

1.° Di ringraziare la cessata Direzione per tutto ciò che ha fatto con lodevole zelo allo scopo di mantenere in vita il Comizio, e promuoverne il buon andamento.

2.° Di volgere una parola di encomio all'ex segretario Avv. Biagio Macciò per l'attività da lui spiegata nel disimpegno delle sue funzioni.

3.° Di fare appello ai Comuni ed ai proprietari più facoltosi del Circondario, affinché vogliano fornire al Comizio i mezzi necessari alla sua sussistenza interessando allo stesso fine l'opera dei singoli Rappresentanti Comunali.

## IGIENE

Che cosa bisogna fare per guarire quando s'è ammalati?

Mettersi a letto, chiamare un buon medico, ingoiarsi pillole, polveri purganti, applicarsi vescicanti, senapismi, mignatte ed altre delizie di questo genere, e, tanto per non lasciarsi pigliare dalla malinconia, dieta rigorosa.

Queste cose tutte le sanno e molti, pur troppo, per pratica. Ma quello che non tutti sanno è qualcos'altro.

Che cosa bisogna fare per non ammalarsi?

Qualche vecchio brontolone a cui facciate una domanda simile vi risponderà guardandovi in cagnesco, di domandarlo a messer Domineddio che nella sua infinita bontà si compiace di far piovere i reumi, le gotte e i catarri sugli amati figliuoli. Una povera donna che ha una prole scrofolosa vi dirà che non si può andar contro al destino; che come vi sono ricchi e poveri, così ci hanno ad essere i sani e i malati.

Un'altra madre risponderà singhiozzando che se la scienza di non ammalarsi esistesse, ella non avrebbe perduto il suo unico figlio.

Un arzilla vecchietto tra i 70 e gli 80 vi dirà:

Non bevete vino.

Un altro non meno arzilla vi risponderà come l'oracolo:

Bevete bene.

Una pallida signora dagli occhi languidi e dalla vitina di vespa mormorerà come un soffio:

« Siate insensibili! »

E una robusta erbivendola mettendosi fieramente le mani sui fianchi, mostrandovi la metà nuda delle sue braccia sode, rizzando fieramente il busto procace e ridendo per mettere in mostra i suoi bei denti, esclamerà:

« Mangiate e bevete, e al diavolo i fastidi. »

Qualcun altro, invece di rispondere, vi guarderà pieno di stupore; e un bello spirito, tanto per non tacere, vi risponderà che il mezzo migliore per non ammalarsi è quello di star sani.

Tutti rideranno, ma il bello spirito avrà dato una risposta che con una piccola variante sarebbe stata saggia.

Per non ammalarsi bisogna prevenire le malattie.

Ma in che modo?

Col regime igienico.

Ah ci siamo alla gran parola di moda: l'igiene!

Cura igienica, sciroppo igienico, liquore igienico, cioccolatto igienico, sale igienico, scuole igieniche, banchi igienici, pane igienico, società igieniche... ci son persino gli almanacchi igienici; sicuro anche gli almanacchi.

È una mania come un'altra.

Ora dunque anche il vostro regime igienico può andare a dormire insieme a tutte le altre scoperte fatte in tutti i secoli per consolare questa povera umanità. I nostri nonni non pronunciavano mai questa parola e stavano benone. Mangiare quando si ha fame, bere quando si ha sete, dormire quando si ha sonno, lavorare meno che si può; ecco l'igiene.

Tutti questi famosi igienisti che cosa concludono? delle belle chiacchiere...

Ma, di grazia, scusi signore: ha mai letto qualche buon trattato d'igiene?

Ma che! io non ho tempo da buttar via! li legga chi vuole i trattati d'igiene: ho da pensare agli affari io.

Così ragiona il grosso pubblico, disprezzando a occhi chiusi quello che non conosce e che non vuol conoscere a nessun patto, nemmeno a quello del suo personale vantaggio.

Quest'avversione al leggere tutto ciò che non è un romanzo o la cronaca di un giornale è uno dei primi fattori dell'ignoranza nel nostro popolo. Le utili cognizioni che si possono ritrarre da buone letture restano per esser lettera morta nei libri chiusi. Invano l'ingegno di uomini valenti suda alla ricerca di utili veri; le cognizioni restano sempre il privilegio di pochi studiosi.

