



{ Mamme }
{ al Centro }

PRESENTA

ENTERTAINMENT

ANIMAZIONE-EVENTI-SPETTACOLI
WEDDING E PARTY PLANNER

Corso Italia, 238 - Piano di Sorrento (Na)

Info: 081 190 13 936 - 338 133 0501

www.mammealcentro.org

Non solo Pane...

Panificio

di Russo Giuseppina



cesti natalizi



dolci tipici

*Prova i nostri speciali
pandoro & panettone
artigianali*

forno a legna

Punto vendita: Sorrento - viale Nizza, 2 - cell 3381182881
Laboratorio: Sant'Agnello - via V.Ferraro, 9 - tel 0818772645



Aperti
tutti i giorni
fino a
tarda notte

R&M

IL VERO KEBAB E NON SOLO...

NOVITÀ

PIATTI TIPICI PERSIANI
SU ORDINAZIONE (min. 4 porzioni)



Riso basmati con
Ragù di manzo con melanzane

Riso basmati con
Pollo speziato alla piastra



Riso basmati con
vitello e fagiolini

Consegna a domicilio

Aperti a pranzo

Primi e secondi piatti

Via degli Aranci, 9 - SORRENTO (nei pressi dell'ospedale)
Cell. 331 89 52 324 (Reza e Max)



NUOVO PACCHETTO ULYSSE FORM CLUB



SORRENTO Via Del Mare, 22 (Na)

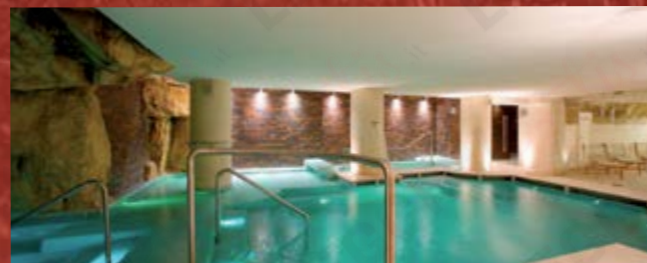
Info: +39 081 807 35 81 | ulyssesorrento.com

Seguici su facebook www.fb.com/ulysseswellnessclub

ULA



ti da accesso a **PISCINE, FITNESS e SPA**
attraverso dei percorsi personalizzati, studiati per
farti raggiungere il **TUO LIVELLO DI FORMA**
in maniera più **completa, varia e divertente**



PROGETTATI PER IL TUO BENESSERE

2.500 metri quadrati

PALESTRA | PISCINE | SPA | BISTROT



SSD SORRENTO INFINITY



www.berkelincampania.com

**"Dai più valore
al tuo denaro"**



SICURA



FACILE



VANTAGGIOSA



META DI SORRENTO (NA) - CORSO ITALIA, 1 - TEL. 081 808 6570
SORRENTO (NA) - CORSO ITALIA, 361/363



La trasparenza
di un bel
sorriso

 **DAIR**[®]

L'ALLINEATORE INVISIBILE



Dott. Carmelo Bentivegna

Via Sebastiano Errico De Martino, 1
(Parco San Francesco di Paola) - Meta
Tel. 081 532 16 14

DAIR[®] il sistema alternativo ai tradizionali apparecchi ortodontici, frutto di alta tecnologia DAIR[®] è la soluzione ideale per ritrovare un sorriso perfetto senza compromettere l'estetica del viso, è facile da applicare, invisibile e garantisce risultati sorprendenti.

URLO



UOMO

URLO



donna

**10 GIORNI
D'ORO**

FINO AL

50%

**METÀ PREZZO
SU ARTICOLI SELEZIONATI**

OTTICA

Argiò



SUNGLASSES OUTLET



* Occhiale da vista completo di proprietà
esente da imposta di bollo e di registro
dalla data di entrata in vigore della
legge n. 30 del 28.2.1999 art. 1, comma 1.

VIENI A SCOPRIRE LA NUOVA COLLEZIONE COLORATA

Occhiale da vista completo
con lenti antiriflesso*

a partire € **49,00**

Occhiale da vista completo
con lenti progressive antiriflesso*

a partire € **120,00**

COMPRO ORO e ARGENTO

follow us



www.oroconvert.it

META

Corso Italia, 132

**PIANO DI
SORRENTO**

Corso Italia, 83
(di fronte ai Carabinieri)

SORRENTO

Viale Nizza, 29

LEGGIMI *Gratis*.it

anno 14 - numero 11 - novembre '17

Contatto Pubblicitario:

08119171216 - 3803067686

Contatto Annunci Gratuiti:

08119915355 - 3803067686

In Copertina **Roberta D'Esposito**

Foto a cura di **Mariano Russo**

Location **Mamme al Centro** - Piano di Sorrento

Periodico mensile a diffusione gratuita di annunci economici, cultura, attualità e pubblicità.

Reg.Trib. Torre Annunziata n.17 del 10/03/04.

Redazione | Corso Italia n° 317 | Piano di Sorrento (NA) info@leggimigratis.it | www.leggimigratis.it

Editore Erminio Ricciardi | General Manager Gaetano D'Amaro

Direttore Responsabile Stefania Ricciardi [email: stefania@leggimigratis.it](mailto:stefania@leggimigratis.it)

Concessionario della Pubblicità 4Bit | info@leggimigratis.it Progetto Grafico 4Bit | info@leggimigratis.it

La partecipazione a Leggimigratis è assolutamente volontaria e gratuita. Per motivi organizzativi, tutto il materiale ricevuto non verrà restituito e rientrerà a far parte dell'archivio della redazione. La scelta di pubblicare o meno il materiale inviato resta ad insindacabile giudizio nell'editore, il quale si riserva di pubblicare solo una parte e/o di farlo in un numero della rivista a sua scelta o di non pubblicarlo affatto. L'editore si riserva comunque il diritto di impaginare il materiale nella maniera più consona alla struttura della rivista in modo da garantire una corretta visualizzazione e presentazione. L'editore non è responsabile della provenienza, della qualità e del contenuto delle inserzioni pubblicitarie, degli annunci e degli sms di cui non si assume obbligo di segretezza del mittente e che a suo insindacabile giudizio potrebbe essere pubblicato o comunicato a terzi, e neppure per le conseguenze dirette ed indirette che possono derivare dalla non rispondenza di tali dati con la realtà. Salvo diversa indicazione, tutti i contenuti pubblicitari sono stati elaborati dalla redazione e concessi agli inserzionisti per l'utilizzo esclusivo su questa rivista e pertanto sono da considerarsi soggetti a Copyright, ogni riproduzione totale o parziale è vietata. La versione web può differire dalla versione cartacea sia come contenuti che come annunci e/o sponsorizzazioni, le modifiche sono a libera scelta della redazione e non rappresentano mancanza da parte della redazione. Chiunque effettua pubblicità sull'edizione cartacea accetta implicitamente quanto sopra indicato senza avere null'altro a pretendere. Inoltre i servizi web sono a titolo sperimentale e pertanto possono subire variazioni, sospensioni e modifiche senza che la redazione possa esserne considerata responsabile.

COSTUMI 365 GIORNI L'ANNO

Level

bikini.com



FUORI TUTTO

FINO AL 30 NOVEMBRE

PIANO DI SORRENTO - CORSO ITALIA, 186

TECNO CALOR

Professionisti in
forniture termoidrauliche
per alberghi, B&B
e case vacanze



Approfitta delle nostre offerte



GROHE



DURAVIT

PIANO DI SORRENTO

Via Dei Pini, 17 - Tel. 081 8088319

R



*Questo inverno
riscaldati con noi*



Stufe a pellet



Caldaie a gas



META

Corso Italia, 93 - Tel. 081 8787121



goldenergy
LUCEeGAS

gruppo  **goldengas**

È ARRIVATO IL METANO



SCAN IT



GoldEnergy Point

SORRENTO

Via degli Aranci, 31

PIANO DI SORRENTO

Via Casa Rosa, 9

Tel. 081 19666294

Tel. 081 18523962

Cell. 366 93 77 059

sorrento@goldenergy.it



Goldenergy Sorrento



Orari al Pubblico dal lunedì al venerdì ore 9:00/13:00 ore 16:30/19:30

Eureka!

usi alternativi

BURRO di Cacao

Utile per accendere un fuoco

Se non riesci ad accendere un fuoco, applica un po' di burrocacao su un batuffolo di cotone e accendilo: brucerà all'istante e aiuterà a conservare la fiamma più a lungo di un semplice fiammifero.

Copre i graffi sugli oggetti di cuoio

Usato su scarpe, borse, cinture e qualsiasi altro articolo in cuoio che inizia ad avere un aspetto opaco e usurato, permette di nascondere i graffi che ne rovinano l'aspetto.

Creare una candela

Metti un bastoncino di legno o un pezzetto di corda all'interno del burrocacao, otterrai una candela da usare in caso di emergenza.

Fa durare più a lungo il profumo

Applicando un po' di balsamo per labbra sulle parti del corpo in cui vuoi spruzzare il profumo, riuscirai a far durare più a lungo l'aroma.

Per i capelli ricci

Un po' di balsamo per labbra sul pettine è utile per prevenire il fastidioso effetto crespo dei capelli ricci. Quando ti trovi in un ambiente molto umido, strofina un po' di burrocacao sul pettine per mantenere i capelli in ordine più a lungo.

Prevenire le vesciche

Il materiale di alcune calzature può essere aggressivo sulla pelle e far comparire dolorose e fastidiose vesciche. Se ti succede spesso, strofina il balsamo per le labbra due o tre volte sulla zona interessata.

Sopracciglia perfette

Perfetto per mantenere al loro posto peletti delle sopracciglia ribelli e spettinati, basta applicare una piccola quantità di burrocacao per fissarli.



Sai perché?

...Domande e risposte
per dubbi e perplessità...



Perché dopo
la pulizia dei denti
si soffre di
sensibilità dentale?



Perché
si usa il gel
per effettuare
un'ecografia?



Perché
le montagne russe
hanno questo
nome?

L'accumulo di tartaro provoca una costante infiammazione delle gengive che, a lungo andare, tendono a ritirarsi lasciando scoperta la parte di dente chiamata cemento radicolare che permette agli stimoli caldo/freddo di raggiungere la parte innervata del dente attraverso i tubuli dentinali. Il tartaro costituisce un isolante termico che mantiene le radici dei denti (scoperte dall'osso e quindi altamente sensibili) ricoperte da uno strato di densa placca mineralizzata che non permette il contatto diretto con i cibi ed i liquidi freddi che vengono ingeriti. Andando a rimuovere lo strato di tartaro con la detartrasi, il paziente ha la sensazione che i suoi denti risultino maggiormente sensibili cosa che, in effetti, corrisponde al vero anche se sarebbe meglio dire che la sensibilità sta tornando alla normalità.

