (CENA)

Sabato 20 giugno (CENA)

Sabato 27 giugno (CENA)



GRAN FRITTO MISTO ALLA PIEMONTESE

Martedì 2 giugno (PRANZO)

Venerdì 5 giugno (CENA)

Domenica 7 giugno (PRANZO)

Domenica 14 giugno (PRANZO)

Domenica 21 giugno (PRANZO)

Domenica 28 giugno (PRANZO)



SERATA SPECIALE ANTIPASTI

Sabato 13 giugno (CENA)

Piazza Umberto I, 10 • 12030
Lagnasco CN • 0175 72245

Viaggi&Food

6 piatti europei da non perdere

Ogni nazione del mondo ha le sue specialità culinarie e, anche se la cucina italiana non ha paragoni, vale sempre la pena provare un assaggio dei migliori piatti locali quando si visita un luogo nuovo.

Per questo abbiamo selezionato 6 piatti europei da non perdere, un vero must per tutti i viaggiatori gourmet, quelli che chiunque ami i sapori del mondo dovrebbe provare almeno una volta nella vita.

Fatti ispirare dal nostro viaggio nei sapori d'Europa!



Ratatouille
Francia

Piaccia o no, la Francia è uno dei paesi in Europa, insieme al nostro, dalle tradizioni culinarie più ricche. Di piatti e prodotti tipici ce n'è una grande varietà in tutte le sue regioni: qui abbiamo scelto un classico assoluto come la ratatouille, ricetta originaria della Provenza che ricorda la nostra peperonata e che consiste in un mix di verdure stufate e aromatizzate. Un piatto fresco e leggero, imperdibile sia come contorno che come portata a sé stante.



Paella valenciana
Spagna

Si può gustare (in diverse varianti) in tutta la Spagna, ma il posto migliore in cui farlo è senza dubbio la città dov'è nata, Valencia. Celeberrima, la paella è un ricco piatto a base di riso e pesce (oppure carne), cucinato nella tipica "padella" da cui prende il nome. Un piatto umile dagli ingredienti semplici che, come spesso avviene, ha in breve tempo conquistato anche i palati più raffinati.



Pierogi
Polonia

I pierogi sono un piatto sempre molto amato dagli italiani che visitano la Polonia. In ogni viaggio in questa nazione non dovrebbe mancare un assaggio di quello che è a tutti gli effetti il suo piatto simbolo, anche se i pierogi si ritrovano in tante nazioni dell'Europa orientale, dalla Romania alla Russia. Di varianti per la loro preparazione ne esistono tante, sia dolci che salate: tra quelle polacche più popolari ci sono i ripieni a base di carne oppure di crauti e funghi.



Stufato alla Guinness
Irlanda

Lo stufato irlandese, o Irish stew, è uno dei piatti più tipici dell'Isola di Smeraldo, terra che racchiude una cultura gastronomica inaspettatamente ricca. Questa variante della preparazione tradizionale, che prevede solitamente l'utilizzo di carni come agnello, capretto o montone, è arricchita con l'aggiunta della birra scura più famosa d'Irlanda, per un mix di sapori denso, aromatico e inebriante.



Smørrebrød
Danimarca

Smørrebrød vuol dire solo "burro e pane", e detta così non sembrerebbe nulla di troppo allettante. C'è sì il pane (di segale, del tipico colore marrone scuro) e l'ottimo burro danese, ma soprattutto un condimento ricchissimo che varia da tartina a tartina, come le aringhe in salamoia, il formaggio danese, il paté di fegato di maiale, lo sgombrò in salsa di pomodoro. Le "tapas" di Copenaghen sono il terreno dove tradizione e innovazione continuano a sfidarsi.



Souvlaki
Grecia

Sarà per la comune identità mediterranea, ma i sapori greci spesso non ci sembrano molto distanti da quelli del nostro Paese. Tra i tanti gustosi piatti provenienti dalla nazione ellenica, vale sicuramente la pena gustare i famosi souvlaki, gli spiedini a base di carne che si ritrovano spesso nelle "taberne" di tutta la Grecia. Spezie, condimenti e accompagnamenti di verdure possono essere aggiunti a piacere, ma il segreto è far marinare la carne per renderla più saporita.



**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



Benvenuti a giugno, il mese in cui la natura ci invita a rallentare la mente e abitare il corpo. Con il Solstizio d'Estate alle porte, le giornate si dilatano e l'aria si riempie di nuova energia. È il momento perfetto per fare decluttering emotivo, spalancare le finestre dell'anima e fare il pieno di luce selvaggia. Lasciatevi guidare dal ritmo della vita all'aria aperta e scoprite come preparare il terreno per la vostra estate più radiosa.

ARIETE 21 marzo - 19 aprile

Il Mood: giugno vi trova pieni di energia, impazienti e pronti a vivere l'estate con slancio. Dopo una primavera stretta, finalmente arriva lo spazio aperto che cercavate. **La Ricarica:** vi rigenerate muovendovi: corsa, bici, natura o sport all'aperto. L'azione vi aiuta a liberarvi dal peso dell'inverno e a ritrovare energia. **Buoni Presupposti:** andate dritti verso i vostri obiettivi.

TORO 20 aprile - 20 maggio

Il Mood: giugno vi porta un senso di pienezza, calma e abbondanza. È il momento di rallentare, godervi ciò che avete costruito. **La Ricarica:** vi rigenerate con lentezza: un picnic all'ombra, il profumo dell'erba, una cena all'aperto e il tempo condiviso con le persone giuste. **Buoni Presupposti:** lasciate andare le preoccupazioni sul futuro.

