



### Il lettino emozionale di Sun City

Cosa c'è di meglio di un caldo abbraccio e un massaggio rilassante? Se poi si aggiungono luci tenui che sfumano dal rosa all'azzurro, qualche candela e olii profumati si hanno tutti gli ingredienti per una perfetta fuga dallo stress di tutti i giorni. E questi sono anche gli ingredienti del nuovo lettino emozionale, novità assoluta direttamente da Cosmoprof di Bologna che ora potete provare da Sun City a Voghera. Si tratta di un lettino con materasso ad acqua termico e cromoterapico: il tepore e i movimenti del fluido, insieme al benefico effetto delle luci colorate, vi culleranno dolcemente, mentre mani esperte vi massaggeranno facendovi dimenticare problemi e tensioni. Ma da Sun City potete anche trovare le risposte ad ogni problematica estetica ed ottenere un'abbronzatura da sogno in totale sicurezza: qui nessun dettaglio passa in secondo piano! 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 estetica fino alle 20).

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

### Accessori "floreali" per i capelli

La parola chiave della primavera-estate 2010 è floreale, anche e soprattutto per quanto riguarda gli accessori per capelli. Si passa dall'accessorio con fiori - cerchietto, clip ma anche fiori freschi, per le più audaci - alla fascetta elastica con nastri e perline intrecciate. Le più giovani possono permettersi una fascia sottile portata come una vera hippie-girl o un grosso fiocco fluo "stile Minnie". Chi cerca uno stile chic può invece scegliere un fermaglio gioiello o una bandana-fascia. Per tutte vanno benissimo le forcine con fiori o qualche accessorio glam, con perline e strass, da aggiungere, ad esempio, alle acconciature raccolte.



Per chi sceglie gli accessori per capelli i trucchi sono pochi ma fondamentali. I capelli devono essere rigorosamente puliti e luminosi, meglio se lunghi. Per l'effetto giusto lavateli con prodotti illuminanti e asciugateli senza l'uso del phon. Se si opta per il look floreale, la chioma va raccolta in code o chignon morbidi e va decorata con forcine floreali con orchidee o rose, fiori veri, cerchietti o fascette con fiori in raso o di chiffon, piccole clip con petali smaltati e perline da allineare, come a formare una coroncina. I fermagli con fiori devono essere belli, grandi, colorati (perfetto il bianco e il rosso, ma anche il viola o il blu-turchese) e bene in mostra. Le più sbarazzine possono osare fissando l'accessorio sulla sommità della testa. Per chi invece cerca un dettaglio per stupire, sono perfetti i cerchietti con piume colorate effetto "guardami" o i raffinati fermagli gioiello, in oro o rame o con pietre brillanti: il cerchietto con fiore e piume è un must, anche in pelle o lino, e sta bene praticamente a tutte. L'altro accessorio glam è rappresentato dalle fasce: sottili come un nastro, per tirare i capelli raccolti all'indietro, altissime da portare come una tennista coi capelli sciolti durante il giorno, o con elastico e decorazioni brillanti, da indossare come una corona per una sera importante.

### Gli smalti della primavera

Rosso fiammante, nero provocante, blu denim o grigio dandy: i colori di tendenza per "vestire" le proprie unghie in primavera ed estate sono davvero molti. Restano di moda toni decisi e scuri come il viola, il nero, il bordeaux, ma la nuova stagione lascia grande spazio anche ai toni chiarissimi e pieni, cioè non trasparenti, come il rosa baby e il bianco. Partiamo dallo smalto rosso, che rimane un classico intramontabile dell'eleganza. Raffinato ed estremamente glamour, sta bene sia con i jeans che con l'abito da sera: le unghie colorate nei toni del rosso sono una vera e propria ode alla sensualità. Se scegliete questo colore per le unghie, abbinatelo ad un make-up nude per il vostro incarnato, e truccate gli occhi con un solo tocco di mascara nero. Per le labbra, invece, rossetto rosso, naturalmente un rimando alle unghie, per uno stile decisamente chic...



