

la paura sarà scemata quando l'acqua raccolta da torbida e filamentosa diverrà perfettamente chiara. Tale usanza è nota anche per la vicina Toscana (Camangi e Stefani, 2004).

Numerose e bizzarre sono le superstizioni popolari note tra i valdivaresi, se ne danno alcuni esempi: dal numero di frutti (follicoli) dell'elleboro (*Helleborus* sp.pl.) si pronosticano le produzioni agricole; le frasche di ontano raccolte il giorno del *Corpus Domini* e conservate in casa tengono lontane le fastidiose formiche; per ottenere legname forte e non attaccabile dai parassiti gli alberi vanno abbattuti a luna calante; la radice di elleboro con maggiori virtù medicinali è raccolta la vigilia di Natale, mentre altre piante si prelevano di preferenza il giorno di San Giovanni (24 giugno); le foglie di castagno, ad uso alimentare, vanno raccolte dopo San Lorenzo (10 agosto) e a luna vecchia, per evitare la loro precoce marcescenza; certe piante vengono preventivamente benedette prima di utilizzarle (*Olea europaea* L.), per rendere i preparati medicamentosi più potenti ed efficaci; portare con sé, in tasca, un seme di ippocastano (*Aesculus hippocastanum* L.) serve a scongiurare le malattie da raffreddamento; collane d'aglio (*Allium sativum* L.) si portano al collo contro i vermi intestinali (fig. 39); il semprevivo (*Sempervivum tectorum* L.) se fatto crescere sui tetti protegge le abitazioni dai fulmini (fig. 39).

Infine ricordiamo l'usanza di appendere sulla porta di casa alcune pannocchie di granturco (*Zea mays* L.) per scacciare le streghe; infatti, queste per entrare dovrebbero contare tutte le cariossidi delle pannocchie, ma essendo queste molto numerose abbandoneranno l'impresa per stanchezza o per il sopraggiungere dell'alba.



Fig. 40 - A sx, una collana di fiori (*Bellis perennis* L.) e a dx sigaretta di *güzerna* (*Clematis vitalba* L.)

## 9- Piante d'uso vario

In questo raggruppamento abbiamo inserito diverse piante adoperate in impieghi minori o, per meglio dire, meno attestati come il ludico (17 specie, pari al 3% - fig. 13) e il voluttuario (4 specie, pari all'1% - fig. 13).

A titolo esemplificativo ricordiamo certe specie usate come succedaneo del tabacco, nella preparazione delle sigarette (cfr. *Clematis vitalba* L., *Verbascum thapsus* L. e *Zea mays* L.) (fig. 40), nella realizzazione di rudimentali giochi per dilettere l'infanzia (cfr. *Arundo donax* L., *Bellis perennis* L., *Buxus sempervirens* L., *Castanea sativa* Miller ecc.),

nella fabbricazione di strumenti musicali (cfr. *Castanea sativa* Miller, *Sambucus nigra* L. ecc.) come *fiscielli* (zufoli) e *sciuvelli* (fischietti), nella preparazione di collane di fiori (fig. 40), nella produzione dell'inchiostro per scrivere (*Phytolacca americana* L., *Sambucus nigra* L. ecc.), nella pesca di frodo (cfr. *Euphorbia lathyris* L.) e in tante altre pratiche maturate in situazioni di bisogno.

## 10- Piante nelle composizioni popolari

Negli ultimi decenni sono state condotte ricerche per censire sul territorio ligure le composizioni popolari<sup>10</sup>: filastrocche, proverbi, modi di dire, preghiere e canzoni, nelle quali, spesso, sono citate le piante; a tutt'oggi, per la Val di Vara, sono note una quarantina di specie<sup>11</sup>.

Le composizioni più comuni e diffuse sono quelle legate alle pratiche agricole, che sottolineano il susseguirsi dei mesi e delle stagioni. Si inizia con quelle che parlano del mondo vegetale in maniera generica, con riferimento ai periodi di germogliamento, fioritura, frondazione e fruttificazione delle piante, come il detto (Bolano)<sup>12</sup>:

<sup>13</sup>Marzu i brugisa,  
avril i fiurisa,  
maʒu i fa la fogia.

Marzo mette i germogli,  
aprile i fiori,  
maggio fa le foglie.

<sup>10</sup> I dati qui esaminati fanno parte di un più ampio lavoro che ha interessato gran parte della Liguria (Manieristi *et al.*, 2005; Marchini e Maccioni, 1998a, 1998b, 1999, 2006).

<sup>11</sup> Le specie censite nelle composizioni popolari della Val di Vara sono: *Allium porrum* L., *A. sativum* L., *Alnus glutinosa* (L.) Gaertner, *Brassica oleracea* L., *B. rapa* L., *Carpinus betulus* L., *Castanea sativa* Miller, *Cucurbita maxima* Duchesne, *C. pepo* L., *Fagus sylvatica* L., *Ficus carica* L., *Foeniculum vulgare* Miller, *Fraxinus ornus* L., *Helichrysum italicum* (Roth) Don, *Helleborus viridis* L., *Juglans regia* L., *Juniperus communis* L., *Laburnum anagyroides* Medicus, *Laurus nobilis* L., *Lilium candidum* L., *Linum usitatissimum* L., *Olea europaea* L., *Oryza sativa* L., *Pinus pinaster* Aiton, *Pisum sativum* L., *Populus* sp., *Prunus avium* L., *Prunus persica* (L.) Batsch, *Pyrus communis* L., *Quercus ilex* L., *Quercus* sp., *Rosa canina* L., *Rosa* sp., *Rosmarinus officinalis* L., *Secale cereale* L., *Spartium junceum* L., *Triticum aestivum* L., *Vitis vinifera* L.

<sup>12</sup> Le località da cui provengono le informazioni sono indicate tra parentesi.

<sup>13</sup> Per una lettura più agevole delle parti trascritte in dialetto si riportano i segni fonetici utilizzati (Marchini e Maccioni, 1999):

ç suona come la s nella parola italiana sera ed è sostitutivo della c palatale come nella parola italiana (cento);

c' e g' seguite dalla vocali i, e hanno da un suono palatale leggermente invertito;

j ha il suono, leggermente allungato, della j francese;

ö si legge come il grafema eu e ha il suono della parola francese (deux);

ɹ ha un suono palatale simile alla r inglese;

ʃ ha il suono della s dura come nella parola italiana (sasso);

ʎ ha il suono della s dolce come nella parola italiana (rosa);

š sostituisce sc e suona come nella parola italiana (sciale); in alcuni casi precede anche le consonanti, come in *caštagna*;

ü ha il suono della u francese;

z ha il suono della zeta dura di (razza);

ʒ ha il suono della zeta dolce di (Zara).

Dello stesso genere è il seguente (Carrodano):

Se ciöve pe a Šensiün  
ogni socu fa u frütu.

