

Le tendenze dell'estate



Le tendenze cambiano velocemente, anche in materia di bellezza. L'estate è alle porte, portando con sé un'ottima occasione per fare il punto sui trend che sono sempre attuali e quelli che, ormai, sono davvero "out", soprattutto in materia di capelli e trucco.

Per quanto riguarda i primi, in particolare, la pettinatura della stagione sarà lo chignon, da ballerina o intrecciato, e il taglio più alla moda avrà il carré più lungo sul davanti e un volume glamour. Inoltre, per uscire, sui capelli ci dovranno sempre essere un cerchietto spesso o una bella fascia, a rendere ancora più luminosa la vostra acconciatura. Passando al trucco, lo "smoky-eyes" sarà portato di colore nero-chic o blu intenso; per contro, il "nude look" diventerà più luminoso che mai e si porterà opaco, così da avere un effetto maquillage impercettibile. Per il rossetto non si potrà fare a meno di un rosso glamour, né di un corallo, luminosissimo. Le unghie dovranno essere portate con la "French manicure" e colorate anch'esse di rosso acceso. Passando infine alle sopracciglia, occorre che siano perfettamente disegnate ma non sottili, anzi, piuttosto folte e portate all'occorrenza anche "al naturale".

Giacca... "free"

Nella moda per lui dell'estate 2010 la giacca rappresenta un elemento imprescindibile, un capo d'abbigliamento che non può mancare nel guardaroba maschile. Proprio così: se volete essere trendy e assolutamente al passo con le tendenze "calde" di quest'anno, dovrete per forza fare uso della giacca. Attenzione, però: quest'anno, indossarla non sarà sinonimo di completo tinta unita e di assoluto rigore, bensì di...libertà e fantasia...Se in ufficio spesso il primo è assolutamente d'obbligo, questo non significa che fuori dall'ambiente di lavoro non si possa dar sfogo alla propria originalità, andando alla ricerca del pantalone o della t-shirt o camicia giuste da abbinare. Le proposte sono tante e veramente diverse tra loro: è possibile, ad esempio, accostare tra loro colori piuttosto audaci o che magari non risultano molto in sintonia, oppure portare la giacca sopra a bermuda o a magliette molto scollate. Insomma, spazio a soluzioni trendy ed innovative dal punto di vista stilistico. L'importante è saperla indossare con disinvoltura, anche durante una stagione piuttosto proibitiva, soprattutto per quanto riguarda il clima e le temperature...Ma chissà che, dopo aver letto i nostri suggerimenti e i consigli per essere più che mai alla moda in questo periodo, anche all'uomo meno abituato in fatto di giacche non venga il desiderio di comprarne una e di portarla anche durante l'estate! I modelli sono svariati e in grado di soddisfare tutti i gusti.



Tino... coiffeur da oltre 50 anni

Tino Montagna, fondatore del salone di bellezza Tino Coiffeur, ha cominciato l'attività di parrucchiere al suo paese natale, Redavalle. Spinto da una grande passione per il mestiere, Tino ha seguito fin dalla giovane età corsi di formazione a Pavia e all'Accademia di Milano, dove è stato anche maestro e vice direttore. Numerosi sono anche i riconoscimenti nell'ambito di concorsi sia nazionali che internazionali (come i campionati mondiali di Barcellona e Vienna). Per mantenersi sempre al passo con i tempi, Tino partecipa anche a meetings in diverse città, da Chicago a Mosca, da Parigi a Londra. Tutto ciò fa di lui, oggi, il coiffeur più noto di Voghera... e non solo! Da Tino puoi trovare il sistema di protesi in LACE e con PELLICOLA. Il primo impiega retine della sottigliezza di alcuni micron sulle quali vengono annodati i capelli. Il metodo costituisce il tipo di lavorazione dei capelli più antico, ma con tecniche moderne, assicura una totale traspirazione anche se l'applicazione non è delle più semplici. Il sistema di protesi con pellicola utilizza invece una membrana ultrasottile, traspirante, impalpabile, che permette un'ottima invisibilità (superiore ai lace) e una gestione estremamente semplice che richiede pochi minuti per pulizia e adesione, che assicura una miglior tenuta, soprattutto in acqua. E' possibile anche realizzare un sistema di protesi COMBINATO: si tratta di lavorazioni che includono parti di impianti in "lace" e parti in "pellicola".