Dalle sfilate alle strade, il nero si impone ancora come colore must-have della stagione: scuri, misteriosi, ribelli... gli smalti evocano lo stile punk, dando un tocco provocante al look della stagione. Un'alternativa al nero? In blu scuro, naturalmente. Discreto e originale, si indossa in modo casual, ad esempio con un jeans.

Per quanto riguarda invece il colore viola, vibrante e profondo, è possibile scegliere la variante brillante o opaca, a seconda dei gusti e dell'effetto ricercato.

Come dicevamo, però, anche il look chiaro sarà sicuramente trendy: come per il trucco anche per le unghie si impone il "nude". Dalla French manicure ai colori pastello (rosa tenue, beige, bianco, grigio...): il colore dello smalto si fonde con quello dell'unghia con un gioco di trasparenze, quasi fosse un prolungamento naturale dell'unghia stessa. È lo smalto perfetto per chi ama uno stile naturale e discreto, per chi vuole avere unghie curate ma non ama i colori forti. Attenzione però: la manicure deve essere perfetta!

### 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! I servizi "Standard" che puoi trovare nel Salone di bellezza da Tino sono: taglio e piega unisex; vari tipi di colorazione con prodotti speciali, anche senza ammoniaca; ondulazione permanenti computerizzate, eseguite con vari metodi e piastre speciali; stirature; stirature relax; contrasti; meches; colpi di buio e colpi di luce; varie tecniche di schiaritura (schiaritura con pettine, con pennello, a venature con stagnole e spatole). I servizi "Speciali" che puoi trovare nel Salone di bellezza da Tino sono invece: impianti di capelli umani con tecnica innovativa; extension di vario tipo; decolorazione; ripigmentazione, prepigmentazione; protesi complete di vario tipo; parrucche; tricogramma (analisi della struttura del capello); consulenza d'immagine; color egò o cromo tipologia (tonalità "calda" o "fredda" del colore). Servizio spose con consulenza anche a domicilio.

### Elisir, coccole e benessere



Un anno all'insegna del benessere abbinato alle migliori tecnologie. Il Centro estetico "Elisir", nato il 1 Aprile 2009, dice addio a tutti i tipi di inestetismi: anzitutto a quelli causati da ritenzione idrica e cellulite, eliminati grazie alla cocoon sauna, all'aromaterapia, alla cromoterapia ed alla pressoterapia, utile anche per chi soffre di vene varicose. "Elisir" propone anche trattamenti tonificanti per corpo e viso, applicati utilizzando macchinari a radiofrequenza. Non solo: è possibile sottoporsi all'epilazione definitiva ed al fotoringiovanimento, effettuati tramite luce pulsata. Da "Elisir" uscirete sicuramente più giovani e soddisfatti: vi basterà una sola seduta per testarne la qualità e l'elevata efficacia!

Viale Europa 25, Rivanazzano.  
Tel. 0383.93029

www.tinocoiffeur.it

**TINO**  
COIFFEUR  
ACCONCIATURE UNISEX

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

REVLON  
PROFESSIONAL

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



## Tutto ciò che occorre sapere sulle allergie



L'allergia è un fenomeno immunitario legato ad un'alterata attività del sistema linfocitario (alterato rapporto tra linfociti T helper e suppressor) geneticamente predeterminato, per cui in un soggetto l'esposizione a sostanze causa manifestazioni cliniche anche severe.

L'allergia più frequente è quella respiratoria che può essere stagionale o perenne. Quella stagionale è legata alla presenza nell'aria di concentrazioni elevate di pollini (primavera e autunno) mentre quella perenne si manifesta quando l'individuo viene a contatto con l'allergene specifico. Tra le cause di quella perenne va ricordata l'allergia agli acari o ai peli di gatto e di cane. Ovviamente la stagione primaverile è quella in cui si può avere il maggior numero di manifestazioni

allergiche, in quanto nell'aria sono presenti molti pollini, a causa della fioritura delle piante. Il meccanismo immunologico che sta alla base del fenomeno allergico causa una serie di sintomi a livello delle vie aeree, soprattutto del naso, che portano il paziente ad avere sintomi molto fastidiosi, come naso chiuso (ostruzione nasale), starnuti continui, prurito nasale, congiuntivite e secrezioni nasali (rinorrea). Nei casi più gravi si arriva ad avere anche manifestazioni delle basse vie aeree, quali il laringospasmo e l'asma bronchiale.