Se piove per l'Ascensione  
ogni pianta fa il suo frutto.

Ve ne sono poi che parlano delle caratteristiche dei mesi (Calice al Cornoviglio):

Gennaio mette ai monti la parrucca  
febbraio grandi e piccoli imbacucca  
marzo libera il sol di prigione  
aprile di bei color indora la via  
maggio tra musiche d'uccelli  
giugno ama i frutti appesi ai ramoscelli  
luglio falcia le messi al solleone  
agosto avaro ansando le ripone  
settembre bei grappoli rubini  
ottobre di vendemmia riempie i tini  
novembre ammuccia aride foglie in terra  
dicembre ammazza l'anno e lo sotterra.

In questa, come in altre simili sui mesi, si trovano riferimenti al taglio e alla trebbiatura del grano (*Triticum aestivum* L.) e alla raccolta dell'uva (*Vitis vinifera* L.). Frequente è anche la "tiritera" sulla durata del giorno e della notte nei vari periodi dell'anno, ma solo a Calice al Cornoviglio tra i riferimenti si trova la fioritura del pesco (*Prunus persica* (L.) Batsch):

Santa Lucia  
l'è a note pù grande che ghe sia.  
Per Natale  
quanto 'n galo i poi volare.  
Per Pasqueta  
'n'oretta.  
Per Sant'Antonio  
'n'ora e 'n grogno.  
Per San Bastian  
'n'ora e 'na man.  
Qande 'r **persego** g'è fiorì  
tanto a note quantu u di.

Santa Lucia (13 dicembre)  
è la notte più lunga che ci sia.  
Per Natale (25 dicembre)  
quanto un gallo può volare.  
Per Pasquetta (Epifania 6 gennaio)  
un'oretta.  
Per Sant'Antonio (17 gennaio)  
un'ora e un pugno.  
Per San Sebastiano (20 gennaio)  
un'ora e una mano (aperta).  
Quando il **pesco** è fiorito (aprile)  
tanto (è) la notte come il giorno<sup>14</sup>.

Vi è poi una serie di composizioni che entra nello specifico di operazioni agricole; è il caso del modo di dire che sottolinea come ottenere una buona produzione di aglio (*Allium sativum* L.) (Veppo):

<sup>14</sup> È interessante notare che mentre le prime sono state ritrovate in tutte le valli liguri indagate, la strofa relativa al pesco è stata ascoltata solamente a Corniglia, nelle Cinque Terre.

Chi la mete de zenao  
fa un bon **ag'iaio**.

Chi semina di gennaio  
fa un bell'**agliaio**.

Per quanto riguarda le castagne (*Castanea sativa* Miller), invece, si evidenzia il mese d'inizio della maturazione dei suoi frutti (Maissana):

Pe' San Miché  
ugna **castagna** pé senté.

Per San Michele (29 settembre)  
una **castagna** per assaggio.

A questa tipologia di composizione si rifanno anche due modi di dire, il primo che parla del vino (*Vitis vinifera* L.) e dell'olio (*Olea europaea* L.) (Sesta Godano), il secondo su alcune varietà di fichi (*Ficus carica* L.) (Corvara):

Quande u **vin** l'è in ta tin-a  
l'oiu l'è in gi **uive**.

Quando il **vino** è nelle botti  
l'olio è (ancora) nelle **olive**.

Quando a gh'è i **binèli** e i **tusùn**  
i **vergàn** i nen ciu bun!

Quando ci sono i (fichi) **binèli** e i **tusùn**  
i **vergàn** non sono più buoni!

La pianta più ricordata è la vite, anche per il vino che un tempo si produceva abbondante e altrettanto in abbondanza si consumava! Tanti sono i proverbi che esaltano le qualità del vino, in relazione alla buona salute dell'uomo, tra cui i seguenti (Follo, Valgiuncata e Mattarana):

Vin d'**vigna**  
ar core i m' zigna,  
quand' a u sento nominare  
tuto 'r core i m' fa arlegrare.

Vino di **vite**  
il cuore mi stimola,  
quando lo sento nominare  
tutto il cuore mi fa rallegrare.

L'èigua a derive e pöfe:  
beiva u **vin** che u fa bén.

L'acqua fa franare i poggi:  
bevi il **vino** che fa bene.

Oltre alla vasta gamma di detti sul vino, sono stati ritrovati proverbi proprio sulla pianta della vite, come quello che descrive il modo migliore di coltivarla se si vuole avere una buona vendemmia (Follo):

Pódeme ben, ligheme mare  
ma dam' da mangiare.

Potami bene, legami male  
ma dammi da mangiare.

In un altro si sottolinea la delicatezza della pianta che richiede tempo per diventare bella e rigogliosa, ma fa presto a seccare (Antessio):

A **vigna** a vegni a ghe mete  
a anà a fa fitu.

La **vite** a venire ci mette (molto tempo),  
a seccare fa presto.

Anche sul castagno e i suoi frutti vi sono molti modi di dire; un proverbio che risale ai tempi in cui la miseria era il “pane quotidiano” e le castagne erano un bene prezioso dice (Carrodano):

A **caštagna** u l'è u pan di povéi.      La **castagna** è il pane dei poveri.

E nelle probabili dispute che nascevano tra chi avesse diritto a raccoglierle nel bosco si diceva (Calice al Cornoviglio):

A **castagna** l'àn a coa  
chi la pig'ia l'en a soa.      Le **castagne** hanno la coda  
chi le raccoglie sono sue.

Inoltre, si consigliano le varietà di castagne più adatte ai diversi modi di consumarle (media Val di Vara):

**Carpané**ja a la distéja  
**sarvàdega** a la grada  
**biancorela** a la padèla.      **Carpanese** per tutti gli usi  
selvatica a seccare nel gradile  
**biancorella** per far le caldarroste<sup>15</sup>.

Altra pianta menzionata in numerose composizioni è l'olivo (*Olea europaea* L.), che ancora oggi si coltiva per la produzione del prezioso olio. Un proverbio diffuso stima la produzione dell'anno in base al periodo di fioritura (Corvara):

Se gi **uive** a fuiušan d'abri  
dunde n'è en scandagiu ghe n'è 'na barì,  
se a fuiušan de maļu  
dunde ghe n'è 'na barì ghe n'è en scandagiu.      Se le **olive** fioriscono d'aprile  
dove ce n'è uno scandaglio ne danno un barile  
se fioriscono di maggio  
dove ce n'è un barile ne danno uno scandaglio<sup>16</sup>.

Un altro proverbio ricorda che per aumentare la produzione di olive bisogna fare una potatura radicale (Follo):

Fam' povra d' ramia  
ch' a t' fago rico d' grania.      Fammi povero di rami  
che ti farò ricco di grane.

