

- Ariete** Ottimo periodo per la salute e l'umore. Periodo pieno di energia e di entusiasmo con una gran voglia di migliorare la condizione fisica. Cercate in ogni caso di essere più sereni e rilassati per evitare situazioni di ansia
- Toro** Questo periodo della primavera è incoraggiante anche grazie al cielo che diventa sempre più sereno. Spendete dunque le energie dedicandovi con maggiore attenzione alla vostra salute ed alla vostra bellezza. Concentratevi di più
- Gemelli** Siete in un periodo di forze contrastanti. Potrebbe essere un periodo di tensione e nervosismo che potrebbe colpirvi nei vostri punti vulnerabili. Preparatevi una strategia di rilassamento e siate più cauti
- Canero** Per un po' di tempo non vi sentirete in perfetta forma. Potreste sentirvi abbandonati a dover affrontare un periodo di disagio. Cercate di riposare durante le ore notturne per essere più riposati, razionali ed ottimisti
- Leone** State ritrovando le vostre sicurezze e l'ottimismo che sembrava perduto e vi sentirete efficienti e brillanti quasi come nei vostri momenti migliori; grazie anche al miglioramento della vostra vita sentimentale. Siate ottimisti
- Vergine** Il periodo si presenta con qualche difficoltà che dovrete superare con pazienza; non chiedete troppo al vostro efficientismo perché sarete meno lucidi del solito. Controllate la vostra alimentazione per non aumentare di peso
- Bilancia** State andando a gonfie vele. La vostra vita farà un salto di benessere sia psicologico che fisico. E' questo il periodo p
- Scorpione** Vi sentite in perfetta armonia e la vostra buona salute vi d
- Sagittario** Tutto bene, in questo periodo vi sentirete forti e vincenti sc
- Capricorno** Qualcosa vi turba nella vostra vita sentimentale e non rius
- Acquario** Fate attenzione perché la vostra creatività e la vostra liberi
- Pesci** Il periodo aiuta a far emergere la vostra creatività. Tend

PROVERBI TOSCANI

Il verosimile è nemico del vero.

Amici a scelta, e parenti come sono.

Marito vecchio e moglie giovane, assai figlioli.

Anche le mucche nere danno il latte bianco.

Il bello del particolare

UN PO' DI GIALLO...NON GUASTA



La **TUSSILAGO FARFARA** è un fiore officinale (cioè medicamentoso) che è facile incontrare nei pressi degli sfasciumi allo sciogliersi delle nevi, ma anche più in basso, in suoli in stato di abbandono. Convienne quindi non giudicare troppo frettolosamente queste piante delle invadenti "erbacce": spesso sono proprio queste, in virtù delle loro preziose proprietà terapeutiche, a prendersi una bella rivincita nei confronti di quelle più belle e

appariscenti. Di un bel colore giallo i fiori fanno la loro comparsa a Marzo-Aprile, prima dello sviluppo delle foglie; si presentano riuniti in ciuffi di cinque-sei elementi dall'aspetto carnoso e di colore vagamente argenteo. Come il nome lascia chiaramente intendere questa pianta è indicata per alleviare i fastidi della tosse bronchiale. E' uno dei metodi della "nonna" forse più noti, particolarmente efficace per curare, come raccomandava il grande Henri Leclerc, nelle tosse grasse. Si usa in infusione, lasciando macerare 50 grammi (in un litro di acqua bollente) per pochi minuti; se ne berranno poi tre tazze al giorno, dolcificando col miele.