Molti si scusano dimostrando che il tempo necessario al lavoro, non lascia loro più quello d'istruirsi; ma quando si pensa che in una sola mezz'ora al giorno di lettura un individuo può imparare una cognizione utile, non è certo esagerazione il dire che tutti gli uomini hanno tempo di istruirsi.

E il concetto dei nostri padri non era che questo:

La persona sana è forte nel pensiero, nella volontà, nell'azione; chi è sano è forte, felice, vive a lungo.

Dal nome della dea, Igea, venne il nome della scienza, Igiene. Questa scienza che non può essere se non una parte della medicina, studia l'uomo sano, i suoi veri bisogni e i mezzi di soddisfarli ragionevolmente.

E veramente non è il nome che ha dato vita alla scienza, poiché anche prima che venisse battezzata, fino dai più remoti tempi i legislatori ne imposero le regole ai popoli sotto la forma severa del dogma.

E che altro è la formula famosa: « E nel settimo giorno si riposò » se non la più antica immagine del gran principio igienico del riposo dopo la fatica?

Così la religione che vieta le carni il venerdì e il sabato, senza contare che favorisce lo sviluppo dell'industria caseistica e il commercio del pesce, ha un'importanza non insignificante per la nostra salute, essendo dimostrato chiaramente che non solo la qualità dei cibi ha una grande influenza sul nostro benessere, ma pur anco la varietà dei medesimi. La carne è il cibo igienico per eccellenza; ma l'uso esclusivo di tal cibo nuocerebbe alla salute e conviene alternarlo alle verdure, ai latticini, ai farinacci, ai pesci.

L'igiene era già diventata una scienza 400 anni prima della venuta di Cristo e Ippocrate ne fu il maestro.

Circa 4 secoli più tardi Plutarco scriveva diversi precetti sul modo di conservare la salute, e il celebre Galeno, che visse tra lo scorcio del secolo primo e sul principio del secondo dell'era nostra, ridusse l'igiene a sistema.

Di poi, altri minori se ne occuparono, ma il maggior sviluppo a questa scienza fu dato dai nostri contemporanei.

E ai nostri tempi, l'Igiene, efficacemente coadiuvata dalle scienze fisiche e chimiche, non può che portare all'umanità immensi vantaggi.

Essa insegnerà a trovare le vie della salute nell'aria, nell'acqua, nell'abitazione, nell'alimento, nel moto e nel riposo; educerà le nostre forze fisiche da cui dipendono in massima parte quelle intellettuali e morali; e condurrà l'uomo per la via del benessere e della felicità fino al termine massimo che la natura concede ai suoi figli.

« Mente sana in corpo sano. » Ecco l'augurio che il sapiente re dell'antichità faceva a se stesso; ecco l'augurio che noi facciamo ai nostri lettori.

## ALLE DONNE ITALIANE

Il progresso della nazionale industria, è, puossi dire, un fatto compiuto tale, che, continuando, in breve tempo l'Italia sarà indipendente in fatto di commercio.

Abbiamo in Italia molti articoli di produzione tanto ben riusciti, che contrariamente ai fatti, dovrebbe godere la preferenza in confronto di quelli stessi che produconsi all'estero, e che vengono su larga scala importati.

Sgraziatamente però non sono di questo parere buona parte di Italiani, e specialmente non lo sono a discapito di quei prodotti il di cui uso e consumo è affidato alle donne. L'amido e la cipria, per es., vanno soggette a queste peripezie. Noi sappiamo che da ben 10 anni, nel ben noto stabilimento Banfi di Milano, si lavora indefessamente per persuadere le donne italiane che i suoi prodotti sono preferibili a quelli esteri, ed in buona parte vi è anche riescito combattendo coi fatti ciò che l'estero generalmente ottiene colla sola réclame.

L'ultima invenzione è l'Amido doppio al Borace Banfi, marca Gallo.

Da esperimenti fatti possiamo dichiarare questo prodotto superiore ai consimili, e possiamo raccomandarlo con conoscenza di causa. Il Borace vi è incorporato in modo da non corrodere la biancheria pur rendendola dura e lucida.