www.tinocoiffeur.it

TINO

COIFFEUR

ACCONCIATURE UNISEX

OFFRIAMO
CONSULENZA D'IMMAGINI
EXTENSION, TRAPIANTO CAPELLI VERI
PROTESI, TOUPET E PARRUCHE
PER CHEMIOTERAPICI





VOGHERA (PV) - VIA BIDONE, 33 - TEL. 0383.642112

Orari: dal Martedì al Giovedì: 8,30 - 12,00 / 14,30 - 19,00 - Venerdì e Sabato: 8,30 - 19,30 NO STOP

Martedì, Mercoledì, Giovedì, sconto 25% su tutti i servizi colore

I consigli di MANU STYLE

Le tendenze delineate dalle passerelle hanno parlato chiaro: ovviamente dobbiamo fare una selezione, e poi un'altra ed un'altra ancora, fino ad arrivare ad un minimo di accessori e abiti di base, che ci faranno stare tranquille per tutta la stagione, e ci permetteranno di avere quello che serve in ogni occasione. Ecco le 10 tendenze che non potete perdere.



Stampa digitale: un abito con queste stampe è quello che ci vuole per un pomeriggio glamour tra amiche, tra un aperitivo ed una chiacchierata potrete anche folgorare il principe azzurro!

Qualcosa di Sport Chic: tute lunghe o corte, abiti dal taglio sportivo, insomma un capo easy wear adatto a tutte le occasioni.

Stile Militare: un capo in verde militare, una gonnellina, una giacca army, scegliete quello che volete purché ci sia un richiamo allo stile militare.

La pelle di primavera: lo stile country è di moda anche in Estate, e non c'è cowboy senza la pelle, giusto?

Intimo a vista: l'intimo si può vedere e intravedere ma guai a scendere nel volgare!

Capi in color cipria: è un colore elegante e che da' quel tocco chic e retrò, l'ideale quando non sapete come vestirvi, qualche esempio? Un colloquio di lavoro, a pranzo dai suoceri, agli incontri con gli insegnanti dei vostri figli. Qualcosa con una sexy stampa animalier: ogni tanto serve anche passare alle maniere forti e sfoderare tutta la vostra grinta...

Capi con stampe geometriche: sono adatti soprattutto alle magrissime, per le ragazze più in carne meglio optare per un romantico mood floreale che è trendy e femminile e si adatta a tutte.

Denim: Abusatene!

Clogs: sono le scarpe più cool della stagione, lanciate da Chanel ed adottate da tutti, sono gli zoccoli in legno, alti, sexy e versatili, purtroppo però non propriamente comodi, quindi è meglio riservarli a poche ore della giornata! Vi aspetto su <http://manu.style.it/>!

L'Estate in città



Arriva l'Estate e vuoi un'abbronzatura invidiabile, ma non puoi allontanarti dalla città? Vuoi un'abbronzatura caraibica e pelle morbida come seta? La soluzione giusta per te è Sun City! Ma approfitta anche delle altre promozioni speciali: fino al 30 Giugno bendaggio freddo + pressoterapia a 30 euro e scrub completo + lettino abbronzante a 38 euro. E per tutta l'Estate prezzi speciali anche sui massaggi: akalika tibetano (60 minuti a 50 euro); massaggio completo classico (60 minuti a 38 euro); massaggio Riequil (30 minuti a 30 euro); massaggio completo linfoindiano (60 minuti a 50 euro); massaggio parziale (30 minuti a 30 euro); massaggio parziale linfo (30 minuti a 30 euro); massaggio tonificante (30 minuti a 25 euro). Nicoletta, insieme a Francesca, Anna, Rosy e Mary hanno già in programma tante altre iniziative per i prossimi mesi. Scopritele visitando Sun City Studios dal Lunedì al Sabato con orario continuato dalle 8 alle 20.30 (servizio estetico fino alle 20).

