

...la e a j'ëmna ai giardin  
...n. Ant'èr mentre che chila,  
...na banchin-a, a ciaciarava  
...e amise, lor i gjavò con'èr  
...e dar contrà 'd li 'ntoma i ri-  
...sra piàssa e ai giardin, e li i  
...o fin ch'ò mniva scur. D'istà  
...avo fina a neucc tårda. Tut  
...fin ch'is j'as-ciàriva pi nan da  
...a, carià 'd povràss, ciapavo  
...artiravo tucc pianta, ogni-  
...cà, strassivà paid tanci can

...i s'ëncontro, mia fomra e  
...isa, i fan nan àtr che fèrlo-  
...bej tamp là, ormài lontan,  
...dësmanià. I r'han na gran  
...sussité fàt e faciande d'èr  
...dëscole 'd pèrson-e che mia  
...hà pèrdù 'd vista, mà ch'ij  
...avaj èr viciande pròssime e

...nt un pòch esclus, tajà fòra  
...nd ch'ò m'aparten nan, e  
...ne dvotejèlo son un po' sa-  
...rchè mè smija ch'ìi sia na  
...chila ch'a mè scàpa, che riess  
...vè, a èmbranché totalmant.  
...chila a baica pro 'd giteme a  
...j'è sempe caicòs ch'ò resta  
...arà èntra soa greuja.

...ne miràco soma dèstina a  
...apress ènt ra neucc sampi-  
...tomba.

(2. Fine)

www.edizioniantares.it  
di Bra e Marmora e dalla Comunità Montana Valli Maira e Grana.

## ALBA

### UN LIBRO SULL'ACQUA COME FONTE DI VITA

La casa editrice "Antares" di Alba ha appena pubblicato il nuovo libro di Giorgio Cusin, operatore shiatsu e riflessologo plantare, dal titolo "Acqua. Fiume di vita" (in foto la copertina). Il libro indaga l'elemento acqua dai più svariati punti di vista, fornendo interessanti spunti per riflettere su questo grande e prezioso bene che ci è stato regalato. Tra gli argomenti trattati troviamo: alimentazione, liquidi corporei, colori, idroterapia, delfinoterapia, urinoterapia, immersioni, respirazione, sete, sonno, astrologia, meditazione, chakra, yoga, religione, leggende e molto altro. Il libro è arricchito da alcune risposte alle più comuni curiosità sull'acqua, alcuni consigli per l'utilizzo dell'acqua, poesie e canzoni. Il libro "Acqua. Fiume di vita" è disponibile in libreria o direttamente presso la casa editrice Antares ad Alba, in corso Canale 85/A. Per maggiori informazioni e per leggere un'anteprima del libro: [www.antares-online.it](http://www.antares-online.it)