L'ecografia o ultrasonografia è una metodica che permette di ottenere immagini degli organi interni del corpo umano utilizzando onde ultrasonore ad alta frequenza. Gli echi derivanti dalle onde ultrasonore non attraversano l'aria mentre attraversano bene i mezzi liquidi. Il gel che viene utilizzato è acusticamente trasparente per la larga serie di frequenze usate nelle applicazioni di ultrasuoni nell'ecografia. La viscosità del gel crea uno strato uniforme, il quale evita che si interponga aria fra il trasduttore e la parte del corpo che si vuole analizzare, assicurando così un'eccellente trasmissione in tutte le situazioni.

Le montagne russe traggono origine da un passatempo molto diffuso all'inizio dell'Ottocento per l'appunto in Russia. Si trattava di piste di ghiaccio che venivano percorse su slitta, in cui erano presenti discese intervallate da brevi e brusche risalite. Già alla fine del Settecento, l'imperatrice di Russia Caterina II per far divertire la sua corte aveva fatto costruire sul declivio di una collina nel parco di una delle sue residenze, un'apposita pista con brevi salite e discese che, una volta innevata, poteva essere percorsa con slitte. Il termine «montagne russe» fu coniato successivamente dai francesi che per primi ne imitarono l'idea, apportando qualche modifica: furono sostituite la pista di ghiaccio con le rotaie e le slitte da carrelli ancorati alle rotaie.

SEGUICI SU



Articoli per la Danza
Palco Scenico
...dove il protagonista sei tu !!!

**ABBIGLIAMENTO DANZA - ABBIGLIAMENTO FITNESS
ACCESSORI E GADGETS
GIOIELLI - COSTUMISTICA
CD - DVD - LIBRI PER LA DANZA...**

BLOCH
SINCE 1932

Sansha
COSTUME SPECIALIST

CAPEZIOX

SoDanca

PRIDANCE

Grishko

MIKELART
GIOIELLI PER DANZANO

Rudolf

Corso Umberto I, 39 (Parco Aranceto) - Vico Equense

Tel. e Fax: 081.801.65.59 - Cell.: 338.80.68.836

www.palcoscenicodanza.com - palcoscenicovico@libero.it



Olos

L'ESSENZA DEL BENESSERE

**RISCOPRI IL TUO
BENESSERE PSICO-FISICO
CON L'ESCLUSIVO RITUALE OLISTICO**

"Sea Malay Massage"

MASSAGGIO INDONESIANO ENERGETICO
RIEQUILIBRANTE DALL'EFFETTO RILASSANTE,
DISTENSIVO E ANTISTRESS, UN'ESPERIENZA
UNICA CHE TI PORTERA' IN UNO STATO DI
ASSOLUTO BENESSERE



Vico 3° Rota, 26 - SORRENTO (nei pressi della Polizia di Stato)
Tel. 081.8772829 - Seguici anche su FACEBOOK "ESTETICA OLOS"
Aperto dal Martedì al Sabato - Orario Continuo 9.30/19.30



BY BUONA VITA VIAGGI

COMME JAMME

**Mercatini
di Natale**

dal 7 al 10 dicembre 2017

Mercatini di

BOLZANO

**SOPRABOLZANO
E COLLALBO COL
TRENATALE DEL RENON**

INNSBRUCK

MERANO

BRESSANONE

Quota Adulto 395€

Bambini

3/12 anni € 295

**BUS GT - HOTEL
ASSICURAZIONE ACCOMPAGNATORE
TRATTAMENTO COME DA PROGRAMMA**



**AGENZIA COMME JAMME
PINGUINO**

Via G. Maresca, 4

Piano di Sorrento (Na)

Tel. 081 878 80 57 - 339 10 70 295

f COMME JAMME



Uguali ma Diversi

Qual è la differenza tra...

Bagnoschiuma e docciaschiuma

Il **bagnoschiuma** è formulato e studiato appositamente per il bagno, cioè per essere diluito nell'acqua della vasca. È quindi più concentrato, ha una maggior quantità di tensioattivi (sostanze lavanti che possono essere più o meno aggressivi sulla pelle) e un ph generalmente più elevato di quello fisiologico. Non dovrebbe quindi essere usato puro sulla pelle.

I **docciaschiuma** sono stati formulati per essere versati direttamente sulla cute. Sono più delicati, hanno un ph paragonabile a quello cutaneo e, soprattutto, hanno tra i loro ingredienti una percentuale maggiore di idratanti e surgrassanti con una bassa quantità di tensioattivi. Dunque è consigliabile acquistare il prodotto in base all'uso che se ne deve fare: un profumato bagnoschiuma per un bagno caldo e rilassante, un frizzante docciaschiuma per una doccia rigenerante. Non esistono però soltanto bagnoschiuma o docciaschiuma. Tra i differenti prodotti in commercio, poi, si possono trovare anche i bagnodoccia (formulati per essere utilizzati puri sotto la doccia e diluiti nella vasca da bagno) e i docciashampoo (perfetti da usare sia sul corpo sia sui capelli).

Latte di mandorla e orzata

Il **latte di mandorla** è nato nelle soleggiate terre siciliane, dove era bevanda adibita alla Quaresima; da lì ha cominciato a diffondersi in tutto il Sud, tra Puglia, Calabria, Basilicata e Campania, riscuotendo un successo generale. Le mandorle vengono tritate e mescolate insieme allo zucchero per poi essere spremute in acqua, generando anche una infusione a freddo.

Il gusto dell'**orzata** è totalmente diverso da quello del latte di mandorla poiché le mandorle vi figurano solo sotto forma di aromi. L'essenza principale dell'orzata è estratta dal benzoino deacidificato a cui si aggiungono essenza di mandorle amare, vaniglia, fiori d'arancio, e aromi "naturali". In origine, l'ingrediente principale era rappresentato dall'orzo. Nel tempo questo cereale sarebbe stato sostituito da altri ingredienti vegetali, lasciando invariato il nome che ha finito per indicare semplicemente analcolici ottenuti con questo tipo di procedimento. Lo stesso appellativo abbraccia però così tante possibilità che, come riportano alcune ricette, potrebbe contemplare anche le mandorle in veste d'ingrediente principale.

Affitto e locazione

L'**affitto** consiste nel concedere l'uso di un bene produttivo, mobile o immobile, per un determinato tempo, mediante il pagamento di un canone. I protagonisti dell'accordo sono due: colui che concede il bene in affitto (che possiamo definire locatore) e l'affittuario, cioè colui che ne usufruisce, dietro pagamento di un canone: quest'ultimo si impegna ad occuparsi della gestione economica del bene nell'interesse della produzione e a lui andranno i frutti e le altre utilità derivanti.

La **locazione** è il contratto con il quale il locatore, si obbliga a concedere l'utilizzo di un bene (sia mobile che immobile) al locatario, per un periodo di tempo determinato, in cambio di un corrispettivo in denaro. I beni che possono costituire oggetto, non devono essere produttivi (altrimenti si dovrebbe parlare di affitto) e possono essere di diverso tipo: beni mobili; beni immobili non urbani; beni immobili urbani. Il contratto di locazione può essere a tempo determinato o indeterminato: in quest'ultimo caso, una delle parti può recedere dal contratto in qualsiasi momento, dandone disdetta con un congruo preavviso.



OFFERTE VALIDE
DAL 31 OTTOBRE
AL 19 NOVEMBRE 2017

ACQUA &



€ 4,69



€ 5,49



ACQUISTANDO UN ACE DETERGENTE LIQUIDO
o POLVERE IN OFFERTA, **RICEVI IN OMAGGIO**
UN KIT DI 6 MOLLETTE PER IL BUCATO



PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19/21
PIANO DI SORRENTO (NA)

SAPONE®



acquaesapone.it

Aperto domenica 9:30/13:00

LISTERINE
OFFRE UNA
PULIZIA
TRE VOLTE
PIU' PROFONDA
DEL SOLO
SPAZZOLINO.

€ **3,99**

LISTERINE. OSA DI PIU'.
SPAZZA VIA I BATTERI CHE NON SPAZZOLI VIA

Acquista 2 collutori Listerine in omaggio
un **Filo interdentale REACH**



REGINA
DI CUORI
CARTA CUCINA
3x150 STRAPPI

€ **1,49**



REGINA
CINQUESTELLE
TOVAGLIOLI
38x38 cm.
2 VELI 46 pz.

€ **0,79**



REGINA
WISH
CARTA CUCINA
2 VELI 150 STRAPPI
2 ROTOLI

€ **1,89**

CORSO ITALIA, 194 - PIANO DI SORRENTO (NA)

P

PARCHEGGIO



ORARIO CONTINUATO



Le Infezioni Sessualmente Trasmesse (IST)

Sono trasmesse sessualmente oltre 30 patologie, causate da batteri, virus, protozoi, funghi ed ectoparassiti, a diffusione ubiquitaria in tutto il mondo. Oggi si preferisce parlare di "Infezioni" piuttosto che "Malattie" sessualmente trasmesse, allo scopo di enfatizzare la elevata percentuale di casi caratterizzati da una modesta o addirittura silente espressione clinica. Tra i batteri responsabili, i più comuni sono *Neisseria gonorrhoeae* (gonorrea o blenorragia o infezione gonococcica), *Chlamydia trachomatis* (infezioni uro-genitali, anorettali e faringee, linfogranuloma venereo), *Treponema pallidum* (sifilide), *Gardnerella vaginalis* (infezioni genitali), *Ureaplasma urealyticum*, *Mycoplasma genitalis* e *Mycoplasma hominis*; tra i virus, Virus dell'immunodeficienza umana (infezione da Hiv/Aids), Herpes simplex virus di tipo 2 e di tipo 1 (herpes genitale), Papillomavirus umano (infezione cervice uterina, condiloma genitale, cancro della cervice uterina, della vulva, della vagina, dell'ano e del pene), citomegalovirus, virus dell'Epatite B e C; tra i protozoi, *Trichomonas vaginalis* (uretrite e vaginite); tra i funghi, *Candida albicans* (vulvovaginite nella donna; balanopostite nell'uomo); tra gli ectoparassiti, *Phthirus pubis* (pidocchio del pube o piattola) e *Sarcoptes scabiei* (scabbia).

Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, sono 340 milioni i nuovi casi di IST che si registrano ogni anno nel mondo, ponendo la prevalenza di queste infezioni al secondo posto, dopo quelle dell'apparato respiratorio. Alcune, come Clamidia, Herpes genitale e Hpv, sono in aumento; altre sono tornate alla ribalta, come la sifilide e la gonorrea. Il 20% delle infezioni riguarda i giovani, tra i 15 e i 24 anni: il primo rapporto sessuale è senza alcuna protezione in oltre il 60% dei casi, e spesso c'è una forte disinformazione, come risulta da una recente ricerca del Censis, che mostra che per molti giovani la distinzione tra contraccezione e prevenzione delle ITS non è sempre chiara. Aumenta inoltre in tutti i Paesi occidentali la diffusione nella fascia di adulti tra i 30 e i 49 anni, soprattutto per due ordini di motivi: la maggiore mobilità, dovuta all'aumento degli scambi e dei viaggi all'estero grazie alla globalizzazione, e all'immigrazione in Europa occidentale, in particolare dai Paesi dell'Est e dall'Africa, in





**Fiat 500L tua a partire
da € 16.000,00**

con finanziamento Meno mille
FCA Bank è tua a € 15.000,00
con clima, radio U connect 5" touch,
bluetooth e cruise control

**nuova
Volkswagen Polo**

la citycar ancora più tecnologica
ancora più innovativa

tua da **€ 129,00**
al mese



**nuova Opel
Crossland X**
a partire da

€ 14.000,00

DEGA
Motor

Nuovo e usato plurimarche
KM Ø - aziendale - assicurazioni
Piano di Sorrento - Via Bagnulo, 11
Tel. 081 808 6233  Dega Motor



arrediamo con stile

CREO[®]
KITCHENS

COLOMBINI CASA
ITALIAN DESIGN, DESIGNED FOR YOU



Maestri Artigiani

ARREDO D'INTERNI
ARREDO B&B, RESIDENCE
CAMERETTE E DIVANI
FORNITURE ALBERGHIERE, NAVALI ED UFFICIO
SPECIALIZZATI IN ARREDI D'ESTERNO

IL MESE DEL SALOTTO

A PARTIRE DA 480€

SCELTA DI COLORI, TESSUTI IDROREPELLENTI



Deiulio Design Sede operativa: Corso Italia, 283 - 80063 Piano di Sorrento (NA)

Tel.: 0815323499 - E-mail: deiuliodesign@libero.it www.deiuliodesign.com

cui l'incidenza delle IST è 100-150 volte più alta; l'aumento della tendenza ad avere rapporti sessuali con più partner senza alcuna protezione, in relazione alla crescita dei nuovi single, riduci da separazioni o divorzi, per i quali si moltiplicano le occasioni d'incontro, le storie diventano più brevi e instabili, aumentano i rapporti occasionali a rischio.

Gli agenti responsabili si trasmettono per contatto diretto con i liquidi organici infetti (sperma, secrezioni vaginali, sangue, saliva) attraverso qualsiasi tipo di rapporto sessuale (vaginale, anale, orale). Inoltre, alcune infezioni si possono trasmettere attraverso il sangue (es. trasfusioni, scambio di aghi contaminati per droghe, strumenti infetti per piercing e tatuaggi, punture accidentali con aghi o bisturi, contatto con ferite), come HIV, epatite B e C, sifilide, o con i trapianti di tessuto o di organi, o per passaggio diretto dalla madre al feto o al neonato durante la gravidanza, il parto, o l'allattamento, come nel caso di Citomegalovirus, HIV, sifilide, e, per quanto riguarda il parto, gonorrea, sifilide, herpes, clamidia. Per alcune malattie, il contagio può avvenire anche condividendo biancheria o indumenti intimi, es. herpes, papillomavirus, piattole, scabbia, gonorrea. Attraverso semplici contatti cutanei e petting si possono trasmettere scabbia, piattole, papillomavirus, herpes, clamidia, gonorrea, sifilide se ci sono lesioni sifilitiche. Con i baci, clamidia, citomegalovirus, gonorrea, herpes, papillomavirus, sifilide.

Alcune persone risultano a maggiore rischio: chi ha comportamenti sessuali disinvolti, con partner multipli, o in cambio di denaro; le donne, per la maggiore suscettibilità biologica del loro apparato genitale, più complesso ed esteso, nel quale i patogeni hanno una probabilità maggiore di stabilirsi; gli adolescenti, che hanno tessuti genitali ancora immaturi e più recettivi ai patogeni, soprattutto se c'è un precoce inizio dell'attività sessuale; il basso livello socio-economico e culturale, per minor informazione sul rischio del contagio, minor rispetto di norme igieniche e minor utilizzo di metodi contraccettivi di barriera; l'appartenenza a minoranze etniche; il concomitante uso di alcol o sostanze stupefacenti.

L'incubazione varia a seconda della malattia: ad esempio, per la gonorrea, nell'uomo 2-14 giorni dopo il contatto, nella donna 7-21 giorni; per la Clamidia, 7-14 giorni; per i condilomi acuminati, da uno a sei mesi; per la sifilide, in media tre settimane.

La maggior parte delle ITS inizialmente non presenta sintomi, e ciò si traduce in un maggior rischio di trasmetterle ad altre persone senza esserne consapevoli. Soprattutto in adolescenza e nelle donne

le IST possono essere a lungo "silenziose". Il quadro clinico delle IST è spesso aspecifico, con segni e sintomi comuni alle diverse infezioni, i più frequenti dei quali sono: perdite o secrezioni anomale dai genitali; dolore addominale o pelvico o alla schiena; comparsa di fastidio, prurito e/o lesioni di qualunque tipo a carico dei genitali e della regione peri-genitale, dell'ano, o della bocca (arrossamenti, escoriazioni, ulcere, vescicole, verruche); cattivo odore dei genitali; necessità di urinare frequentemente; dolore o bruciore durante l'emissione dell'urina; dolore e sanguinamento durante e/o dopo il rapporto sessuale; sanguinamenti al di fuori del ciclo; in caso di rapporto anale, proctite (dolore rettale, spasmi anali, urgente bisogno di defecare, sanguinamento); ingrossamento dei linfonodi inguinali; per malattie sistemiche, come sifilide e AIDS, febbre, nausea, malessere, cefalea, rash.

E' di frequente riscontro l'associazione di più malattie insieme, esempio gonorrea e clamidia (tanto è vero che la terapia è spesso combinata) o sifilide e HIV. Il rischio di HIV aumenta se si ha un'altra ITS: chi è infettato da clamidia o gonorrea corre un rischio cinque volte maggiore di essere contagiato dal virus dell'HIV durante un rapporto non protetto con una persona sieropositiva, chi ha condilomi un rischio sei volte maggiore.

I danni delle ITS possono essere legati alla diffusione a tutti gli organi, alle conseguenze a lungo termine, o agli effetti sul feto se contratte in gravidanza.

Malattie sessuali con interessamento sistemico sono sifilide e AIDS. La sifilide, se non è trattata adeguatamente, può evolvere in varie fasi a crescente gravità: la fase primaria (da 2 a 8 settimane dopo il contagio) comporta la comparsa di un nodulo, indolore, in corrispondenza del luogo in cui il batterio è penetrato, che si trasforma in un'ulcera (sifiloma) con linfoadenopatia reattiva; dopo 3-12 settimane dalla comparsa del sifiloma si manifesta la fase secondaria, con rash cutaneo, linfonodi ingrossati in tutto il corpo, perdita di peli e unghie, febbre, che se sfocia nella fase terziaria (da 3 a 10 anni dalla fase secondaria) può danneggiare sistema nervoso, occhi, cuore, vasi sanguigni, fegato, ossa e articolazioni. L'infezione da HIV, se non trattata, evolve inesorabilmente verso uno stato di malattia conclamata con infezioni severe e recrudescenze, tumori e morte nel 100% dei casi.

Tra le conseguenze a lungo termine delle ITS, il rischio oncogeno e la sterilità. Le infezioni da HPV possono degenerare in alcuni tipi di cancro, in particolare quello della cervice uterina o dell'ano, del retto, del pene. Sterilità femminile può essere causata dalla cla-

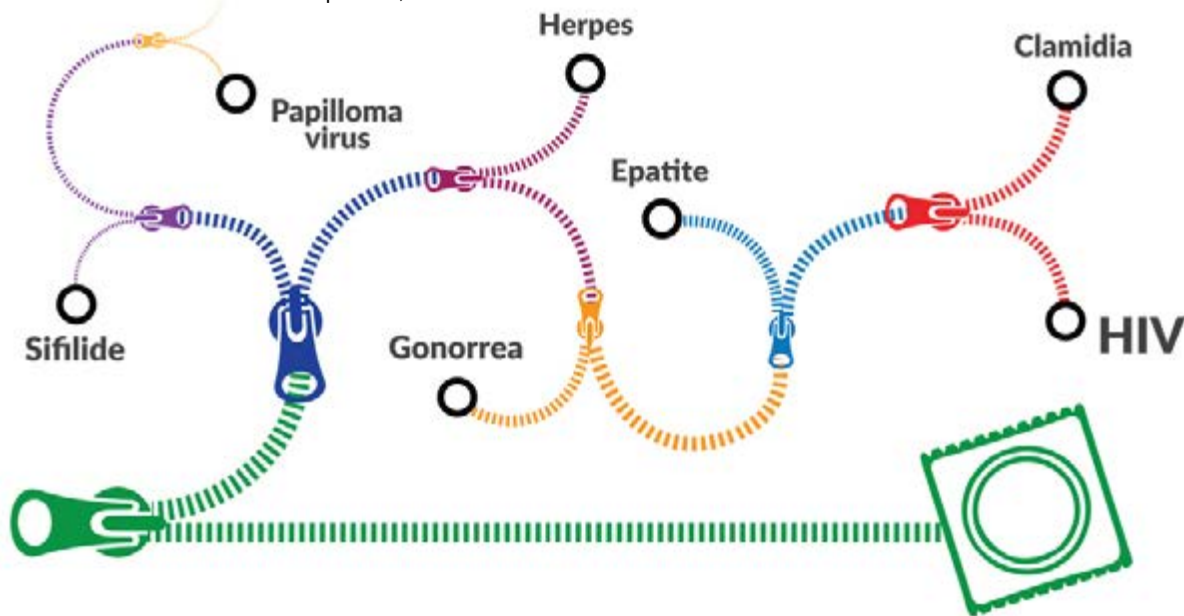
midia, che può provocare malattia infiammatoria pelvica (PID), con restringimento cicatriziale delle tube che, quando limitato, può causare gravidanze extra-uterine, mentre quando è totale si accompagna a sterilità permanente. L'infezione gonococcica non trattata nel maschio, a sua volta, da semplice uretrite può diffondersi in altri settori dell'apparato genitale (prostata, epididimo, vescicole seminali), compromettendone la fertilità.