Via Garibaldi, 115 - Voghera (PV)
Tel. 0383.42920

Le regole per esporsi al sole



Non esiste una vera e propria modalità per preparare la pelle alla maggiore esposizione ai raggi solari, legata alla stagione estiva. L'ideale sarebbe esporsi gradualmente, specialmente nelle prime ore del mattino e nel tardo pomeriggio, non nelle ore meridiane; questo però deve essere accompagnato da una adeguata protezione, utilizzando filtri solari proporzionali al proprio fototipo (colore della pelle): più la pelle è chiara, maggiore dovrà essere l'indice di protezione. In particolare, bimbi e neonati non dovrebbero mai essere esposti al sole della spiaggia senza una

adeguata protezione, indossando, in aggiunta, una maglietta bianca, cappellino e occhiali da sole.

La necessità di protezione vale anche per coloro che hanno la pelle più scura: questi ultimi devono comunque evitare una eccessiva esposizione ed utilizzare filtri solari, anche se con indice meno elevato rispetto ad un fototipo chiaro. Una adeguata preparazione può consistere nell'assunzione, sotto forma di capsule, di derivati della Vitamina A, in particolare di Betacarotene: per i chiari questo dovrebbe iniziare anche uno o due mesi prima. In caso di scottature – premesso che non ci si dovrebbe mai arrivare – occorre non esporsi al sole nei giorni immediatamente successivi ed utilizzare emollienti non grassi, creme idratanti, antistaminici e cortisonici in emulsione per via locale.

Esposizioni troppo prolungate possono risultare dannose ed essere causa di invecchiamento della pelle e di tumori cutanei. Se preso in piccole quantità e non durante le ore centrali della giornata, invece, il sole è importante, in particolare per la sintesi della Vitamina D e la formazione dell'osso, e, nelle persone anziane, può aiutare a combattere l'osteoporosi.

Prof. Giovanni Borroni

Direttore della struttura complessa di Dermatologia – Policlinico S. Matteo Pavia

Gli attacchi di panico

L'attacco di panico è caratterizzato da un episodio acuto d'ansia, accompagnato spesso da una serie di sintomi fisici e da pensieri catastrofici: non dura, in genere, più di una ventina di minuti.

Per essere definito tale, si devono presentare almeno 4 di questi sintomi: respiro affannoso; palpitazioni; vertigini o giramenti di testa; formicolii alle mani o ai piedi; senso di costrizione o dolore al torace; sensazione di soffocamento o mancanza, d'aria; sentirsi svenire; sudorazione; tremori; vampate di caldo o di freddo; bocca secca; nausea o nodo allo stomaco; debolezza delle gambe; visione annebbiata; tensione muscolare; impressione di non riuscire a pensare chiaramente o a parlare; impressione che le cose intorno non siano reali; paura di morire, di perdere il controllo, o di comportarsi in modo bizzarro. In molti studi, la terapia cognitivo-comportamentale è risultata il miglior trattamento. Si effettua un primo intervento psico-educativo, che prevede la spiegazione e l'informazione sulla natura del disturbo e sul significato dei sintomi vissuti come minacciosi. Si effettuerà poi la desensibilizzazione dell'ansia attraverso la tecnica dell'esposizione dei pazienti alle situazioni che fanno loro paura.



Dott.ssa Maria Grazia Percivalle
Psicologa - Clastmed Casteggio

Alla Maugeri scintigrafia e TAC in un solo esame



Esame scintigrafico e TAC in una sola seduta: diagnosi più accurata spesso senza bisogno di esami di approfondimento; questo si traduce, per il paziente, in una riduzione di prenotazioni ed accessi in ospedale. È ciò che permette una nuova macchina ibrida, la gamma-camera SPECT-TC, utilizzata in Medicina Nucleare nello studio funzionale degli organi, operativa da Aprile presso il Servizio di Medicina Nucleare dell'IRCCS Fondazione Maugeri di Pavia. "Si tratta di una macchina di ultima generazione che va a sostituire le gamma-camere tradizionali, ormai obsolete, che fornivano il solo esame scintigrafico - spiega la dottoressa Bianca Greco, responsabile del Servizio -. In pratica, con la gamma-camera ibrida SPECT-