Vi sono poi casi in cui una pianta è presa come simbolo; ad esempio se si vuole far sì che un “amico” non torni a trovarci, bisogna dargli da mangiare carne di bue (notoriamente dura) e mettere nel camino legna di fico (*Ficus carica* L.), perché non scalda (Follo, Castello di Carro):

Carna d' bò e legna d' **figo**  
s' t' voi 'n vitar l'amigo.      Carne di bue e legna di **fico**  
se vuoi invitare un amico.

<sup>15</sup> In Val di Vara sono note anche altre varietà (*buiasche, ciavaine, navune* ecc.) (cfr. scheda etnobotanica).

<sup>16</sup> Barile e scandaglio sono recipienti usati per conservare l'olio: il primo può contenerne 13 chilogrammi, il secondo 50.

In un altro modo di dire la castagna viene presa come allegoria di una cosa infinitamente piccola rispetto a una montagna (San Benedetto):

L'è meglio 'na dona cume 'na **castagna**  
che 'n'òmo cume 'na muntagna.

È meglio una donna come una **castagna**  
che un uomo come una montagna<sup>17</sup>.

Solo in due casi sono stati ascoltati proverbi che ricordano un uso medicinale delle piante. Il primo riguarda l'olivo, o meglio l'olio, che si bruciava nei lumi (Riccò del Golfo):

L'òio de lu[terna  
çentu mai i governa.

L'olio di lucerna  
cento mali guarisce.

Il secondo, che i valdivaresi attribuiscono agli invasori francesi ('700), si riferisce all'elicriso (*Helichrysum italicum* (Roth) Don) e constata come gli abitanti locali non ne conoscessero le virtù terapeutiche (Castello di Carro):

**Erba canüa** ti sèn nata  
duve nu ti sèn conoşua.

**Erba canuta** sei nata  
dove non sei conosciuta.

La ricerca sul campo ha raccolto molte filastrocche, spesso senza senso, che venivano recitate ai bambini. Alcune riportano, nelle strofe, nomi di piante che probabilmente venivano scelte per fare la rima, rilevando, comunque, quali fossero conosciute da tutti, in quanto diffuse nel territorio o di uso comune tra la gente. In una filastrocca dedicata alla pigrizia, nota in tutta la Val di Vara e recitata in italiano, viene nominato il cavolo (*Brassica oleracea* L.), che ancora oggi fa parte della cucina e della medicina popolare (cfr. scheda etnobotanica):

La pigrizia andò al mercato ed un **cavolo** comprò.  
Mezzo giorno era suonato quando a casa ritornò.  
Prese l'acqua, accese il fuoco, si sedette e riposò.  
Così persa ormai la lena sola al buio ella restò  
ed a letto senza cena la pigrizia se ne andò.

In un'altra si parla del finocchio (*Foeniculum vulgare* Miller) e di un'erba buona non meglio identificata (Calice al Cornoviglio):

Fume, fume va verso a catena  
che tu pà i t' c'iaa a cena  
i t à amani 'n ber fantin  
chi s' c'iaa Luvigin.  
Luvigin da ra breta rosa  
dime 'n pò quante ra te costa?

Fumo, fumo va verso la catena (del camino)  
che tuo padre ti chiama a cena  
ti ha preparato un bel bambino  
che si chiama Luigino.  
Luigino dal berretto rosso  
dimmi un po' quanto ti costa?

<sup>17</sup> È questo un caso interessante, perché nelle altre valli liguri indagate è stato sempre riferito al maschile (È meglio un uomo come una castagna che una donna come una montagna).

Ra me costa ‘n tarantàn  
sun t’ ra porta de Milàn  
sun t’ ra porta de Cremona  
a s’ ghe bala, a s’ ghe sona  
a s’ ghe pista l’erba bona.  
L’erba bona a fa **fenoc’io**  
Luvigìn i scrica l’oc’io  
scrica l’oc’io e metla ‘n sen  
mira ‘n pò che beo seren.

Mi costa un tarantano (soldo)  
sulla porta di Milano  
sulla porta di Cremona  
ci si balla e ci si suona  
ci si pesta l’erba buona.  
L’erba buona fa il **finocchio**  
Luigino schiaccia l’occhio  
schiaccia l’occhio e mettila in seno  
guarda un po’ che bel sereno<sup>18</sup>.

In quella intitolata *a formigheta e o grileto* (la formichina e il grilletto) si parla invece del lino (*Linum usitatissimum* L.) in quanto pianta tessile (Riccò del Golfo):

‘Na vota la gh’ea ‘na formigheta  
la diŷa ao grileto: “dame en pò do te **lin**.”  
E o grileto i ghe diŷa: “de coŷe te ‘n vò fae?”  
“Da fame e scarpetine che a me voi maritae.”  
Aloa o grileto i ghe diŷa:” ma ti spoŷeò me.”  
E a formigheta tuta beata a l’è.  
I è ‘ndà per meteghe l’aneo  
i è caito ‘n tera e i s’è spacà o cervero.  
Aloa a formigheta la va de la da o mae  
a piaie l’unto da medegae  
e la ghe trova a nòva che o grileto i sta mae  
aloa la parta, la va de la da o porto  
e la ghe trova a nòva che o grileto i è morto  
aloa la parta e la se n va en leto  
e coi carcagni la se sfondava o peto.

Una volta c’era una formichina  
dice al grilletto: dammi un po’ di **lino**.  
E il grilletto dice: cosa ne vuoi fare?  
Da farmi le scarpette che mi voglio sposare.  
Allora il grilletto le dice: ma ti sposterò io.  
E la formichina è tutta felice.  
È andato per metterle l’anello  
è caduto a terra e si è rotto il cervello.  
Allora la formichina parte e va di là dal mare  
a prendere l’unguento per medicarlo  
e sente la notizia che il grilletto sta male  
allora parte e va di là dal porto  
e sente la notizia che il grilletto è morto  
allora parte e se ne va a letto  
e con i calcagni si sfonda il petto.

È stata anche riferita una filastrocca, nota in versioni simili in tutta la Liguria, che nomina il grano (Corvara):

Voga vughina  
madama Giacumina  
prestéme a voŷia tina  
per méteghe a faìna  
a faìna l’è de **gran**  
gi uŷelìn i se a mangeàn.  
En te l’orto d’Andriö  
ghe cantava u rusignö  
rusignö cus’ te fa li?  
Mangiu cantu e fiscciu chi.

Voga voghina  
signora Giacomina  
prestatemi la vostra botte  
per metterci la farina  
la farina è di **grano**  
gli uccellini la mangeranno.  
Nell’orto di Andreolo  
cantava l’usignolo  
usignolo cosa fai li?  
Mangio canto e fischio qui.