Per quanto riguarda la terapia, si basa sull'uso di spray nasali a base di cortisone per lunghi periodi (2 mesi almeno), antiistaminici nel periodo acuto e cortisonici per via orale nelle forme più gravi.

Per prevenire l'allergia è possibile eseguire test allergici per cercare di identificare le sostanze colpevoli ed eventualmente è possibile preparare vaccini (sublinguali o nasali) che portano ad una sensibilizzazione del paziente, quindi nel corso degli anni la sintomatologia risulta meno intensa.

**Prof. Marco Benazzo**

*Primario Otorinolaringoiatria Policlinico S. Matteo Pavia*

## 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. Rosario Pulizia (Policl. San Matteo Pv); Dr. Leonardo Callegari (Osp. Macchi Va)

**Dermatologia:** Dr.ssa Alessandra Lorini

**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

## L'osteoporosi: conoscerla per prevenirla

L'osteoporosi si manifesta tipicamente nella donna durante la menopausa, interessando l'80% sopra i 65 anni di età. A partire dai 30 anni si verifica fisiologicamente una progressiva riduzione della massa ossea, che prosegue e si accentua in particolare dopo la fine dell'età fertile della donna, con la menopausa, dando luogo a questa patologia. Sebbene sia un processo fisiologico, è possibile prevenirla anzitutto attraverso una corretta alimentazione, assumendo cibi ricchi di calcio, come latte e derivati, alcune verdure (spinaci, cavoli, broccoli, cicoria, radicchio, rucola, biette, cardi), frutta secca (mandorle, nocciole, noci e pistacchi), soia e alcuni legumi (fagioli, lenticchie, ceci).

E' utile anche una attività fisica moderata ma costante: una passeggiata di buon passo della durata di 20-30 minuti per due/tre volte alla settimana, stimola la deposizione di calcio, rinforzando la struttura dell'osso. Infine, è bene adottare uno stile di vita sano: non fumare, ridurre il consumo di bevande alcoliche a piccole quantità di vino o birra ai pasti, esporsi al sole per favorire la sintesi di vitamina D e cercare di mantenere il peso nella norma o, se eccessivo, seguire un appropriato regime dietetico personalizzato.

**Dott.ssa Federica Cignoli**

*Specialista in Scienza dell'Alimentazione- Nutrizione Clinica - Clastmed Casteggio*



## La Fondazione Maugeri lotta contro il mal di schiena cronico



Sofisticata tecniche diagnostiche e tecniche chirurgiche mininvasive contro il mal di schiena cronico e il dolore da fratture vertebrali e discopatie: sono le ultime frontiere della ricerca svolta presso l'Unità Operativa di Medicina del Dolore dell'IRCCS Fondazione Maugeri di Pavia, che da vent'anni cura il dolore cronico partendo dalle cause e ricercando nuove strategie di intervento. Un diverso approccio al problema, un nuovo punto di osservazione dal quale affrontare il dolore cronico caratterizzano il metodo dell'Unità guidata dal dr. Cesare Bonezzi (nella foto), mentre un percorso multidisciplinare accompagna il paziente verso il maggior recupero funzionale possibile e il reinserimento nella vita sociale e lavorativa. Presso l'Unità Operativa di Medicina del Dolore è stato sviluppato un sofisticato sistema diagnostico che include, oltre ai tradizionali esami radiologici (TAC e RM) e neurofisiologici (EMG), un laboratorio neurodiagnostico, gestito dal dott. Michelangelo Buonocore, che mediante l'attenta valutazione dei potenziali evocati laser

e della biopsia cutanea neurodiagnostica, consente di distinguere in maniera molto precisa il tipo di fibre nervose interessate nella trasmissione del dolore e quindi di poter scegliere i trattamenti più idonei. "Da molti anni ormai il dolore non è più valutato in termini di intensità ma è studiato nei suoi meccanismi - spiega il dr. Bonezzi -. Lotta al dolore è lotta alle sue origini. In particolare, il mal di schiena è qualche volta dovuto ad un trauma o a una patologia nota (ernia del disco, stiramento muscolare, frattura), ma nella maggior parte dei casi non ha una causa singola o facilmente individuabile. Spesso, a fronte di un sintomo comune, i meccanismi che causano il dolore sono completamente diversi. Quando il mal di schiena diventa cronico il quadro clinico si fa più complesso e l'individuazione delle cause diventa l'oggetto dell'indagine".