TC, che consente l'acquisizione contemporanea di scintigrafia e TAC e che sottolinea essere non diagnostica, ma molto importante ai fini dell'inquadramento anatomico di una determinata lesione riscontrata all'esame scintigrafico, si ottengono contestualmente informazioni su come funziona e su come è fatto un determinato organo: un controllo sul funzionamento dell'organo e una precisa localizzazione della zona anatomica malata". La gamma-camera SPECT-TC, arrivata a Febbraio alla Fondazione Maugeri, copre un bacino d'utenza che si estende a tutto il territorio pavese e ad alcune province extra-regione Lombardia ed è pienamente operativa da fine Aprile. "L'installazione della nuova macchina - continua la dottoressa Greco - ha richiesto un adeguamento dei locali e un periodo di training per il personale". Le applicazioni più frequenti di queste attrezzature, presso l'Istituto di Pavia, riguardano le patologie oncologiche, ma le gamma-camere SPECT-TC vengono comunemente impiegate anche in nefrologia, neurologia, cardiologia, studio delle ghiandole endocrine, studio delle infezioni-infiammazioni, esami destinati alla chirurgia radio-guidata.

Poliambulatorio ClastMed



Il centro diagnostico Clastmed è un poliambulatorio dove è possibile effettuare visite specialistiche, esami ecografici e chirurgia ambulatoriale.

Si caratterizza per l'ampia offerta di servizi, con 30 branche specialistiche; prezzi contenuti; tempi minimi di attesa per le ecografie; una equipe multidisciplinare per il trattamento dei disturbi alimentari.

SPECIALITÀ:

Tossicologia: Dr. Davide Lonati (Direttore Sanitario)

Angiologia: Prof. Angelo Argentero (Prof. Ordinario Università di Pavia)

Allergologia/Pneumologia: Dr.ssa Maria Roberta Alesina (Primario Allergologia Policl. San Matteo Pv)

Cardiologia: Prof. Giampietro Marinoni (Primario Osp. Voghera); Dr. Marco Ferlini (Policl. San Matteo Pv)

Chirurgia Endocrinologica: Dr. Luigi La Manna (Fondaz. Maugeri Pv)

Chirurgia Generale e Mininvasiva: Prof.ssa Rubina Ruggiero (Fondaz. Maugeri Pv); Dr. Giovanni Morone (Fondaz. Maugeri Pv); Dr. Antonio Parziale (Fondaz. Maugeri Pv); Dr. Samuel Tata Ngniteju (Fondaz. Maugeri Pv)

Chirurgia Plastica Ambulatoriale: Dr. Andrea Scotti-Foglieni (Policl. San Matteo Pv)

Chirurgia Senologica: Dr.ssa Lea Regolo (Fondaz. Maugeri Pv)

Chirurgia Ortopedica: Dr. Francesco Traverso (Ist. Humanitas, Mi)

Dermatologia: Dr.ssa Michela Antoninetti

Diagnosi Ecografica: Dr. Carlo Abbiati; Dr. Leonardo Callegari (Osp. Macchi Va); Dr. Vittorio Marenzi

Dietologia: Dr.ssa Federica Cignoli

Ecocolor-Doppler: Dr.ssa Stefania Canale (Osp. Lodi)

Endocrinologia: Dr. Antonio Salomoni (Osp. Voghera)

Fisioterapia Riabilitativa: Dr.ssa Anna Maria Tassorelli (Osp. Varzi)

Gastroenterologia: Prof. Giovanni Maconi (Osp. Sacco Mi)

Ginecologia/Ostetricia: Dr.ssa Carmen Sauta (Osp. Voghera)

Medicina del Lavoro: Dr. Alessandro Agazzi

Medicina Estetica: Dr. Maurizio Calegari

Medicina Interna: Dr. Vittorio Marenzi

Nefrologia: Dr.ssa Cristiana Barbieri

Neurologia/Psichiatria: Prof. Pietro Tosca (Fond. Mondino Pv)

Otorinolaringoiatria: Dr. Paolo Carena (Policl. San Matteo Pv)

Pediatria: Dr.ssa Franca Cavallotti

Pneumologia: Dr. Carlo Cattaneo (Osp. Voghera)

Proctologia: Dr. Silvano Molinari (Osp. Varzi)

Psichiatria: Dr.ssa Marta Burroni

Psicologia: Dr.ssa Sara Giugni; Dr.ssa Maria Grazia Percivalle

Reumatologia: Prof. Roberto Caporali (Policl. San Matteo Pv)

Trattamento Dolore Cronico Benigno/Agopuntura: Dr.ssa Elisa Stocco (Fondaz. Maugeri Pv)