GEMELLI 21 maggio - 20 giugno

Il Mood: giugno vi trova leggeri, brillanti e pieni di voglia di connessione. Vi muovete tra emozioni, incontri e nuove energie con naturalezza. **La Ricarica:** vi rigenerate stando con gli altri: festival, concerti, chiacchiere, risate e serate che si allungano fino all'alba. **Buoni Presupposti:** continuate a brillare, ma scegliete una direzione.

CANCRO 21 giugno - 22 luglio

Il Mood: giugno vi scalda poco alla volta. All'inizio potreste sentirvi ancora un po' chiusi, ma giorno dopo giorno vi aprite alla stagione con dolcezza e sensibilità. **La Ricarica:** vi rigenerate vicino all'acqua: il mare, un lago o un luogo silenzioso vi aiutano a lasciar andare le malinconie e ritrovare equilibrio. **Buoni Presupposti:** lasciate nel passato ciò che vi ha protetto ma anche limitato.

LEONE 23 luglio - 22 agosto

Il Mood: giugno risveglia la vostra energia, il vostro carisma e la voglia di stare al centro. Vi sentite magnetici, generosi e pronti a farvi notare. **La Ricarica:** vi rigenerate con il calore del sole, che vi restituisce vitalità, forza e quella sicurezza che nei mesi freddi si era un po' assopita. **Buoni Presupposti:** usate la vostra luce anche per valorizzare chi vi sta accanto.

VERGINE 23 agosto - 22 settembre

Il Mood: giugno vi invita ad alzare lo sguardo e respirare aria nuova. Sentite il bisogno di ordine, freschezza e spazi più ampi, oltre i dettagli di ogni giorno. **La Ricarica:** vi rigenerate a contatto con la natura, luoghi incontaminati vi aiutano a calmare il bisogno di controllo e ritrovare equilibrio. **Buoni Presupposti:** accogliete qualche imprevisto con più leggerezza.

OROSCOPO

Oroscopo di Giugno 2026: Ricarica Estiva

BILANCIA 23 settembre - 22 ottobre

Il Mood: giugno vi porta armonia, leggerezza e voglia di bellezza. Cercate relazioni serene, arte e atmosfere capaci di farvi stare bene. **La Ricarica:** vi rigenerate in contesti belli e stimolanti: una mostra all'aperto, un aperitivo in giardino o semplicemente un tramonto da osservare con calma. **Buoni Presupposti:** lasciate da parte il senso del dovere.

SCORPIONE 23 ottobre - 21 novembre

Il Mood: giugno vi porta introspezione, fascino e una nuova energia magnetica. Sotto la calma apparente si muove qualcosa di profondo, intenso e misterioso. **La Ricarica:** vi rigenerate nel silenzio e nei luoghi più raccolti: bagni notturni, passeggiate all'imbrunire o momenti di isolamento vi aiutano a ritrovare la vostra voce interiore. **Buoni Presupposti:** lasciate andare vecchi rancori e pesi inutili.

SAGITTARIO 22 novembre - 21 dicembre

Il Mood: giugno accende la vostra voglia di esplorare, partire e guardare sempre oltre. Vi sentite pronti a scoprire nuovi luoghi, esperienze e possibilità. **La Ricarica:** vi rigenerate attraverso il movimento e la scoperta: un viaggio, una notte sotto le stelle o anche solo una strada diversa dal solito. **Buoni Presupposti:** andate lontano, ma senza perdere il contatto con voi stessi.

CAPRICORNO 22 dicembre - 19 gennaio

Il Mood: giugno vi trova solidi e affidabili, ma più pronti a lasciarvi andare. È il momento di alleggerire i doveri e godervi di più la libertà dell'estate. **La Ricarica:** vi rigenerate nel silenzio e negli spazi isolati: la montagna, un rifugio o un luogo lontano dal rumore vi aiutano a ritrovare forza. **Buoni Presupposti:** concedetevi il diritto di non fare nulla.

ACQUARIO 20 gennaio - 18 febbraio

Il Mood: giugno vi porta a fermarvi e guardarvi dentro con sincerità. È il momento di riconoscere ferite, errori e conseguenze lasciate nelle relazioni. **La Ricarica:** vi rigenerate nel silenzio e nell'onestà. Non serve fuggire, ma ascoltare davvero, abbassare le difese e lasciare spazio a più consapevolezza. **Buoni Presupposti:** scendete dal piedistallo e rimettete al centro l'umanità.

PESCI 19 febbraio - 20 marzo

Il Mood: giugno vi avvolge in un'atmosfera leggera, sognante e mutevole. La vostra empatia si amplifica e vi sentite più connessi con ciò che vi circonda. **La Ricarica:** vi rigenerate vicino all'acqua: nuotare, galleggiare o ascoltare le onde vi aiuta a liberarvi dalle energie pesanti. **Buoni Presupposti:** proteggete la vostra sensibilità con confini più chiari.

OFFICINA ANGHILANTE

SRL

OFFICINA AUTORIZZATA



DA OGGI ANCHE

REVISIONI

- RIMORCHI
- TRAILERS
- CARRELLI
- ROULOTTE

- **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
- **CENTRO ASSISTENZA CBR Point Italia**

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



TU GODITI L'ESTATE.

**Noi facciamo CRESCERE
il tuo BUSINESS.**

Strategie, branding&web, presenza digitale
e consulenza: servizi pensati per imprese
e attività del territorio.

**Hai un progetto in mente?
CONTATTACI.**

Saluzzo · Via Bagni 1/N · 12037 (CN)

+39 0175 061140

amministrazione@alternativeadv.it

info@alternativeadv.it



Scopri il nostro sito