Una malattia venerea in gravidanza può causare danni al nascituro. Per esempio, il contagio verticale della clamidia durante il parto può determinare nel neonato gravi infezioni agli occhi, alle orecchie e ai polmoni. Anche l'infezione gonococcica può essere trasmessa durante il parto dalla madre al neonato, determinando nel piccolo la comparsa di una grave congiuntivite e/o di un'artrite settica. La sifilide congenita è un grave quadro clinico del neonato per trasmissione della malattia dalla madre al feto, per via transplacentare, dopo la sedicesima settimana di gestazione. Le probabilità che il feto contragga la sifilide sono tanto maggiori quanto più recente è lo stadio della malattia nella madre. Riguardo all'AIDS, nel mondo ci sono circa 2 milioni di bambini con infezione da HIV, per la maggior parte per trasmissione dalla madre al feto.

La prevenzione delle ITS rappresenta un obiettivo prioritario di sanità pubblica, dato l'elevato numero di persone colpite, la proporzione rilevante di soggetti asintomatici, ma infetti ed infettanti, le gravi sequelle. **La prevenzione primaria, rivolta ai soggetti sani, si fonda su campagne di informazione** (anche attraverso l'educazione sessuale scolastica) sull'usare uno scrupoloso rispetto delle norme igieniche, informarsi sullo stato di salute sessuale del partner, effettuare vaccini

contro i virus dell'epatite A, B e papilloma umano, usare il profilattico, rivolgersi al medico in caso di sintomi sospetti. Si tenga anche presente che il profilattico, il profilattico femminile e il dental dam hanno una funzione di barriera esclusivamente sulla zona che coprono. **La prevenzione secondaria, che interviene su soggetti già ammalati, mediante la diagnosi precoce in fase asintomatica,** punta a programmi di screening, esempio sulle donne durante il primo trimestre di gravidanza, e nel consiglio di sottoporsi periodicamente ai test per IST se sessualmente attivi, o comunque a seguito di un rapporto a rischio. Inoltre, **chi riceve diagnosi di IST deve astenersi da qualunque tipo di rapporto sessuale fino a guarigione, e avvisare le persone con cui ha avuto rapporti sessuali negli ultimi mesi, consigliando loro di fare i dovuti test.** La prevenzione terziaria fa riferimento infine a tutte le azioni volte al controllo clinico-terapeutico della malattia per prevenire le complicazioni. Nel caso di esposizione al rischio di trasmissione di HIV, esiste anche la possibilità di fare un ciclo profilattico di farmaci antiretrovirali somministrati entro 48-72 ore e proseguito per quattro settimane.

Riguardo al trattamento, alcune IST, come la sifilide, la gonorrea, la clamidia, la tricomoniassi, sono curabili, mentre l'herpes, l'epatite B, l'HIV/AIDS e l'HPV sono trattabili ma non curabili definitivamente. La resistenza a determinati antibiotici sta creando problemi per alcuni microorganismi, come nel caso della gonorrea. **E' importante la tempestività di diagnosi e cura (estesa al partner), per interrompere la catena dei contagi (breaks the chain of transmission, secondo i dettami dell'Oms).** ■



Vanità Casa
di Tina Mastellone

PER UN PARTY...CON i FIOCCHI!



**ADDOBBI
PER FESTE**

**LINEA
PARTY**

**TORTE DI
PANNOLINI**

BALLOONS

Via Nicola Pacifico, 2 / Via Severo Caputo 1Q
Monticchio - Massa Lubrense (Na)
Tel. 081 878 03 79



àngels

abbigliamento uomo

SCOPRI LA NOSTRA
NUOVA COLLEZIONE
AUTUNNO INVERNO
NEI NOSTRI STORE UFFICIALI

Via Marziale, 2 **SORRENTO (NA)** - Tel. 081 18463653 Cell. 331 83 16 499

Seguici su  Angels

BICIMANIA

EVERYTHING FOR YOUR BIKE

**IL GRANDE
ESPERTO
PER LA TUA
BICI!**



CONTINUA LA
VENDITA E-BIKE

A TASSO 0



BOSCH

eBike Service 



Corso Italia, 339 - PIANO DI SORRENTO (NA) Tel. 081 8786206



Rotolini di grasso ^{sulle} ginocchia?

Non sono solo le donne in sovrappeso ad avere qualche rotolino di grasso inopportuno sulle ginocchia. Ereditarietà, cattiva alimentazione, problemi di circolazione del sangue, cellulite e scarso esercizio sono tutti fattori che favoriscono questo tipo di disturbo. Ma anche l'abitudine di indossare vestiti stretti oppure stare seduti con le gambe incrociate tutto il giorno può dare luogo a localizzazioni di adipe sulle ginocchia.

La battaglia contro il grasso localizzato è difficile da vincere poiché per un meccanismo fisiologico il corpo tende ad accumulare il grasso in eccesso in quella specifica sede. **In caso di dimagrimento il grasso localizzato purtroppo è l'ultimo ad essere smaltito.** Le uniche armi vincenti per eliminare i rotolini di adipe sulle ginocchia sono **lo sport e l'alimentazione.**

Durante l'allenamento bisognerà **far lavorare soprattutto le gambe con specifici esercizi** per sollecitare i quadricipiti, i muscoli ischiocrurali, i polpacci e gli adduttori. **Le discipline aerobiche** come la corsa, il ciclismo migliorano la circolazione e garantiscono un maggior afflusso di sangue ed ossigeno ai tessuti, mobilitano i grassi dai depositi viscerali e sottocutanei favorendone l'utilizzo a scopo energetico. **Gli esercizi di tonificazione permettono di rassodare i muscoli e di distribuire uniformemente il tessuto adiposo,** mentre gli esercizi con sovraccarico stimolano la secrezione di **alcuni ormoni**, particolarmente utili per impedire l'accumulo localizzato di grasso.

A queste attività sportive si possono **abbinare delle cure drenanti negli istituti di bellezza,** dove sottoporsi a **massaggi localizzati per le ginocchia,** come il massaggio drenante palp&roll, che permette di liberarsi della cellulite e dal grasso accumulati. **un getto di acqua fredda.** ■



Professionalità e competenza
al servizio della tua attività...

50%

**SU TUTTA LA MERCE
IN PRONTA CONSEGNA**

DIVISE PER ISTITUTI ALBERGHIERI & TURISTICI

Corso Italia 252 - 80067 Sorrento (NA) Tel.: 081.18705816 - Mobile 333.7117578
Email: dimaworkwear@gmail.com



centro estetico
Royal Divine Relax
positano massage



Pacchetto perdi peso con massaggi 10 sedute	€200
Crema bruciagrassi	€40
Ceretta gambe	€10
Creme confort zone	-50%
Semipermanente Mani e Piedi O-P-I	a soli €15
Pulizia viso e radiofrequenza	a soli €40



via Guglielmo Marconi, 122 Positano (Sa) Cell. 3342840408 - 3398826368





Maryelle

Taglie dalla 42 alla 55

Corso Italia 175 - Piano di Sorrento

Tel. 081 5342229




SORRENTO

Villa trifamiliare di oltre 400 mq con vista sul Golfo di Napoli, giardino di 2000 mq, ideale anche come struttura ricettiva. Classe energetica G.

EURO 1.050.000,00


VICO EQUENSE

in parco appartamento con ingresso indipendente composto da: soggiorno con angolo cottura, camera, cameretta, doppio servizio, ripostiglio, cortile e posto auto. Classe energetica E epi 97,0 KWh/m2 anno.

EURO 280.000,00


MASSA LUBRENSE

Centro appartamento composto da: soggiorno con angolo cottura e camino, camera da letto, 2 bagni e ripostiglio. Classe energetica C epi 130,7 Kwh/m2 anno.

EURO 285.000,00


SANT'AGNELLO

Soluzione semindipendente composta da: ingresso, cucina abitabile, 2 camere da letto, bagno, ripostigli, lavanderia, cantina, terrazzo di 16 mq, piccolo giardino e posto auto. Classe energetica F epi 204,1

EURO 225.000,00


PIANO DI SORRENTO

Zona collinare soluzione indipendente di 80 mq composta da: ingresso, corridoio, cucina abitabile, 2 camere, bagno, 2 balconi, terrazzo di circa 30 mq, sottotetto, box auto di 60 mq, giardino di 150 mq con due comodi rurali. Classe energetica G.

EURO 310.000,00


VICO EQUENSE

In parco appartamento di 186 in ingresso indipendente disposto su due livelli, ampi terrazzi di cui uno panoramico con vista sul Golfo di Napoli, due giardini, cantina e box auto di ampia metratura, doppia esposizione. Classe energetica G.

EURO 520.000,00


PIANO DI SORRENTO

Soluzione semindipendente di 150 mq composta da: salone con angolo cottura, 3 camere da letto, 2 bagni, lavanderia, tavernetta, box auto, terrazzi panoramici e giardino. Buone condizioni. Classe energetica F epi 131,8 Kwh/m2 anno.

EURO 490.000,00


MASSA LUBRENSE

Marina della Lobra - appartamento con ingresso indipendente composto da: soggiorno con cucina a vista, camera da letto e bagno. Ottime condizioni. Ideale come punto d'appoggio o per casa vacanze. Classe energetica G.

EURO 220.000,00


VICO EQUENSE

Arola - appartamento di 85 mq in buone condizioni composto da: ingresso, soggiorno, 3 camere, cucina, doppio servizio, 2 balconi, terrazzo di copertura e posto auto. Classe energetica G.

EURO 350.000,00



ULTRASUONI *per* la PULIZIA *dei* DENTI

La detartrasi o ablazione del tartaro consiste nell'eliminazione meccanica dei depositi di placca e tartaro sopragengivale e sottogengivale attraverso l'utilizzo di strumenti odontoiatrici manuali o motorizzati. Agli strumenti manuali si aggiungono quelli ad **ultrasuoni**, molto apprezzati perché offrono numerosi vantaggi: minor rischio di **danni di taglio, tempi di lavoro più brevi e maggior confort per il paziente**. Nel corso di una procedura ad ultrasuoni, la punta dell'ablattore vibra delicatamente sul tartaro rimuovendolo senza danneggiare lo smalto dei denti.