<sup>18</sup> È interessante notare che in una filastrocca totalmente diversa ascoltata a Garlenda, in provincia di Savona, è presente la medesima riga con il finocchio (Manieristi *et al.*, 2005).

Un'altra molto diffusa in Val di Vara parla di un uomo da sposare che in realtà ha ben poco da offrire, solo due piante di fichi che non producono frutti e una zucca da semenza (Calice al Cornoviglio):

Catarina pige quel'omo  
che g'è rico e galantomo  
i g à doi **fichi** tra a ra cà  
un g'è seco e l'altro i nen fa  
i g à 'na vaca e 'na man<sup>3</sup>oa  
in g à nišiu da mandagia foa  
i g à 'na **zucca** da ra sementa  
che fin ch' ra dura l'è bon tempo.

Caterina prendi (= sposa) quell'uomo  
che è ricco e galantuomo  
ha due piante di **fico** dietro la casa  
uno è secco e l'altro non ne fa  
ha una vacca e una vitella  
non ha nessuno che le porti al pascolo  
ha una **zucca** da semenza  
e fin che dura è buon tempo<sup>19</sup>.

Interessante è poi una filastrocca che parla di pere (*Pyrus communis* L.)<sup>20</sup> (Castello di Carro):

Fèla balà cu l'è quella da i **pèie**  
fèla balà cu de **pèie** a ghe n'à  
n'ài una corba sutu a u letu  
altretante 'ndu bancà  
fèla balà, fèla balà che de **pèie** a ghe n'à.

Fatela ballare che è quella dalle **pere**  
fatela ballare che di **pere** ne ha  
ne ha una cesta sotto il letto  
altretante dentro il cassettone  
fatela ballare che di **pere** ne ha.

Da Castello di Carro arriva anche una composizione che parla della Madonna e di Gesù bambino, al quale la madre porta alcune rose (*Rosa* sp.):

Canta canta **roje** e fiori  
che l'è natu nostro Signore  
tra il bue e l'asinello  
nu gh'è faše e ne mantelo  
per faša 'sto Gešù belo  
Gešù belo Gešù Maria  
tuti i angeli in cumpagnia  
quandu u prève va a l'altà  
tùti i angeli i và a cantà  
quandu sona u sunagin  
a Madona 'ndu giardin  
per çercà dui **roje** gianche  
per guarnise u su bambin.

Canta canta **rose** e fiori  
che è nato nostro Signore  
tra il bue e l'asinello  
non ci sono fasce né mantello  
per fasciare questo Gesù bello  
Gesù bello Gesù Maria  
tutti gli angeli in compagnia  
quando il prete va all'altare  
tutti gli angeli vanno a cantare  
quando suona il sonaglino  
la Madonna nel giardino  
per cercare due rose bianche  
per guarnire il suo bambino.

In un caso solamente viene menzionata una specifica pianta che cresce in un paese: si tratta di un leccio (*Quercus ilex* L.) che vegeta a Ponzò (Corvara):

<sup>19</sup> Nelle ricerche effettuate nelle altre valli liguri è stata ascoltata a Onzo, in provincia di Savona, ma non vengono nominate piante (Manieristi *et al.*, 2005).

<sup>20</sup> Nel resto della Liguria è stata ascoltata solo ad Ameglia, in Val di Magra, dove però si racconta con le mele (Marchini e Maccioni, 1998a).



## ETNOBOTANICA in Val di Vara

A Punsò gh'è 'n pié de **lisa**  
che u diavu i se ghe 'ndrisa  
se i se ghe 'ndrisa per da bun  
i porta via i cativi e i bun.

A Ponzò c'è una pianta di **leccio**  
dove il diavolo ci sale  
ci sale per davvero  
e porta via i cattivi e i buoni.

Tra le cosiddette “strapaese” è stata censita una composizione che, nel descrivere in maniera ironica la caratteristica degli abitanti di ogni paese, riporta alcune piante alimentari usate probabilmente in maniera particolare in quei paesi. Si tratta della strapaese recitata a Rocchetta Vara, dove si nominano i porri (*Allium porrum* L.), i cavoli (*Brassica oleracea* L.) e le rape (*Brassica rapa* L.):

Quéi de Rocheta  
i mang'e a torta de **poriöi**.  
Quéi de Baùn  
i van ben pei **coi** e i **ravi**.  
Quéi de Dobeduse  
per San Pietro i mang'ian l'ase.

Quelli di Rocchetta  
mangiano la torta di **porri**.  
Quelli di Beverone  
vanno bene per **cavoli** e **rape**.  
Quelli di Debeduse  
per San Pietro mangiano l'asino.

Ai bambini piccoli, spesso, si recitavano brevi filastrocche per farli giocare in modo interattivo. Nella seguente si toccava prima la fronte, poi il naso, in corrispondenza del quale si nominava il pisello (*Pisum sativum* L.), e alla fine si dava un buffetto sotto il mento (Riccò del Golfo):

Chi 'n gosin d'öio  
chi 'na **pefela**  
saca mincèla.

Qui un gocchetto d'olio  
qui un **pisello**  
schiaccia il mentino.

Quando i bambini non volevano mangiare si cercava di intimorirli e di stupirli, per indurli ad aprire la bocca, con una filastrocca su un uccellino fantastico, la *bucabaja* (Rocchetta Vara) o *becabaža* (Serò), che aveva parti del corpo fatte con faggio (*Fagus sylvatica* L.) e ontano (*Alnus glutinosa* (L.) Gaertner):

Ariva a bucabaja  
cun quattru pié de **fag'ia**  
cun quattru de **aniedàn**  
a tüti quei che n' mang'ia a ghe fa anm!

Arriva la *bucabaja*  
con quattro piedi di **faggio**  
con quattro di **ontano**  
a tutti quelli che non mangiano gli fa anm!

Ste atenti fanti che gh'è a becabaja  
cui denti de **faja**  
e gambe de **agnedàn**  
a mangia tüti i cristiàn.

State attenti ragazzi che c'è la *becabaža*  
con i denti di **faggio**  
e le gambe di **ontano**  
mangia tutti i cristiani.

A Sesta Godano è stata raccontata una breve composizione, per far saltare i bambini, nella quale viene menzionato il riso (*Oryza sativa* L.):

Satu bilatu  
a Madona a me pige in brasu  
a me da in cùcè de **riju**  
satu in paradìu.

Salta in alto  
la Madonna mi prende in braccio  
mi da un cucchiaino di **riso**  
salta in paradiso.