Piazza Cavour 27 - Casteggio (PV)
Tel. 0383.804649

Vaccini per il carcinoma al collo dell'utero



L'Azienda Ospedaliera della Provincia di Pavia, tra le prime in Lombardia, ha iniziato, presso i reparti di Ginecologia-Ostetricia del Dipartimento Materno Infantile degli ospedali di Stradella, Vigevano e

Voghera, la vaccinazione contro due tipi di virus frequentemente legati al carcinoma del collo dell'utero. Possono essere sottoposte a vaccino le donne dai 12 anni in su. Prenotazioni allo 0385.582975 (Ospedale Broni-Stradella, dalle 14 alle 16 il Lunedì e Giovedì); allo 0381.333331 (Ospedale di Vigevano, dalle 9 alle 16 dal Lunedì al Venerdì) e allo 0383.695152 (Ospedale di Voghera, dalle 9 alle 11, il Giovedì).



Successo per Campagna Amica

Con la fine dell'anno scolastico, a Pavia anche il progetto di Educazione alla Campagna Amica va in vacanza. Sono stati circa 2000 i ragazzi delle scuole medie, elementari e dell'infanzia che hanno incontrato la Coldiretti, che ha portato nelle aule la cultura della campagna, la vita della fattoria, i valori della terra. Annamaria Seves, responsabile del progetto, in collaborazione con Donne Impresa, l'associazione che raggruppa l'imprenditoria femminile di Coldiretti, ha organizzato lezioni su misura in funzione dell'età e della preparazione degli alunni, spaziando dagli ortaggi alle caratteristiche dei prodotti del nostro territorio e agli animali della fattoria. Un argomento è stato poi sviluppato in particolare con l'illustrazione dell'ecosistema della risaia e del riso in generale. "L'impegno

di Coldiretti verso i giovani è fondamentale per costruire il progetto di una nuova agricoltura - ha dichiarato Giuseppe Ghezzi, presidente della Coldiretti di Pavia -. I ragazzi sono i consumatori di domani e occorre insegnare loro a capire e scegliere con consapevolezza per evitare che i soli fattori di influenza siano rappresentati dalla televisione e dalla pubblicità". Durante la Festa di Chiusura del Progetto di Educazione alla Campagna Amica le scolaresche hanno visitato i banchi vendita delle aziende di Coldiretti, tastando con mano la stagionalità e la freschezza dei prodotti del territorio. Le autorità presenti hanno rivolto un saluto ai ragazzi premiando i lavori svolti nell'ambito del progetto "Percorsi di conoscenza delle Istituzioni cittadine e della realtà locale", realizzato in collaborazione con il Settore Istruzione del Comune di Pavia durante l'anno sui temi illustrati dai responsabili di Coldiretti. Assegnati due premi: una giornata in fattoria didattica, offerta dalla stessa Coldiretti ad un'intera classe, e una visita di un giorno presso la Fattoria Didattica del Comune di Landriano, da parte dell'Amministrazione comunale. Un terzo premio è stato conferito ad una scolaresca fuori concorso.

Coldiretti: meglio il km 0 e uno stile di vita più sano per i giovani



Mangiano male, fanno poca attività fisica e stanno troppo davanti alla televisione. E' questa la fotografia dei ragazzi di Milano fra i 12 e i 14 anni che emerge dalle prime rilevazioni effettuate dagli specialisti dell'Ospedale di San Donato nell'ambito del progetto Eat (Educazione alimentare teenagers) contro l'obesità fra i più giovani. La ricerca sta coinvolgendo un campione di 600 studenti delle scuole medie "Galilei" e "De Gasperi" a San Donato Milanese, dove, lo scorso 23 Maggio, gli agricoltori della Coldiretti hanno offerto una colazione a km zero a 300 giovani atleti impegnati in un torneo di calcetto. I primi risultati della ricerca avviata dal gruppo di studio guidato dal dottor Alexis Malavazos indicano che l'11% dei ragazzi

salta la prima colazione, mentre il 28% non fa una colazione qualitativamente bilanciata, assumendo o solo carboidrati o solo proteine. "Anche per questo - spiega la Coldiretti - nei nostri mercati degli agricoltori difendiamo la cultura di un'alimentazione più equilibrata e di qualità con i prodotti Made in Italy e abbiamo creato con il Pime e la Federconsumatori il progetto "Parlo come mangio", che coinvolge le scuole, per sensibilizzare anche i più giovani verso uno stile di vita sano".