Con questa procedura è possibile rimuovere anche quantità molto piccole di tartaro in modo che le gengive e le radici possono essere trattate senza alcun rischio. Gli ultrasuoni impiegati per la pulizia dei denti possono essere generati da meccanismi fisici diversi e questo permette agli operatori di scegliere quello più adeguato a seconda delle esigenze cliniche. **Li distinguiamo in: magnetostrittivi, piezoelettrici e sonici.**

Gli ultrasuoni magnetostrittivi convertono l'energia meccanica sotto forma di rapide vibrazioni (25.000-35.000 cicli/secondo). Il calore prodotto dalle vibrazioni è raffreddato da piccole nebulizzazioni di acqua fredda che formano dei minuscoli vuoti d'aria. Questi, collassando verso l'interno, sprigionando una pressione locale che associata alle vibrazioni permette di raggiungere aree di difficile accesso per la sola energia vibratoria.

Gli ultrasuoni piezoelettrici, simili agli ultrasuoni, hanno una potenza maggiore ed una variabilità di uso elevata. Le vibrazioni della punta sono prodotte da un trasduttore cristallino, variano da 29.000 a 42.000 cicli/secondo e non producono calore.

Negli **ultrasuoni sonici** le vibrazioni sono di tipo elettrico ed hanno una frequenza di 2.000-6.500 cicli/secondo. Non generano calore. A conclusione va detto che la punta degli ultrasuoni va appoggiata in modo dolce e delicato sui depositi di placca e tartaro, questo permette di ripulire la bocca in maniera delicata e di evitare l'insorgenza di patologie quali gengiviti e parodontite. ■



Diablura

gioielleria artigianale & bomboniere

Più di 500 charms Portachiaii Segnalibro

*Vieni a creare il tuo portachiaii o segnalibro con il tema adatto alla tua festa:
laurea - compleanno - comunione - nascita - anniversario - matrimonio - battesimo*

Via S. Michele, 21, Piano di Sorrento (NA) Cell.: 338 434 1707 gigiesal@libero.it



STUDIO ODONTOIATRICO ASSOCIATO
TRAPANI | DI MAIO

Via Capo, 5 - 80067 Sorrento

Studio: Tel./fax 081 8771956

Dott. **Danilo Trapani** 347 3538718

Dott. **Giuseppe Di Maio** 338 8982038



Tre dy .com



**TRASFORMA
LA TUA CASA IN
UNA CASA VACANZE
O IN UN B&B!**

**Noi ci occupiamo
di tutto
tu guadagni!**

www.tredy.com

**Via C. Colombo 106 Meta di Sorrento (Na)
Tel. 081 5321145 - 081 5341600
Fax: 081 19731942 info@tredy.com**



DAI CAFFÈ FRANCESI AL CABARET ITALIANO

cosa è cambiato?

Sin dai tempi di Villon e Rebalais, le antiche osterie rappresentavano luoghi di ritrovo abituale per intellettuali e artisti che esibivano la propria filosofia, senza seguire un vero e proprio schema per l'intrattenimento degli ospiti. Tuttavia la mescolanza di canti, scenette e soliloqui nota oggi come Cabaret nacque a Parigi sul finire del XIX secolo. Il termine designava gli spettacoli e le esposizioni organizzati in locali e caffè da giovani pittori e poeti come vetrina del proprio lavoro.

Ma quali furono le principali attrazioni dei caffè? E in quale modo hanno potuto monopolizzare l'attenzione di persone appartenenti ai più vari ceti sociali? Come sempre succede nella storia socio-economica di qualsiasi paese, ad un periodo di grande depressione finanziaria e quindi politica, corrisponde paradossalmente un altrettanto grande desiderio, da parte della popolazione, di divertimento, quasi a voler dimenticare i problemi quotidiani, nell'incertezza del domani.

Col passare del tempo, questa forma di spettacolo si raffinava e migliorava di qualità con le tipiche figure delle "sciantose" e dei "macchiettisti".

In Italia manca una vera e propria definizione cabarettistica e il suo spazio, a partire dagli anni 50', è sempre stato occupato da quello del teatro di rivista, dal varietà e dai Teatri minimi (come la compagnia dei Gobbi). Al cabaret milanese, inizialmente impegnato culturalmente e politicamente attraverso la satira, con testi spesso scritti da intellettuali di sinistra, si opponeva il cabaret romano volto esclusivamente a divertire il pubblico e volutamente distante da implicazioni intellettuali o politiche.

Impossibile dimenticare il clamoroso successo de "Il Bagaglino", fondato da Pier Francesco Pingitore e Mario Castellacci negli anni 60', che con la sua piccante comicità ha conquistato il teatro, e la televisione raccontando i cambiamenti del costume italiano.

Infine, il cabaret di oggi con Zelig, Made in Sud e Colorado rappresenta più che mai una via di fuga dell'uomo dallo stress quotidiano e dalle serie problematiche del nostro Paese. Insomma, quel minuscolo foro di spensieratezza che allietta le persone con una risata (sulla scia del "meglio ridere che piangere") nei confronti dei fatti poco felici appartenenti al contesto storico in cui viviamo. ■



Pietro Aiello Cilento D'Altavilla

è su seguici

art@pietroaiello.com - www.pietroaiello.com



TRUSTED CONTACTS

L'App di Google per la sicurezza personale

L'idea arriva direttamente dall'esperienza in caso di crisi. Terremoti, uragani, inondazioni, attacchi terroristici tutti casi in cui amici e familiari si preoccupano tantissimo e hanno bisogno di ricevere informazioni in tempo reale su un determinato contatto, per verificare che sia al sicuro. Trusted Contacts è l'innovazione tecnologica grazie alla quale non sarà più necessario telefonare per sapere dov'è una persona cara e cosa sta facendo. La finalità principale dell'app infatti è quella di dare ai propri contatti di emergenza la possibilità di scoprire dove si ci si trova in caso in cui si sia incapaci di muoversi o di usare il telefono.

Attraverso Trusted Contacts si potranno individuare alcuni contatti ritenuti "affidabili" ("trusted") tra quelli presenti in rubrica dello smartphone (tale indicazione potrà essere cambiata in qualsiasi momento) ai quali affidare la possibilità di richiedere informazioni sulla posizione e le attività dell'utente, per scoprire se la persona sta bene. Se entro cinque minuti non si riceve risposta alla richiesta, l'app condividerà automaticamente queste indicazioni con il contatto selezionato. Nel caso in cui lo smartphone non abbia accesso al GPS in quella determinata situazione, quelle che vengono trasmesse sono le coordinate circa l'ultima posizione nota. La posizione può essere condivisa anche manualmente nel caso in cui ci si senta in pericolo e si voglia avvertire parenti e amici.

Un'altra funzione di quest'app è anche quella di "accompagnare" qualcuno a casa anche a distanza, seguendo in modo virtuale il viaggio di rientro chi si sta spostando sulla mappa. Una volta arrivati a destinazione si comunica l'arrivo e quindi si smette di condividere la propria posizione.

Lo sbarco di Google nel settore sicurezza personale fa prevedere importanti sviluppi, per esempio come futura integrazione delle funzionalità di Trusted Contacts direttamente in Google Maps. ■



Centro Estetico

Parafarmacia Dott.ssa Fabrizia De Angelis

CON IL LASER DIODO

STOP

AI PELI SUPERFLUI

Zone piccole

€ 49

Zone medie

€ 59

Zone grandi

€ 99

Epilazione Laser Diodo

sicuro, efficace e indolore

*Più zone fai,
più sconto avrai!*

Presenta un amico e ricevete
uno sconto pari a € 10
per ogni zona.



Via degli Aranci, 97/B - **SORRENTO** Tel. 0818772010

Cell. 3441088220 

THERAPYFIT

STUDIO CHINESIOLOGICO di Ireneo Nefando

Ginnastica Vertebrale

Prenota la tua seduta personalizzata



Tel: 081 183 30756 Indirizzo: Corso Italia, 89 (S.Agnello)

f Therapyfit Mail: TherapyFit@hotmail.com



LIBERATI DAL MAL DI SCHIENA CON LA *ginnastica*



Ti sei piegato a raccogliere un oggetto pesante da terra senza piegare le ginocchia ed ora sei rimasto bloccato con la schiena? Quando la flessione provoca una stiratura muscolare troppo forte dei muscoli lombari, il corpo reagisce con una contrazione involontaria della muscolatura che collega una vertebra all'altra provocando un blocco dell'ultima vertebra lombare L5 rispetto all'osso sacro.

Un elemento che predispone al mal di schiena, oltre ai movimenti scorretti, è sicuramente la mancanza di elasticità della muscolatura. La debolezza dei muscoli della schiena che perdono via via tono, obbligano la colonna vertebrale ad un lavoro eccessivo per sostenere il peso del corpo che a lungo termine può indurre un assottigliamento dei dischi intervertebrali con conseguente colpo della strega alla schiena.

Purtroppo più si è sedentari più si avrà mal di schiena; il problema è la mancanza di movimento.

La cosa importante da fare per prevenire il mal di schiena è il controllo della postura e lo svolgimento con regolarità di un programma di esercizi di scarico e allungamento mirato in palestra. E' possibile evitare il ripetersi di ulteriori problemi di contratture alla schiena seguendo un ottimo allenamento dei muscoli della schiena e dei muscoli sinergici, con un minimo di stretching regolare e settimanale.





ASCOLTO BINAURALE:

perché il cervello ha bisogno di

due orecchie ad ogni età?

La percezione uditiva umana è caratterizzata dalla ricezione dei suoni da entrambe le orecchie e la percezione di un unico suono globale, questo intendiamo per ascolto binaurale. Gli studi che si stanno effettuando da oramai anni sulla plasticità cerebrale, ma soprattutto della correzione precoce del deficit uditivo (che sia con apparecchi acustici oppure impianto cocleare) hanno dimostrato quanto sia importante sia il tempo che la modalità con cui l'informazione sonora arriva alle nostre aree uditive corticali cerebrali.

Questi due importantissimi elementi sono dati dall'ascolto binaurale. Questo ascolto ci consente di localizzare le sorgenti sonore circostanti (identificare la provenienza del suono) e soprattutto migliorare l'ascolto di segnali sonori che vengono puntualmente mascherati,

nella vita di tutti i giorni, dai rumori ambientali. In persone con deficit uditivo è importantissimo ripristinare la funzione binaurale e quindi ricreare uno scenario sonoro simile a quello di un normoudente. Si è visto che su pazienti con deficit uditivo protesizzati da entrambi i lati le performances di ascolto si innalzano notevolmente. A migliorare in primis è l'ascolto del parlato unito soprattutto alle sfumature acustiche, per esempio l'ascolto musicale; in seguito la localizzazione della fonte sonora; ed infine migliori performances in ambiente rumoroso con il risultato di un minore grado di affaticamento uditivo.