La cipria Banfi non ha bisogno di spiegazioni: basta confrontar la bianchezza di questa con quella estera per convincersi della superiorità di essa. Se non credete alle nostre parole, fatene una prova, e vi convincerete se questi prodotti hanno veramente onore all'industria italiana!

## LA SETTIMANA

Il Deputato Maggiorino Ferraris pronunciò venerdì scorso alla Camera un forbito e ponderato discorso sulla situazione finanziaria.

Egli venne applaudito e ricevette le congratulazioni dell'on. Baccarini e di molti altri colleghi. Ci ralleghiamo di cuore di questo nuovo trionfo del più giovane dei nostri rappresentanti in Parlamento e ci rieviamo di dare ai nostri lettori maggiori ragguagli sulle cose dette nel suo discorso dal bravo oratore.

Polizia — Ritorniamo nostro malgrado su questo argomento, memori del detto *gutta cavat lapidem*, nella speranza che una qualche volta la nostra voce sarà ascoltata.

Le vie sono male tenute, la piazza dell'Addolorata di questi giorni presentava un pericolo permanente per tutti quelli che vi transitavano e più

d'uno l'abbiamo visto ad andare colle gambe in aria.

Esiste poi una via senza nome che il volgo chiama *Calabraie*, che è un vero immondezzaio, eppure dessa conduce al palazzo municipale... ed in essa esistono meravigliose che si possono contare a centinaia ogni giorno ed in qualsiasi momento, perchè vengono rispettate dalle granate dei nostri spazzini.

L'abbiamo già detto, ed ora lo ripetiamo, un po' meno d'economia su questo ramo, perchè dalla pulizia dipende la salute dell'intera cittadinanza.

Il tempo che fa — Dopo un bel tempo che pareva di averci trasportati in piena primavera, un ventaccio di tramontana ci fece ritornare in inverno, e da circa una settimana sentiamo un freddo veramente Siberiano, in causa del quale i raffreddori sono all'ordine del giorno e della notte.

Malgrado di ciò il sole seguita a farsi vedere e possiamo ben dire che da parecchi anni non abbiamo più avuto un inverno così asciutto e per sì lungo tempo.

Al Circolo La Concordia domani si darà la terza veglia della stagione che, stando a quanto se ne dice, promette di riuscire ancora più brillante della passata veglia il che è tutto dire.

Al Casino — I nostri signori e signore si danno d'attorno onde la festa che si darà Mercoledì a sera abbia a sorpassare quelle date negli anni scorsi, e se abbiamo a giudicare dal fermento che si vede in paese, non possiamo dubitare menomamente della riuscita.

Morte improvvisa — Giovedì mattina una contadina di Alice Belcolle, certa Orsi, d'anni 54, mentre consultava in Acqui una delle solite sibille (che sibilla fatidica! in pieno secolo decimonono trova ancora i suoi gongoli!) che predicano l'avvenire col giuoco delle carte, venne colta da improvviso male e cadde al suolo fulminata. Il medico, prontamente accorso, non ebbe che a constatare la morte.

Ferimento grave — Nel vicino Alice, un giorno della corr. settimana, per risse avvenute in una festa da ballo un giovanotto restò molto malconcio.

Furti — Questa settimana furono presi di mira gli alberghi, pare che ai ladri piacciono il buon vino ed i cibi squisiti; difatti nella notte di martedì, ignoti si introdussero mediante rottura della porta, nell'albergo della *Caccia Reale* e dopo avere bevuto a sazietà, vi esportarono lire 15 in monete di rame e argento. Nella notte poi di mercoledì s'introdussero nell'altro albergo vicino detto della Bollente e non avendo trovato quattrini, pensarono bene di esportare il cesto porta-bottiglie, con bottiglie di liquori che scelsero fra i migliori, una bottiglia d'olio e parecchi litri di vino e se la svignarono senza neanche, da veri maleducati, lasciare al padrone la loro carta di visita.

Il ballo dato dalla Società Operaia sabato scorso al Politeama, è doloroso il dirlo, riuscì meschino, meschino, tanto dal lato introito, come pel miserabile concorso di belle e briose maschere, per cui l'ambiente era freddo, freddo.