## Più energia con il cioccolato



Una barretta di cioccolato è sinonimo di energia da leone...

L'importante è che sia scuro, essendo molto ricco di magnesio (minerale che da tono ed energia): per il resto, il cioccolato rappresenta un alleato efficace perfino nel trattamento della sindrome della stanchezza cronica, uno stato di spossatezza fisica e muscolare costante, tipico del cambio di stagione. Uno studio ha dimostrato come chi assume cioccolato scuro sia meno stanco e affaticato, rispetto a coloro che consumano cioccolato bianco. Altro che barrette energizzanti: una barretta di cioccolato è meglio!





## La "Rossa di Breme" diventa confettura

La Cipolla Rossa di Breme ha raggiunto un altro importante traguardo: la presenza alla manifestazione "Eccellenze a Pavia", andata in scena al Palazzo Esposizioni di Pavia dal 23 al 25 Aprile scorsi. Grazie all'invito del Presidente della Camera di Commercio di Pavia, l'On. Giacomo De Ghislanzoni, il Comune di Breme ha presenziato all'importante rassegna con uno stand promozionale delle peculiarità del territorio, tra cui, appunto, la Cipolla Rossa, che può vantare il prestigioso marchio De.Co. La "dolcissima bremese", in attesa della "Sagra della Cipolla Rossa" che si terrà dal 10 al 14 Giugno, è stata oggetto di attenzione e apprezzamento da parte dello chef Enrico Bartolini, che ha proposto la confettura, in abbinamento a gelato fior di latte, nel menù dedicato alle tipicità Lomelline e Pavesi. Confettura molto apprezzata anche dal Ministro Giulio Tremonti, ospite d'eccezione nell'ultima giornata di kermesse. I terreni su cui viene coltivata la "rossa" sono invece stati visitati lo scorso 25 Aprile dagli studenti dall'Università di Scienze Gastronomiche di Pollenzo (CN), nell'ambito di un progetto patrocinato dall'Assessorato al Turismo della Provincia di Pavia.

## Cantine Aperte 2010

Domenica 30 Maggio si rinnova l'appuntamento con Cantine Aperte: da ben 17 anni, l'ultima Domenica di Maggio, le cantine socie del Movimento Turismo del Vino aprono le proprie porte al pubblico, favorendo un contatto diretto con gli appassionati del vino. L'interesse verso l'evento è cresciuto notevolmente di anno in anno ed ha attirato sempre più l'attenzione di turisti e residenti: dalle presenze registrate nelle ultime edizioni risulta evidente che sono soprattutto i giovani, da soli, in coppia o in comitive, a vivere Cantine Aperte, contribuendo ad animare le innumerevoli iniziative di cultura gastronomica ed artistica che fioriscono attorno all'evento, su iniziativa degli stessi vignaioli in tutto il Paese. Oltre ottocento cantine aperte e un milione di enoturisti entusiasti, un successo crescente dovuto al coinvolgimento di tutto il territorio nazionale. Il Movimento Turismo del Vino mira a diffondere l'idea del grande giorno di festa del vino e dei suoi territori, allargando Cantine Aperte anche ad altri Paesi, europei ed extraeuropei, a forte caratterizzazione vitivinicola e con un legame altrettanto forte con le tradizioni enogastronomiche. Info: 075.9889529 o [www.movimentoturismovino.it](http://www.movimentoturismovino.it)