Tutto ciò si traduce in performances migliori in ambito scolastico – lavorativo e più in generale in una miglior relazione con il mondo esterno rispetto ai soggetti con udito monoaurale (ascolto con un solo orecchio). ■





dott.ssa Tea Maione

TEMACUSTICA



PROVA GRATIS PER 30 GIORNI

GLI APPARECCHI INVISIBILI E COLLEGABILI AL TUO CELLULARE

RICEVERAI UNA RICARICA DI 10 € SULLA TUA LINEA TELEFONICA
PER PERMETTERTI DI PROVARLI LIBERAMENTE



► **SORRENTO**

Via degli Aranci 116

Tel. 081.878.4547

Cell 338.9648341




STUDIO MEDICO VENERE
 Dott. Pietro De Nicola Dott.ssa Giusanna Massa
 Chirurgia Plastica e Medicina Estetica Biologo Nutrizionista

Luce pulsata • Radiofrequenza • Cavitazione
 Slim Press • LPG • Carbossiterapia

PROVA GRATUITA

new LIPOLASER A DIODO VACUUM

Riscopri la tua silhouette ideale

LASER A DIODO

MEDICINA ESTETICA - CHIRURGIA PLASTICA
Consulenza GRATUITA

tutti gli elettromedicali
30€
 a seduta

Via Padre Reginaldo Giuliani, 2 - SORRENTO (NA)
Info: 081 8771979 - 3393346638



VogliediCarta
 di Romano Mariangela

VIA BAGNULO, 22 - PIANO DI SORRENTO (NA)
 TEL. 081 18958422 - 3334178462

Carta regalo • Coordinati a tema
 Idee regalo • Scatole
 Vassoi Palline vetro
 Palline per il fai da te • Shopper

Tutto per il tuo
Natate...




segui su
 facebook



AGENZIE IMMOBILIARI

PROVVIGIONI SONO SEMPRE DOVUTE?

Ho messo in vendita la mia casa affidandomi a un'agenzia che ha preteso firmassi la clausola di esclusiva. Un mio vicino, a cui ho rivelato la mia intenzione, vorrebbe acquistare l'appartamento. L'agenzia potrebbe impedirlo?

Il cliente che decide di avvalersi dell'intervento dell'agenzia immobiliare sottoscrive un contratto. Le agenzie immobiliari svolgono l'attività di mediazione tra il cliente che desidera vendere il bene e gli eventuali compratori che desiderano invece acquistarlo, e viceversa.

I contratti che legano il cliente alle agenzie immobiliari possono essere in esclusiva o non in esclusiva. La clausola di esclusiva ha la funzione di impedire al cliente di rivolgersi ad altri mediatori, il proprietario non potrà neanche contattare personalmente eventuali acquirenti, se trova egli stesso un cliente e con questi conclude il contratto potrebbe essere condannato a pagare all'agenzia immobiliare originariamente incaricata, la penale o, comunque, la provvigione (a seconda di quello che è previsto in contratto).

L'unico modo, dunque, per liberarsi del vincolo è quello di attendere la normale scadenza del contratto. Tuttavia, laddove l'immobile venga venduto dopo la scadenza del mandato a una persona in precedenza segnalata dal mediatore questi potrà comunque pretendere la sua provvigione.

Il venditore può anche recedere preventivamente dal contratto, mediante lettera raccomandata inoltrata all'agenzia immobiliare, tuttavia non senza conseguenze. Per conoscere gli effetti di tale decisione è necessario leggere attentamente il contratto che, ad esempio, può prevedere delle penali o il pagamento di spese, infatti, salvo accordi diversi, ai sensi del Codice Civile, il mandante, ossia il cliente, è tenuto a rimborsare le spese sostenute dal mandatario, ossia l'agenzia, per l'adempimento del contratto di mandato, ossia di vendita o acquisto di immobile. ■



E' UN SORRENTO IN GRANDE CRESCITA

I rossoneri di Guarracino risalgono la classifica. Juniores super

Entra nel vivo il campionato del Sorrento, impegnato nella massima competizione regionale (Eccellenza). Dopo un primo mese da dimenticare, ha fatto seguito un mese di Ottobre perfetto, con la squadra rossonera che ha iniziato a recuperare il terreno perso, conquistando una posizione di classifica a ridosso delle squadre di vertice. Un Sorrento che col passare delle giornate ha conquistato punti ma soprattutto personalità e carattere, cementando un gruppo sempre più determinato ad onorare al meglio gli storici colori rossoneri. **A cominciare dal capitano, il sorrentino Alfonso Gargiulo**, finalizzatore (miglior marcatore della squadra con 4 reti) di una squadra solida e concreta che ha conquistato anche il pas per gli ottavi di Coppa Italia regionale. **Da incorniciare la prima vittoria esterna, sul campo della Battipagliese**, costretta ad arrendersi per due a zero al termine di una partita disputata dai rossoneri con grande intelligenza e maturità.

Impeccabile anche le prime settimane di gare delle due formazioni Juniores rossonere: Under18 e Under17 entrambe a punteggio pieno nei rispettivi campionati regionali. Difese granitiche e attacchi esplosivi per entrambe le compagini, composte da numerosi ragazzi della Penisola Sorrentina, dimostrando subito di possedere tutte le carte in regola per poter primeggiare nei rispettivi gironi.

Natale Di Gregorio

Il difensore classe 1998 conquista la ribalta nel mese di Ottobre. Ormai alle spalle un periodo estivo da incubo, caratterizzato da uno sfortunato infortunio che lo ha costretto a saltare il ritiro prestagionale, il giovane sorrentino con grande serietà e determinazione riesce a guadagnarsi la fiducia di mister Guarracino. Fiducia ripagata alla grande con prestazioni superlative condite anche da due preziosissimi gol, entrambi realizzati contro il Castel S.Giorgio, in Coppa ed in Campionato. Un ragazzo con i piedi per terra ma concretizza un sogno ad occhi aperti: esordio con gol con il Sorrento, indossando quella maglia rossonera che è sempre stata una seconda pelle. Allo stadio Italia fin dai tempi della scuola calcio, dopo una buona stagione trascorsa col S.Agnello, in estate non ha esitato un secondo alla chiamata del Sorrento, consapevole che **le emozioni del calcio in Penisola ha storicamente solo tinte rossonere.** ■



Φ FitClub

di Carlo Amato

PERSONAL TRAINING

CORSO ITALIA, 26 - META - TEL. 081.808.83.18



idroteck
DI FRANCESCO S. RUGGIERO

IMPIANTI IDRICO-SANITARI

- realizzazione impianti idrico sanitari
- installazione box doccia e vasche per idromassaggio



RISCALDAMENTO E CONDIZIONAMENTO IMPIANTI IDRICO-SANITARI

- impianti di riscaldamento tradizionali e a pavimento
- termocamini a pellet, a legna e misti
- termostufe a pellet
- montaggio termosifoni e termoarredo
- caldaie per acqua sanitaria e riscaldamento
- impianti di condizionamento ad acqua e a gas

**Tel. 339 7788387 - email info@idroteckSORRENTO.com
www.idroteckSORRENTO.com**

il modulo arredamenti



IN PROMOZIONE 27 COMBINAZIONI PER UN LETTO

rivestimento in tessuto irrestringibile, smacchiabile,
anallergico, antibatterico, antiacaro, antiodore
oppure in pelle ecologica



TESSUTO ANTISTRACCIATO EFFETTO DENIM



ART. BG COL. 01 ART. BG COL. 02 ART. BG COL. 03 ART. BG COL. 04 ART. BG COL. 05 ART. BG COL. 06

TESSUTO "ELEGANCE" ANIMATO E ANTIODORI



ART. CH COL. 01 ART. CH COL. 02 ART. CH COL. 03 ART. CH COL. 04 ART. CH COL. 05 ART. CH COL. 06

Via degli Aranci, 33d - SORRANO
www.ilmodulo.it



Grafica GaDesign Sorrento

ENTO (NA) - Tel. 0818785697
losorrento.it

Vodafone ONE

Un'unica offerta per fisso e mobile,
per avere il meglio della rete
Vodafone sempre con te.

a soli: **29,90€**



Vodafone
Power to you



FISSO

INTERNET
senza limiti fino a
100 Megabit*
al secondo

*velocità fibra inclusa per 12 mesi per 30€ a settimana

CHIAMATE
verso
Fissi+Mobili
a consumo

MOBILE



Navighi sui social
e chatti senza
consumare i tuoi Giga

INTERNET
5GB

MINUTI
1000

SMS
1000

VODAFONE SANT'AGNELLO
RIVENDITORE AUTORIZZATO

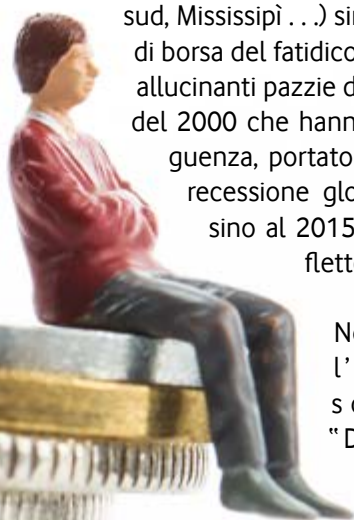
CORSO ITALIA 75 SANT'AGNELLO - 081-8781516



La nuova economia comportamentale

Il premio Nobel per l'Economia (detta: "scienza triste") Richard Thaler, ha costruito un ponte tra le analisi economiche e psicologiche dei processi decisionali individuali. Una nuova Economia Comportamentale che attualmente è molto considerata e che ha avuto e avrà un impatto profondo su molte aree della ricerca economica.

L'irrazionalità che



sud, Mississipi . . .) sino alle bolle di borsa del fatidico 1929 e alle allucinanti pazzie della Finanza del 2000 che hanno, di conseguenza, portato alla grande recessione globale durata sino al 2015. Bisogna riflettere su ciò.

Il premio Nobel per l'Economia sostiene: "Dobbiamo supportare che anche

ra oggi gran parte dell'Economia è profondamente anti-comportamentale", ossia si disinteressa di cosa le persone desiderano, di come si comportano e cosa pensano. L'Economia impone e condiziona i comportamenti degli esseri umani considerandoli solo e limitatamente razionali, ossia "cosa fanno e perché". Quindi tralasciando e trascurando la cosa fondamentale da tener presente: quale vero approccio ha l'umanità nelle scelte finanziarie (e non solo) e quanto realmente e giustamente di emotivo ci sia negli ordinari comportamenti.