Nella zona di Riccò del Golfo sono stati ascoltati alcuni indovinelli che hanno per oggetto due piante largamente diffuse in Val di Vara, il castagno e il pinastro (*Pinus pinaster* Aiton):

U pae grande grande  
a mama rabioja  
a figia saporaja.  
[U **castagnu**]

Il babbo grande grande (l'albero)  
la mamma spinosa (la riccia)  
la figlia saporita (la castagna).  
[Il **castagno**]

U pae grande grande  
a mama ciosa ciosa  
negri, negri i pecenìn  
gianchi, gianchi i nipotìn.  
[U **pin**]

Il babbo grande grande (l'albero)  
la mamma piccola piccola, (la pigna)  
neri, neri i figliolini (i pinoli interi)  
bianchi, bianchi i nipotini (i pinoli puliti).  
[Il **pino**]

Tra le numerose canzoni che gli intervistati hanno cantato, solo due contengono nomi di piante. La prima è “La canzone dello zio Tofo” (*Ra canzòn der barba Tòfo*), nella quale vengono citati il fico e il noce (*Juglans regia* L.) per esemplificare due frutti totalmente diversi (Madrignano):

‘R **figo** i n’è ‘na **noje**  
ra **noje** a n’è ‘r **figo**  
ra m’nestra ra n’è ‘n bigo  
‘r bigo i n’è ‘na m’nestra  
‘r pan i n’è ‘na f’nestra  
ra f’nestra a n’è ‘n pan  
‘n figio i n’è ‘n gabàn  
‘n gabàn i n’è ‘n figio  
manco ‘n gato i n’è cagnolo  
‘n cagnolo i n’è ‘n gato  
ra m’nestra a n’è ‘n piato  
‘n piato i n’è ‘n tondo  
‘n tondo i n’è ‘n bronzo  
e manco ‘n bó i n’è ‘na vaca.

Il **fico** non è un **noce**  
la **noce** non è il **fico**  
la minestra non è un verme  
un verme non è la minestra  
un pane non è una finestra  
la finestra non è un pane  
un figlio non è un mantello  
un mantello non è un figlio  
neanche un gatto non è un cagnolino  
un cagnolino non è un gatto  
la minestra non è un piatto  
un piatto non è una ciotola  
una ciotola non è un paiolo  
e neanche un bue è una mucca.

La seconda è la canzone di “Nonno Giovanni” (*Nono Giuàn*) e dei suoi animali, nella quale si nomina una capra che pestava l’aglio (Càssego):

Nonno Giuàn u g aveia in-a crava  
che cu e corne a recamava  
cu i pé a pistava l’**agiu**  
e cu a cua a gratava u furmagiu.

Nonno Giovanni aveva una capra  
che con le corna ricamava  
con i piedi pestava l’**aglio**  
e con la coda grattava il formaggio.

Nono Giuàn u g aveia in-a galina  
tùti i giurni u a mandava a dutrina.  
Nono Giuàn u g aveia in cavalu  
tùti i giurni u mandava a scöa de balu.  
Nono Giuàn u g aveia in porcu  
tùti i giurni fù per l'ortu.

Nonno Giovanni aveva una gallina  
tutti giorni la mandava a dottrina.  
Nonno Giovanni aveva un cavallo  
tutti i giorni lo mandava a scuola di ballo.  
Nonno Giovanni aveva un porco  
tutti giorni (lo mandava) giù per l'orto.

In una delle tante versioni di una ninna nanna popolare, nota in tutta la Val di Vara, la culla è una cesta (*corba*) e quando arriva la mamma per fare la rima si nominano zucche (*Cucurbita maxima* Duchesne) e zucchini (*Cucurbita pepo* L.) (Bolano):

Nina nana a la corba:  
Santa Maria t'adòrma  
t'adòrma e t'arèsta  
ti mà l'è andà a la festa  
a la festa de San Luca  
la te porta 'na bèla **zuca**  
**zuca zucchei**  
per fare i canestrei.  
I canestrei g' èn coti  
la pùlefa la grida  
la mà l'è andà a maridu  
cun sete anei au didu  
sete la gi à en t' la casa  
l'è andà a spuJar a Masa  
e sete 'n t 'l cason  
nina nana a stó pupón.

Ninna nanna alla cesta:  
Santa Maria ti addormenta  
ti addormenta e ti ferma  
tua madre è andata alla festa  
alla festa di San Luca  
e ti porta una bella **zucca**  
**zucca zucchini**  
per fare le ciambelle.  
Le ciambelle sono cotte  
la pulce grida  
la madre è andata a maritarsi  
con sette anelli al dito  
sette li ha nella cassapanca  
è andata a sposarsi a Massa  
e sette nel cassettone  
ninna nanna a questo bambino.

Altre composizioni interessanti dal punto di vista botanico sono risultate essere quelle riferite ad alcune festività. A Serò di Zignago, la vigilia di Natale era diffusa l'usanza di sedersi davanti al fuoco e di bruciare rametti di piante contenenti oli essenziali o resina, che producevano scoppiettii (*i pèti*); mentre si contavano *i pèti* si recitava una filastrocca che aiutava a stimare i raccolti dell'anno che stava per cominciare:

Tanti pèti de **zènesra**  
tanti tundi de menestra  
tanti pèti de **reofògio**  
tante mine a n'arecògio  
tanti pèti de **revuina**  
tante mine de faina  
tanti pèti de **zénéivru**  
tante mine de **séigu**  
tanti pèti de **reJumain**  
tante tine de vin.

Tanti scoppiettii di **ginestra**  
tanti piatti di minestra  
tanti scoppiettii di **alloro**  
tante mine <sup>21</sup> ne raccolgo  
tanti scoppiettii di **revuina**  
tante mine di farina  
tanti scoppiettii di **ginepro**  
tante mine di **segale**  
tanti scoppiettii di **rosmarino**  
tanti tini di vino.

<sup>21</sup> Le *mine* erano misure del tempo antico.

La ginestra (*Spartium junceum* L.), l'alloro (*Laurus nobilis* L.), il ginepro (*Juniperus communis* L.), la segale (*Secale cereale* L.) e il rosmarino (*Rosmarinus officinalis* L.) sono piante ben conosciute e utilizzate un po' ovunque; la *revuina* invece, secondo chi ha recitato la filastrocca, è una quercia molto rara, ma non è stato possibile verificarlo.

In passato un'altra occasione per fare festa era l'inizio del mese di maggio. Come in tutta la Liguria, anche in Val di Vara era tradizione andare in giro nei paesi, la notte del 30 aprile, a cantare il Cantamaggio.

A Valgiuncata i ragazzi mettevano anche fiori davanti alle case delle ragazze da marito. Per la maggior parte si trattava di alberi: pioppo (*Populus* sp.), carpino bianco (*Carpinus betulus* L.), ciliegio (*Prunus avium* L.), maggiociondolo (*Laburnum anagyroides* Medicus) e orniello (*Fraxinus ornus* L.). Figurava solo un'erba, per altro velenosa e dal fiore poco appariscente, l'elleboro (*Helleborus viridis* L.), usata in Val di Vara per curare gli animali (cfr. scheda etnobotanica). Di volta in volta veniva scelto il fiore con il significato voluto, che non sempre era gentile:

Fiù de **bragacücu**  
da tüti ti te fè vede u cü.  
Fiù de **avurno**  
mai ciù ghe turno.  
Fiù de **zeeja**  
figia alegra.  
Fiù de **arbaèla**  
figia bèla.  
Fiù de **carpenin**  
bèlu büchìn.  
Fiù de **frasa**  
figia de 'na bagaša.