## Contadini "baby" e Farmers' Market

Dall'orto alla tavola con i bambini delle scuole elementari e medie di Milano. Lo scorso 14 Aprile, all'interno del Consorzio Agrario di Milano e Lodi in via Ripamonti, i bambini di 20 scuole elementari e medie della città e dell'hinterland sono diventati "contadini per un giorno". E' stata una vera lezione interattiva dal campo alla tavola: iniziata con la coltivazione diretta del primo orto metropolitano e con la lavorazione del latte per fare il formaggio, proseguita con una mostra educativa su cibo e consumi e conclusa con la visita al primo farmers' market coperto di Campagna Amica in Lombardia inaugurato dal Presidente Nazionale

di Coldiretti Sergio Marini. Si tratta della prima struttura del genere nel nord Italia: su un'area di 200 metri quadrati sono riunite le postazioni di una quindicina di aziende che ogni Mercoledì e Sabato mattina offrono direttamente ai consumatori i loro prodotti (verdura, frutta, salumi, formaggi, marmellate, miele, farina di mais, latte fresco appena munto e yogurt). "E' un altro tassello della filiera agricola italiana che stiamo costruendo in tutto il Paese - spiega la Coldiretti - e che conta a livello nazionale già 600 mercati di Campagna Amica, con un aumento del 400 per cento nell'ultimo anno". Dopo aver piantato insalate, pomodori e zucchine, sotto la guida di un agricoltore esperto che ha spiegato loro i segreti della buona orticoltura e dopo la lezione di un "mastro casaro" che ha mostrato come dal latte nasce il formaggio, gli scolari (mille in tre giorni), sono stati protagonisti di "Parlo come mangio", il percorso educativo organizzato dalla Coldiretti di Milano e Lodi con la Fondazione Pime e la Federconsumatori. Cinque momenti dedicati alla terra, al mercato ortofrutticolo, all'Italia, alla realtà globale e alla convivialità, in un'ala del Consorzio Agrario di Milano.



## Erbe officinali d'Oltrepò

Le erbe officinali trovano nel territorio della Comunità Montana dell'Oltrepò Pavese l'ambiente ideale per vivere e crescere: privo di insediamenti industriali, ancora integro e incontaminato, con una favorevole posizione geografica e, nella sua fascia più alta, una predominante presenza di boschi, sottoboschi ed incolti, il suolo si presta in modo esclusivo alla coltivazione, raccolta e trasformazione delle piante officinali, di interesse economico per il settore erboristico, cosmetico e alimentare. Dall'assenzio alla bardana, dalla calendula all'equiseto, dalla genziana al ginkgo biloba, passando per il pioppo nero, la melissa, l'escolzia, la

salvia, il timo, la menta ed il tarassaco: questi gli esemplari che si possono trovare con più facilità nella zona, tutti prodotti artigianalmente e secondo i metodi tradizionali. Nella tutela e difesa dell'ambiente, gli esperti si propongono la diffusione e la riscoperta di antiche tradizioni legate alle erbe officinali, sfruttando un moderno atteggiamento di studio e ricerca, incentrato sull'importanza del rispetto verso la natura. Lo stesso che permetterà di mantenere in vita questa importante produzione.

## Cantina Storica Il Montù



Tra le 14 aziende dell'Oltrepò Pavese che aderiranno a Cantine Aperte 2010, figura anche la Cantina Storica Il Montù, sede della prima Cantina Sociale Italiana, ospitata presso un importante edificio che risale agli inizi del secolo. Dopo il restauro terminato nel 1998, è tornata all'originario splendore ed è stata fornita delle più moderne attrezzature per la produzione di vini e spumanti D.O.C.: oltre alla gamma di bianchi e rossi, annovera una linea di Riserve, tra cui il Millesimato, vincitore di prestigiosi Concorsi Enologici, ma anche acqueviti di uva e grappe. La Cantina è aperta tutto l'anno, anche nel fine settimana, e può essere visitata (previa telefonata) sia da piccoli gruppi di 2 o 3 persone, sia da comitive più ampie di 100-120 persone e dai bambini. Consta anche di un ristorante al piano superiore (La Locanda dei Beccaria), chiuso solo il Lunedì e Martedì.

**Via Marconi 10, Montù Beccaria (PV)**  
**Tel 0385.262252; [www.ilmontu.com](http://www.ilmontu.com)**  
**La Locanda dei Beccaria: 0385.262310**

... i nostri appuntamenti anche su