L'Economia umana e reale parte dalla consapevolezza che le persone spesso fanno scelte irrazionali e identifica politiche non coercitive per orientarle verso decisioni desiderabili e serene sul piano individuale e collettivo.

L'Economia Comportamentale, come afferma il neo premio Nobel, è legata

ai fenomeni Finanziari applicando i principi della psicologia : "Quei tratti umani che – spiega all'Accademia delle Scienze Svedese- influenzano sistematicamente le decisioni individuali e gli esiti del Mercato Finanziario."

Secondo le teorie di Thaler le persone tendono a semplificare le loro decisioni in ambito finanziario (spesso proiettate al solo rendimento), creando ragionamenti isolati, concentrandosi sull'impatto circoscritto di una singola decisione invece di valutare con più attenzione e preparazione quali potrebbero essere gli effetti complessivi e quindi più ampi e diversificati.

In modo analogo, la maggior parte di noi è portata ad attribuire un valore diverso ad un determinato bene e ...se in suo possesso dandogli un valore più alto del reale essendo "avverso e impaurito alla naturale perdita". Se il possesso non è il suo, al contrario, dà al bene un valore (...stranamente?) tendenzialmente più basso prestando minore attenzione.

Alla base di tutto ciò (dice il Prof. Richard T.)

c'è il fatto che gli esseri umani sbagliano, e sbagliano in continuazione, ed è possibile prevedere gli errori e costruire dei numerosi modelli di comportamento più sereni e più consoni all'Economia classica.

Richard Thaler, quindi, è un innovatore in Economia, in quanto va oltre la semplice Analisi della psicologia umana e i soliti numeri creando una fusione valida in un unico grande studio su tali argomenti.

Ciò ha un valore particolare in quanto avvicina la "Scienza triste" (cioè la Economia) ad un aspetto ed un comportamento reale a quello dell'uomo medio.

Speriamo che questa analisi "meno fredda e meno triste" abbia nel tempo successo.

Finanza più articolata e più studiata per affrontarla in maniera meno fredda, più serena e più vicina ai comportamenti emotivi.

■

COSTANTINO

VASTO ASSORTIMENTO COLLEZIONE AUTUNNO/INVERNO RAGNO DONNA

RAGNO

VIA SAN MICHELE, 44/46 - PIANO DI SORRENTO (NA)



MACNA 



**NUOVA COLLEZIONE
ABBIGLIAMENTO 2018**



KT_M POWERWEAR



Via S. Giuseppe, 12/20 Sant'Agnello
Tel. 081 19666144 - motostory1@gmail.com
 Moto Story



GOLDEN RIVER

RISTO-PUB



PANINI



STEAK HOUSE

Corso Italia, 246/G

Sorrento (Na)

Cell. +39 338.82.61.846

+39 339.20.54.527

follow us



sky

**UEFA
CHAMPIONS
LEAGUE**



VENDITA



Sant'Agnello - a pochi minuti a piedi dal centro, in piccolo e moderno fabbricato signorile, vendesi la nuda proprietà di un bel appartamento composto da: ingresso, soggiorno, due camere, cucina, doppi servizi, balconata, ampie terrazze, giardino, comoda cantinola e posto auto coperto. Rif. A556 A.C.E./G

Piano di Sorrento - mezza collina, vendesi estremità di casa a schiera su tre livelli, doppio ingresso, soleggiata e panoramica, composta da: 1°liv. salone, cucinotto, bagno, terrazzi e giardino; 2°liv. tre camere, doppi servizi; 3°liv. salone-taverna. Comodo box auto, posto auto scoperto e terrazzo solarium. Rif. V713 A.C.E./G

Meta - a 50 mt. dalle spiagge, in fabbricato moderno, al piano rialzato vendesi piccolo appartamento composto da soggiorno con angolo cottura, camera, bagno, balconata e balcone. sottostante box moto-cantinola. Rif. A564 A.C.E./G

Meta - in palazzotto d'epoca, vendesi soleggiato appartamento al 1° piano (ultimo), composto da 2 vani ed

accessori, con ampia e lunga balconata. Parzialmente ristrutturato. Rif.A554A a.c.e./g



Piano di Sorrento - centro, in tranquillo e signorile parco, vendesi appartamento vista mare, composto da ingresso, soggiorno, tre camere matrimoniali, cucina abitabile, doppi servizi, ripostiglio, terrazzo e due balconate. Parcheggio condominiale. Rif. A 563 A.C.E./G



Meta - nel caratteristico centro storico, in piccolo e ristrutturato palazzo d'epoca, vendesi grazioso appartamento in buone condizioni, locato con buona rendita, composto da: soggiorno con cucinotto a vista, camera matrimoniale, bagno e terrazzo panoramico a livello. Rif. A558 a.c.e./g

Massa Lubrense - (Sant'Agneta) a pochi minuti a piedi dal centro, in piccola palazzina moderna, vendesi appartamento con ingresso

autonomo, composto da ampio soggiorno con angolo cottura, camera, bagno, ripostiglio-lavanderia, antistante cortile carrabile e piccolo deposito. Rif.A250 a.c.e./g



Massa Lubrense - a pochi metri dal mare, con bella vista sul Golfo di Napoli e Capri, vendesi villa bilivelli composta da: salone bivani, quattro camere, cucina, bagni, varie terrazze panoramiche, giardinetto, cameretta di servizio, cantina e box auto. Inoltre la proprietà dispone di una discesa a mare (condivisa con altra villa) su spiaggia. RIF.V724 a.c.e./g

S.Agneta - pochi minuti dal centro, in via Pigna, in posizione tranquilla soleggiata e panoramica sul mare e colline, vendesi porzione su più livelli di fabbricato d'epoca, semiristrutturato al grezzo, costituito da quattro camere, cucina abitabile, pluriaccessoriata, deposito, ripostiglio, terrazzi, cortile e giardino. Rif. V729 a.c.e./g

Sant'Agnello - Tra le due Piazze principali, in piccolo palazzotto d'epoca, vendesi la nuda proprietà di un monolocale e di un box auto (diviso in due) pertinenziale, posto a pochissimi metri. L'immobile è particolarmente indicato come studio pro-

fessionale. RiF A433 a.c. e./g

Massa Lubrense, Torca, tra gli uliveti, vendesi villa bilivelli, composta da salotto e cucina-tinello a vista, tre camere da letto, doppi servizi, cantinola, ripostiglio esterno, terrazzi, comodo giardino circostante, posti auto coperti. Rif.V584 a.c.e./g

Massa Lubrense - a breve distanza dal centro di S.Agneta, in viale residenziale, vendesi casa bilivelli indipendente, vista mare ed ottima esposizione, composta da: al 1°liv., soggiorno, cucina, camera da pranzo, camera da letto con bagno; al 2°liv., camera doppia, camera singola, bagno, balconata vista mare ed ampia terrazza con piccolo deposito. possibilità di realizzare box pertinenziale. Rif. V721 a.c.e./g

Meta - spiaggia Alimuri, vendesi box auto non pertinenziale mq. 35. Rif. B219/b

COMMERCIALI

Sorrento - Vendesi locali per attività artigianali da mq. 60 a 160 con spazi esterni. D727

Meta - vendesi negozio luminoso con grande vetrina, 60 mq. con grande terrazza alle spalle di ca. 80 mq. Rif. D729

Piano di Sorrento - centrale, cedesi attività rosticceria pasticceria pizzeria, laboratorio. Rif. Z872

Piano di Sorrento - vendesi locale commerciale mq. 75 locato con ottima rendita. Rif. D728

Laser a Diodo

la nuova frontiera nel campo
dell'epilazione: **scopriamone i vantaggi**

Il laser a diodo rappresenta senza dubbio **la nuova frontiera nel campo dell'epilazione** che ha reso ormai obsoleti i vecchi sistemi (tipo la luce pulsata) nonostante il "principio di funzionamento" sia lo stesso e cioè la FOTO-TERMOLISI SELETTIVA. In particolare **il pelo contiene una sostanza chiamata "melanina" che ne determina il colore ed il trattamento con il laser permette di emanare un'energia luminosa, ad una certa lunghezza d'onda e ad un'intensità specifica, che viene assorbita dalla melanina contenuta nel pelo e trasformata conseguentemente in energia calorifica che, a sua volta, va a colpire il bulbo pilifero distruggendolo o riducendone la vitalità.**

Grazie al laser a diodo siamo capaci di realizzare un trattamento che nell'arco temporale di un anno più o meno riesce a determinare una **progressiva e significativa riduzione dei peli nella zona trattata** mentre quelli che eventualmente permangono saranno molto meno spessi e quindi visibili. Il laser ha poi tutta una serie di vantaggi rispetto ad altre tecnologie!

Innanzitutto **la velocità**: i tempi dell'applicazione sono molto ridotti sulle zone più grandi basti pensare che le gambe si fanno in poco più di mezzora.

Grazie alla velocità inoltre si riesce a rendere il trat-

tamento **economicamente accessibile** a tutti riducendo nettamente anche i costi della seduta: parliamo di 35 euro a seduta per inguine o ascelle, di 40 per un viso completo o di 90 euro per le gambe complete (ovviamente senza considerare "ulteriori offerte"). Le sedute nella maggior parte dei casi sono mensili e quindi anche i relativi costi. Diciamo che quindi si tratta di un **trattamento democratico perché accessibile a tutti!**

Siccome poi la percezione del calore è molto ridotta sia per il sistema di raffreddamento sulla punta del manipolo che per la minore dispersione di energia sulla pelle in superficie **il dolore è praticamente inesistente** anche per gli uomini che hanno notoriamente un pelo molto più rigido e spesso!

Altro grande vantaggio del laser è **la possibilità di trattare anche pelli abbronzate** e quindi i fototipi più scuri con maggiore efficacia e risultati migliori senza contare che il trattamento non verrà sospeso neanche nel periodo estivo!