Fiore di **elleboro**  
da tutti ti fai vedere il sedere.  
Fiore di **maggiociondolo**  
mai più ci torno.  
Fiore di **ciliegia**  
figliola allegra.  
Fiore di **pioppo**  
figliola bella.  
Fiore di **carpino**  
bella boccuccia.  
Fiore di **frassino** (orniello)  
figlia di una b ...

Anche nel Cantamaggio di Follo, cantato in italiano, vi sono due strofe che nominano i fiori:

Si vedon le ragazze  
ad ogni cantonata  
di **gigli** e **rose** ornate  
e d'ogni altro fior.  
La **rosa** è un bel fiore  
come la gioventù  
nasce fiorisce e muore  
e non ritorna più.

Si può supporre che si tratti del giglio di Sant'Antonio (*Lilium candidum* L.), un tempo coltivato in tutti gli orti, e della rosa canina (*Rosa canina* L.), spontanea nei boschi della Val di Vara.

In conclusione le specie citate con più frequenza, nelle composizioni popolari, sono la vite e il castagno, piante assai diffuse nel territorio e da sempre legate alla

sopravvivenza delle popolazioni locali; anche il fico risulta molto considerato e, in alcune zone, pure l'olivo, entrambi ben inseriti nell'economia domestica.

Interessante è ricordare che dalle indagini effettuate sulle composizioni minute liguri, risulta che alcune piante (porro, ontano, carpino, faggio, orniello, eleboro, ginepro, maggiociondolo, alloro, giglio di Sant'Antonio, pioppo, ciliegio, pero, rosmarino e segale) compaiono solamente in quelle della Val di Vara.

Questi risultati evidenziano, dunque, lo stretto legame che c'era in passato tra le popolazioni locali e le piante in Val di Vara. È auspicabile che i dati raccolti siano uno stimolo "culturale" per coloro che oggi scelgono di abitare in questa Valle, affinché non perdano il contatto con il territorio e con la sua storia.

## NOTA LINGUISTICA

La ricerca in campo, sull'intero territorio della Val di Vara, ha registrato anche i diversi nomi popolari delle specie vegetali esaminate e non solo (i nomi dei manufatti artigianali, delle pietanze, dei preparati medicinali ecc.).

Difficile è individuare e ipotizzare tutti i vari elementi di spunto e di stimolo che hanno permesso alla popolazione locale di creare questa articolata e bizzarra gamma di locuzioni dialettali, frutto del continuo rinnovamento dell'etimologia popolare. Non bisogna commettere l'errore di pensare che la molla ispiratrice sia la sola e fervida fantasia, forse questa è proprio l'estrema *ratio* alla quale l'uomo ricorre nel momento in cui la sua innata capacità di osservatore e di pensatore è momentaneamente obliata (Camangi, 2003).

Il nome è prima di tutto una risposta a un bisogno, quello di sottolineare l'utilità o la pericolosità di una specie vegetale, di cogliere gli elementi botanici peculiari di una pianta *in toto* o di certe sue parti, di richiamare alla mente tradizioni passate legate alla vita quotidiana nei campi o addirittura ai giochi della prima infanzia.

La diversità culturale, passa, dunque, anche attraverso il recupero linguistico dei nomi volgari che in essa trova massima espressione e vitale componente. A proposito dell'eterogenicità linguistica legata ai nomi popolari delle piante, per l'alta Val di Vara, ci piace ricordare un passo della lettera scritta da Don Vincenzo Giannone<sup>22</sup>, il 25 aprile 1866 e indirizzata all'Ispettore D. Questa: [...] *Si grande è il piacere, e direi il bisogno, che provano i contadini di chiamare a nome tutte le specie d'alberi, d'arbusti, di erbe, che se non sanno il vero, coniano essi stessi un nome. E siccome nelle regioni alpestri v'ha gran penuria di mezzi, ed è rarissima la visita di persone intelligenti, da cui poter apprendere i veri nomi delle cose, così avviene, che non solo ogni paese, ma ogni Villa e direi quasi ogni famiglia ha una Nomenclatura sua propria, specialmente delle erbe. Da questo si può misurare fino a un certo punto il grado di coltura locale. La mia Comuneglia non è certamente de' paesi più colti, ma neanche de' più restii alla coltura, così che tra le Borgate confinanti e sorelle fu sempre la primogenita, ed esercitò ognora su di esse una dolce egemonia. Perciò anche la sua Nomenclatura botanica non è delle più strambe. Tuttavia è assai incompleta e non manca di avere certe parolacce da spaventare i gatti. Quindi discorrendo coi nostri*

---

<sup>22</sup> Prete e maestro di Comuneglia (Varese Ligure) (1827-1915).

*terrazzani mi tocca spesso sentir nominare l'erba cannona<sup>23</sup>, schiappa laveggi<sup>24</sup>, grugni porcili<sup>25</sup>, tetta lepri<sup>26</sup>, orecchie di capra<sup>27</sup>, scanna becchi<sup>28</sup>, scorregiuli<sup>29</sup>, caga stracci<sup>30</sup> e peggio [...].*

Nelle schede etnobotaniche trovano spazio sia i nomi dialettali liguri di tutta la regione (evinti per lo più dalla *Flora Popolare Italiana* di Otto Penzig e da vari lavori di etnobotanica – cfr. bibliografia), sia quelli locali (tratti da singoli contributi sulla Val di Vara e soprattutto dalla raccolta diretta dei dati).

Si è ritenuto necessario riportare i nomi come riferiti dalla letteratura precedente, per quanto questo genere di operazione, non autoptica, renda impossibile procedere a una trascrizione fonetica univoca (ossia servendosi dell'IPA, *International Phonetic Alphabet*). Ne è conseguito che non si uniformassero quelle trascrizioni che si trovano nella letteratura, secondo criteri di resa fonetica non omogenei e qualche volta semplicemente empirici.

Infine, anche per i termini raccolti *in verbis*, si è scelto, per comodità del lettore e per uniformità con le notizie bibliografiche, un criterio di trascrizione non linguisticamente connotato, rendendo i suoni con i grafemi più prossimi dell'alfabeto italiano.