Importanti progetti per la "Rossa" di Breme



Nascono due importanti progetti legati alla Cipolla Rossa di Breme. Il primo è "Alium", uno studio, finanziato dalla Fondazione Banca del Monte di Lombardia e condotto dall'Università degli Studi di Milano, sulle proprietà della quercitina, contenuta nella "dolcissima", in merito al rimodellamento osseo. Il progetto si concentra soprattutto sulla prevenzione e la cura dell'osteoporosi ed è coordinato dal Prof. Corsi.

Il progetto legato invece all'istituzione del Registro Regionale delle varietà della conservazione, verrà approfondito nelle giornate di Giovedì 10 e Venerdì 11 Giugno durante il congresso sulla Biodiversità BIOD che si terrà a Milano. Il Prof. Graziano Rossi, responsabile scientifico della LSB dell'Università di Pavia, proporrà l'istituzione di questo importante registro riguardo alla Cipolla Rossa De.Co. di

Breme. Entrambi i docenti saranno presenti l'11 Giugno, in occasione della 28a Sagra della Cipolla, al convegno che verrà ospitato, a partire dalle 18.30, presso la sala Polifunzionale di Via Po.

Bagnaria: ciliegie...nazionali

Giugno, tempo di ciliegie e...di sagre dedicate al succoso frutto estivo. In provincia di Pavia sono molto conosciute, ad esempio, quelle di Bagnaria e Borgo Priolo, nell'Alto Oltrepò Pavese, dove vengono coltivati esemplari davvero gustosi.



Tutto ciò ha permesso al primo centro collinare di entrare a far parte dell'Associazione Nazionale "Città delle Ciliegie", fondata nel Giugno 2003, con una solenne cerimonia, a Celleno (VT), su intuizione di Saverio Senni, docente presso l'Università degli Studi della Tuscia; di Andrea Marescotti, docente presso l'Università degli Studi di Firenze; di Ivan Mencacci, sindaco del Comune di Lari (PI) e di Carlo Conticchio, primo cittadino di Celleno. L'iniziativa, patrocinata dalle Amministrazioni Regionali e Provinciali dei Comuni associati, nonché dalle relative Camere di Commercio e dall'Università della Tuscia di Viterbo, nasce dalla volontà di vedere rappresentate attorno ad un elemento identificativo comune (la coltivazione delle ciliegie), quelle specificità storiche, culturali, folkloristiche ed economiche che rappresentano il meglio della tradizione italiana, asse portante della nostra immagine nel mondo. Si tratta di una esclusiva associazione tra Comuni che prevede la possibilità di adesione di altri Enti Pubblici come le Comunità Montane, le Province, le Regioni; non ha finalità di lucro e tende a sviluppare, promuovere ed incentivare la ciliegicoltura, oltre alla valorizzazione delle tipicità dei territori associati e di quanto di meglio viene espresso dalle popolazioni locali. Tra gli obiettivi, la valorizzazione, la diffusione, la divulgazione delle esperienze sulla ciliegicoltura e delle attività ad essa legate, incentivando al contempo le iniziative culturali e, in particolare, la partecipazione e la fantasia imprenditoriale delle giovani generazioni.

Arriva il gelato alla polenta



Un gelato al sapore di polenta, sembra quasi una contraddizione. E invece è la novità dell'estate 2010 suggerita da Coldiretti che sposa nuovi gusti allo slogan del km zero, a favore quindi dei prodotti locali, freschi e di stagione made in Italy. E accanto alla polenta compaiono anche i gelati al mascarpone, al

melone lombardo e al riso latte, tutti presentati in occasione della Giornata mondiale dell'ambiente. La Coldiretti stima poi che gli italiani spenderanno per i gelati quasi 2 miliardi nel 2010, con i consumi che si concentrano per oltre la metà (54%) nelle regioni del Nord.

Momenti ★ D'oro

**COMPRO - VENDO
OGGETTI PREZIOSI**

**Via Don Minzoni, 4
27058 Voghera (PV)
Tel. 0383.1930616
Cell. 393.8667784**

**Orario:
da Lunedì a Venerdì:
10,00 - 12,30 / 15,30 - 19,00
Sabato su appuntamento**