## PREMESSA ALLE SCHEDE

Le piante utilizzate nella tradizione popolare della Val di Vara, 250 tra spontanee e coltivate, sono esaminate e illustrate attraverso 194 schede etnobotaniche; queste si compongono di due sezioni, una generale e una speciale. Nella prima troviamo, per ogni specie vegetale, il nome scientifico in grassetto (binomio linneano), la famiglia di appartenenza, i nomi comuni e popolari, sia liguri, sia propri della Valle del Vara. Sono inoltre riportate la categoria corologica<sup>31</sup> e la forma biologica<sup>32</sup>, entrambe desunte da Pignatti (1982).

La nomenclatura scientifica fa riferimento alla *Flora d'Italia* (Pignatti, 1982) e in taluni casi alla *Flora Europaea* (Tutin *et al.*, 1964-80; 1993).

La seconda sezione tratta dei diversi aspetti etnobotanici: medicinali (menzionando le proprietà terapeutiche, i metodi di preparazione, i dosaggi, gli eccipienti, le vie di somministrazioni), alimentari, tintori, cosmetici, liquoristici, magico-religiosi, artigianali ecc., oltre ad eventuali note e curiosità. Quando la notizia è peculiare di una specifica area, paese, località o frazione è opportunamente segnalata e dettagliata.

<sup>23</sup> Forse ci si riferisce a *Centranthus ruber* (L.) DC.

<sup>24</sup> Forse ci si riferisce a *Hypocheris radicata* L.

<sup>25</sup> Cfr. *Silene vulgaris* (Moench) Garcke.

<sup>26</sup> Cfr. *Reichardia picroides* (L.) Roth.

<sup>27</sup> Cfr. *Plantago lanceolata* L. (più raramente si indica *P. major* L.).

<sup>28</sup> Cfr. *Cytisus scoparius* (L.) Link.

<sup>29</sup> Forse ci si riferisce a *Convolvulus arvensis* L.

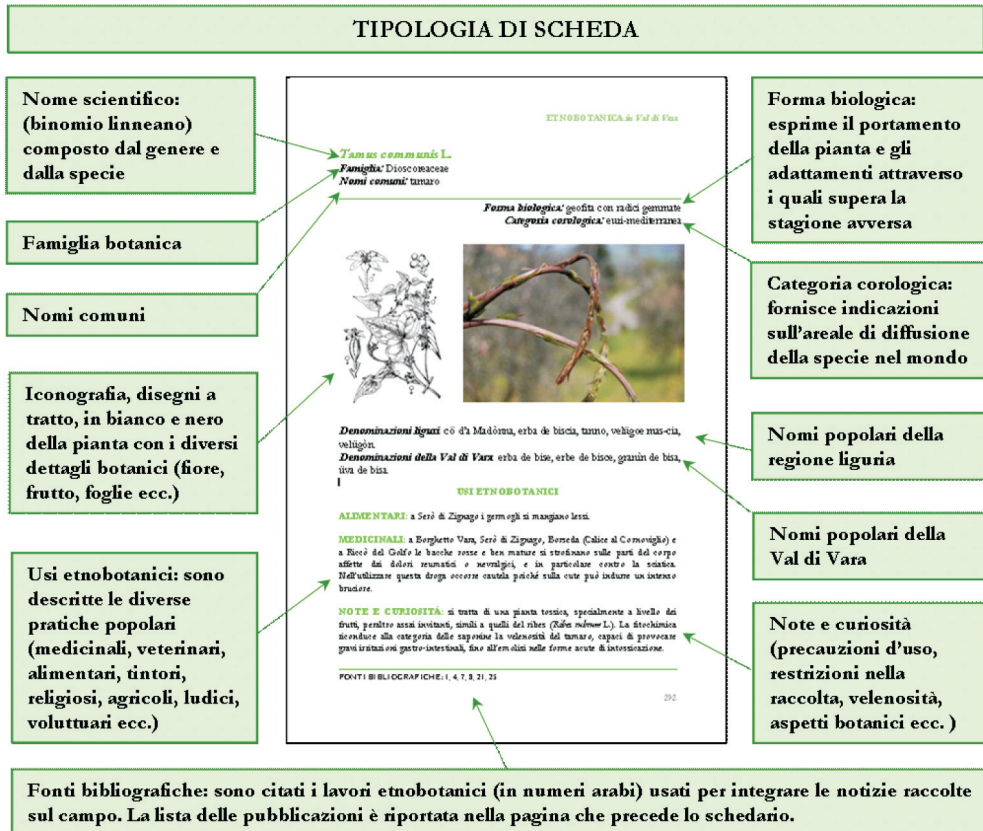
<sup>30</sup> Cfr. *Euphorbia lathyris* L.

<sup>31</sup> La categoria corologica fornisce indicazioni sull'areale di diffusione della pianta sul globo terrestre.

<sup>32</sup> La forma biologica esprime l'*habitus* della pianta e gli adattamenti attraverso cui supera le stagioni avverse.

Le fonti bibliografiche che integrano i dati raccolti sul campo sono riportate in forma di numeri arabi e si riferiscono ai lavori elencati nella pagina che precede lo schedario etnobotanico.

Tutte le schede sono supportate da un'iconografia<sup>33</sup> in bianco e nero, da disegni a tratto, che uniformano il testo e permettono di leggere nel dettaglio la pianta, in tutte le sue componenti (fiori, foglie, frutti, semi ecc.); inoltre, l'opera comprende illustrazioni a colori<sup>34</sup>, per meglio riconoscere in campo le entità vegetali esaminate.



<sup>33</sup> I disegni provengono dai seguenti testi:

Fiori A. (1923) – *Iconographia Florae Italicae*. Edagricole, Bologna;  
 Fitch H. (1931) – *Illustrations of the British flora*. L. Reeve & CO;  
 Cazzuola F. (1880) – *Le piante utili e nocive*. Loescher Ed., Torino.

<sup>34</sup> Gli autori delle foto sono riportati in calce sulle stesse; laddove è omissso sono da riferire a Fabiano Camangi.

*SCHEDE  
ETNOBOTANICHE*





## FONTI BIBLIOGRAFICHE

1. AA.VV. (1976) - *Scuola Popolare di Cassego, Progetto di Museo Contadino*. In: Biblioteca di Lavoro - 58/59.
2. AA.VV. (1986) - *Festa, tradizione, folclore nella terra di Varese Ligure*. Museo Contadino di Cassego & Circolo Acli di Varese Ligure. Sagno Edizioni.
3. AA.VV. (1989) - *Blu blue-jeans: Il blu popolare*. Regione Liguria, Comune della Spezia, Ville de Nines. Electa, Milano.
4. AA.VV. (1995) - *Pignone. Ripartiamo dalla nostra storia*. Comune di Pignone.
5. AA.VV. (2002) - *Buto, nell'alta Val di Vara. La storia, il folclore e...* Erredi Grafiche Editoriali, Genova.
6. AA.VV. (2007) - *Val di Vara. La buona cucina di una volta. A tavola con le donne di Zignago*. Luna Editore, La Spezia.
7. Albertini G. (1990) - *Note comparative su alcuni giochi fanciulleschi dell'area castanicola spezzina*. In: *Archivio per le tradizioni popolari della Liguria*. XVII-XVIII - Voll. I-II (1988-1989): 5-49.
8. Armanini M. (s.d.) - *La terra delle torte, le torte della terra*. Lavoro inedito.
9. Bandini A. (1961) - *Le piante della medicina tradizionale nell'alta Valle di Vara (Liguria orientale)*. Webbia, 16 (1): 143-163.
10. Bianchi E., Renoni Bella C., Venturotti S. (2008) - *Pignone le antiche ricette del territorio*. La Spezia.
11. Camangi F., Stefani A., Sebastiani L. (2007) - *Flora selvatica e vecchie varietà d'interesse agrario nella tradizione alimentare della Val di Vara (SP - Liguria)*. 102° Congresso della SBI, Palermo. Poster e Atti p. 157.
12. Camangi F., Stefani A., Sebastiani L. (2004-2006) - *Tradizioni etnobotaniche in Val di Vara*. Progetto Pilota Montagna Spezzina. Archivio informatico. Materiale inedito.
13. Camangi F., Stefani A., Sebastiani L., Lippi A., Petrucci P., Falaschi N. (2008) - *Etnomicrologia. La risorsa fungo in alta Valle del Vara. La Valle del Biologico*. Comunità Montana Alta Valle del Vara. Press Service s.r.l., Sesto Fiorentino – Osmannoro (FI).
14. Camangi F., Stefani A., Sebastiani L., Maccioni S. (2006a) - *Piante medicinali nella tradizione popolare della Val di Vara (SP-Liguria)*. 101° Congresso della SBI. Caserta. Poster e Atti p. 289.
15. Camangi F., Stefani A., Sebastiani L., Maccioni S. (2006b) - *Ricerche fitoalimurgiche in Val di Vara (SP - Liguria): uno strumento conoscitivo per individuare nuove specie di interesse alimentare, da coltivare e commercializzare*. Italus Hortus, 13 (2): 541-546.
16. Cucco F. (2002) - *Cascinali in Val di Vara. Memoria e fascino di un paesaggio*. Luna Editore - Società Editrice Ligure Apuana.
17. De Nevi P. (1988) - *Val di Vara: un grido, un canto*. Centro Studi Val di Vara. Grafica ICS, Sarzana.
18. Lagomarsini S. (1991) - *Per selve, per campi. La vegetazione tra natura e storia*. Ciclostilato, Museo Contadino di Cassego & Circoli ACLI di Varese Ligure.
19. Lagomarsini S. (1994) - *Vita quotidiana nelle campagne*. In: *Storia illustrata di Genova*. Industria Grafica Offset, (BG).
20. Lagomarsini S. (2001) - *Uso comune e appropriazione metropolitana: due modelli di utilizzo del territorio in Val di Vara*. Mem. Accad. Luniagian. Sci. LXX (2000): 75-89.
21. Lagomarsini S. (2002) - *Monte dei Greci*. Ciclostilato, Museo Contadino di Cassego - Varese Ligure.
22. Maccioni S. (s.d.) - *Ricerche etnobotaniche in Liguria: Val di Vara*. Archivio informatico. Materiale inedito.
23. Maccioni S. (2001) - *Piante tra medicina e magia nello Spezzino*. Mem. Accad. Lunigian. Sci. LXX (2000): 61-74.
24. Maccioni S., Marchini G. (1999) - *Liguria in parole povere. Val di Vara*. Sagep Libri e Comunicazione Ed., Genova.
25. Merciarì L. (1986) - *Il castagno*. Ciclostilato, Scuola Elementare di Cassego, Varese Ligure.
26. Merciarì L. (1988) - *Le erbe nostre amiche*. In *Val di Vara: un grido, un canto*. A cura di De Nevi P. Centro Studi Val di Vara. Grafica ICS, Sarzana.
27. Merciarì L. (1994) - *Giochi antichi: interviste ai nonni*. Ciclostilato, Scuola Elementare di Cassego, Varese Ligure.
28. Sebastiani L., Stefani A., Camangi F., Bandini S., Mariotti F. (2007) - *La Castanicoltura in Val di Vara: stato attuale e azioni per la sua valorizzazione*. Provincia di La Spezia.

## *Acer campestre* L.

**Famiglia:** Aceraceae

**Nomi comuni:** acero campestre

**Forma biologica:** fanerofita arborea  
**Categoria corologica:** europeo-caucasica



**Denominazioni liguri:** oppio, œbiu, ogge, œggiu, opice, oppu, loppu, œggia, oggiu

**Denominazioni della Val di Vara:** arbeo, oppio, œggiu

### USI ENTOBOTANICI

**MEDICINALI:** a Scurtabò (Varese Ligure), il liquido presente all'interno delle galle fogliari, provocate dagli insetti, trova impiego come cicatrizzante, da applicare localmente sulle piccole ferite.

**ARTIGIANALI:** il legno è impiegato per fabbricare utensili da lavoro, come i manici delle zappe, i bastoni da passeggio. Ancora oggi, gli artigiani locali producono con il legno di acero o di altre specie legnose gli stampi per tagliare e decorare i *croxetti*, una tipica pasta preparata con la farina bianca, l'acqua e le uova. La pianta fornisce legna da ardere.

**TINTORI:** per colorare di giallo i tessuti si adoperava il decotto delle foglie.

**AGRICOLI:** pali di acero si usano come tutori della vite; in alternativa, in passato, alla maniera toscana, si piantavano alcuni alberi nei filari del vigneto.

## *Achillea millefolium* L.

**Famiglia:** Compositae

**Nomie comune:** achillea, millefoglie

---

**Forma biologica:** emicriptofita scaposa

**Categoria corologica:** euro-siberiana



**Denominazioni liguri:** camamila servoiga, meifüggice, murfoeja, stagnasangue, erba sanguignoæa, camamilla sarvæga, erba da taggi, erba da cento taggi, miefoeje, erba rissa, fenogina, finugina, camamilla de præ, figgete

**Denominazioni della Val di Vara:** mörfé

### USI ETNOBOTANICI

**MEDICINALI:** in località Varese Ligure nella cura dell'emigrania la popolazione locale utilizza le foglie, secche e triturate, aspirandone piccole quantità in cavità nasale; alcuni intervistati riferiscono che come effetto collaterale può causare epistassi.

**ORNAMENTALI:** le sommità fiorite, costituite da ricchi capolini di fiori ligulati bianchi o rosati, si raccolgono per realizzare composizioni di fiori freschi o secchi. Questa specie viene anche coltivata per abbellire i giardini.

---

**FONTI BIBLIOGRAFICHE:** 12, 14, 22.