Se non siete ancora convinti di scegliere questo nuovo metodo per dire basta ai peli superflui e far sì che rimangano solo un brutto ricordo non vi resta che passare a trovarci per un check-up gratuito e per ogni ulteriore informazione. ■



ESTETICA Framava

FIDEST
nel tuo business, al tuo fianco

EPILAZIONE PROGRESSIVA PERMANENTE CON

deve **DIODE**

808HP XL

MASSIMA POTENZA E VELOCITA'

**SPECIAL
PROMO
PER LEI**



TOTAL BODY:
GAMBE + INGUINE +
BRACCIA + ASCELLE +
VISO

169€

GAMBE COMPLETE +
1 ZONA A SCELTA TRA:
INGUINE, ASCELLE, VISO

**A SOLI
99€**

ADDOME, PETTO,
SCHIENA COMPLETA

99€

PETTO + SPALLE
**A SOLI
69€**

**SPECIAL
PROMO
PER LUI**



Via Caracciolo, 104 (P.zza Casale) - Meta (Na)

Tel. 081.5342148

**OFFERTE VALIDE
DAL 31 OTTOBRE
AL 19 NOVEMBRE 2017**

ACQUA &

**PORTATILE
DA VIAGGIO**



**PHILIPS
ASCIUGACAPELLI**

€ 19,90
€ 109,00



**CLINIANS
LATTE DETERGENTE
200 ml.
ASSORTITO**

€ 2,99
€ 10,90



**400
ml.**

**GARNIER
ACQUA MICELLARE
OIL**

€ 3,99
€ 9,90



**FRIA
SALVIETTE
STRUCCANTI
25 pz.
ASSORTITE**

€ 1,49
€ 7,49



**COTONEVE
DISCHETTI
STRUCCANTI
80 pz.**

€ 0,99
€ 7,90



**DERMOLAB
SCRUB ESFOLIANTE
VISO
150 ml.**

€ 4,49
€ 29,90



**NIVEA
CREMA VISO
50 ml.
ASSORTITA**

€ 3,69
€ 7,90



**CAPACITÀ
500cc**

**LAME IN
ACCIAIO
INOX**



**GARNIER
FRESH
CREMA IDRATANTE
PELLI NORMALI
50 ml.**

€ 4,49
€ 10,90



**I PROVENZALI
CREMA VISO
NUTRIENTE
ROSA MOSQUETA
50 ml.**

€ 6,90
€ 13,90



**VENUS
CREMA VISO
DOPPIO LIFTING
50 ml.**

€ 7,49
€ 14,90

**CREA IL MIX PERFETTO
DI BELLEZZA!**

Acquista 2 Trattamenti Viso L'Oréal Paris

REGALO CERTO UN FRULLATORE

Carica lo scontrino su WWW.LOREALPARISPREMIAT



**L'OREAL
DERMO REVITALIFT
LASER X3
50 ml.**

€ 12,90
€ 25,90



**L'OREAL
OLIO STRAORDINARIO
CREMA VISO
50 ml.
ASSORTITA**

€ 8,90
€ 17,90



**EQUILIBRA
PROTETTIVO LABBRA
ALOE STICK
5,5 ml.**

€ 1,99
€ 3,99

**PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19/21
PIANO DI SORRENTO (NA)**

SAPONE®



acquaesapone.it

Aperto domenica 9:30/13:00



**BIOLOGICO
CERTIFICATO**

NATURAL VITEX
BIO FONDO TINTA
FLUIDO

€ 9,50



*Nuove formule
per tutti i colori di pelle.
Da oggi tutta la donna
può avere la sua
fascetta perfetta!*

L'ORÉAL
FONDO TINTA
ACCORD PARFAIT
+ CORRETORE

€ 12,90



*La formula
del Big Shot Mascara
è arricchita con collagene,
che protegge le ciglia
di prodotti e le "sopraeleva".
Ci garantisce un
effetto lunga e voluminosa
già dalla prima
passata.*

MAYBELLINE
MASCARA BIG SHOT
+ MATTIA OCCHI
OMAGGIO

€ 11,90



DEBORAH

LA CIPRIA

€ 4,90



*Formula ricca
di vitamine e
acido ialuronico.
Non a 24 ore. Waterproof,
non sbuccia e non
si sgancia. Non ha
punto di
applicazione.
Si applica con
un solo
passo.
Si applica
con un solo
passo.*

RIMMEL
EYELINER

€ 5,90



MAX FACTOR
NUDE PALETTE OCCHI

€ 8,90



*Seleziona il colore
che preferisci.
Con il nuovo
sistema
d'applicazione
non sbuccia
e non si
sgancia.
Non ha
punto di
applicazione.
Si applica
con un solo
passo.*

MAYBELLINE
ROSSETTO
VIVID LIQUID METAL

€ 5,90



DEBORAH
ROSA EDT 100 ml
+ LATTE CORPO
250 ml

€ 9,90



**100
ml.**

NEW BRAND
TOGETHER
DONNA

€ 6,90



**75
ml.**

FENDI
L'ACQUAROSSA
EDT

€ 25,90

CORSO ITALIA, 194 - PIANO DI SORRENTO (NA)



PARCHEGGIO



ORARIO CONTINUATO



LE TRE ARCATE

GASTRONOMIA POLIVALENTE

dal 1991

*Un
esplosione...
di gusto*

Piazza Cota, 9/10
80063 Piano di Sorrento (NA)

Per info e prenotazioni: Tel. 081 532 18 49



INGREDIENTI

1 zucca intera tonda di circa
2.5 kg
300 gr di Riso x risotti
300 gr di salsiccia
1 cipolla
Abbondante formaggio
grattugiato
Olio extra vergine d'oliva
quanto basta.
Sale, pepe ed erbe di
Provenza q.b.
Brodo vegetale o di carne
Carta da forno x la teglia

Zucca al forno ripiena di riso filante e salsiccia

PREPARAZIONE

Taglia la calotta superiore della zucca per formare una sorta di “coperchio” e svuota l'interno dei semi e scava la zucca, togliendo quasi tutta la polpa, ma facendo in modo da lasciare tutto attorno almeno 1 cm di polpa, altrimenti nella cottura potrebbe rompersi. Accendi il forno a 180° e lascia scaldare per bene, intanto spennella l'interno della zucca con olio, sale e pepe e se piace qualche erba di Provenza.

Sistema su una teglia coperta di carta forno la zucca e inforna per circa 30 minuti: la zucca deve essere morbida ma non troppo, perché poi torna in forno a gratinare. Metti in una pentola capiente l'olio e la cipolla tritata finemente. Fai appassire a fuoco basso poi unisci la salsiccia tagliata a tocchetti e lascia rosolare, quindi aggiungi il riso e fallo

“tostare” per un minuto.

Aggiungi la polpa di zucca, un po' di sale e lasciare cuocere il riso abbastanza al dente (verifica i tempi di cottura sulla confezione e tieni 5 minuti in meno). Durante la cottura aggiungi poco brodo, aggiusta di sale, pepe ed erbe. Sfornata la zucca, lasciala raffreddare un po' e poi inizia a riempirla. Disponi sul fondo uno strato di risotto e copri con formaggio grattugiato, prosegui con un secondo strato di risotto e poi di nuovo formaggio. Ripete l'operazione riso/formaggio fino ad arrivare alla sommità della zucca e ricopri con uno strato abbondante di formaggio grattugiato. A questo punto rimetti la zucca in forno per circa 15 minuti e una volta sfornata porta direttamente in tavola e servi il risotto nei piatti.



Il Marketing automatico?

Un secondo cervello

Mai sentito parlare del Marketing automatico? Si tratta di uno o più strumenti di marketing che consentono di automatizzare alcuni processi e aiutarti nella generazione di contatti, nella fidelizzazione dei clienti e nella vendita automatica dei tuoi prodotti.

Ora però, non lasciarti ammalare dal termine "automatico". Nulla si fa da sé. È un meccanismo che va strutturato pezzo per pezzo, con una strategia chiara e precisa fin dall'inizio. **Vanno creati i contenuti adatti e persuasivi e poi pubblicizzati con le giuste tecniche.** Vanno anche **previsti i meccanismi di uscita, i messaggi personalizzati** per chi non ha comprato i tuoi prodotti o **non ti sta più seguendo o non apre più la tua e-mail...** insomma c'è da lavorare!

Ma allora, Costanza, perché si chiama automatico?

Perché dopo aver messo su questo po' di struttura, sei libera o libero di fare altro. Cioè di dedicarti al tuo business principale, o anche stare di più con la tua famiglia. **Periodicamente, certo, vanno analizzati i dati per capire cosa sta succedendo e come migliorare il meccanismo e, dopo un po' andranno aggiornati i messaggi e i prodotti.** Ma, diciamo che il più è fatto.

Inizierai a ricevere mail di nuovi contatti iscritti e di nuove vendite, senza esserti dedicato direttamente a quel singolo contatto. Una bella soddisfazione, insomma.

Ecco, **il Marketing automatico è come un secondo cervello per la tua attività.** Un secondo cervello che dovrebbe essere **attivato e strutturato da un buon consulente di Marketing,** se non vuoi rischiare di perdere tantissimo tempo e, dopo tutto il tempo tolto ad altro, avere anche scarsi risultati.

Vuoi saperne di più? Contattami adesso! ■



Costanza Martina Vitale
Consulente in comunicazione
e conduttrice eventi
Akmaios Agenzia di Comunicazione
costanzamartina.vitale@gmail.com

Trav. Punta Capo, 14
80067 Sorrento (NA)
Tel. 081 807 2291



Alimentari
Capo

SI PREPARANO

*Cesti
Natalizi*



The King  of Sandwiches



PANINI



SALTIMBOCCA



INSALATONE

Federica Bar



Prenota qui

Una Dolce
Colazione
a domicilio



Cornetti caldi
tutte le Sere



Cocktail's

Sisal
Matchpoint
IL PUNTO VINCENTE DEL GIOCO

GIOCO DEL
LOTTO

SuperEnalotto

SIGARETTE ELETTRONICHE

vype
by gipha

Eleaf
by gipha

JUSTFOG
by gipha

IQOS

Joyetech

Corso Italia, 166 - Meta di Sorrento Tel. 081 36 22 160





a cura di Massimo Somma
Iconia

www.leggimigratis.it

65

Iconia nasce da un'idea di Massimo Somma, graphic designer ed illustratore. Iconia produce Icone, giochi di parole, pittogrammi e disegni umoristico-artistici.

Questo mese presentiamo

"Balen Rodriguez"

un estratto dalla collezione "Old School".

La serie completa è visibile sulla pagina Facebook ed il profilo Instagram "iconiamax"

iconia
Icane, disegni e pittogrammi umoristici



Le immagini presenti in questa pagina, sono artwork originali di Massimo Somma sono registrate e sono soggette alle leggi che regolano il diritto d'autore, non possono essere utilizzate a fini commerciali, se non dietro consenso dell'autore.



Shop Online:
shop.spreadshirt.it/iconiashop/



Fanpage:
[iconiamax](https://www.facebook.com/iconiamax)



Mal di MOUSE

I RIMEDI "SALVA MANO"

E' una patologia invalidante che provoca un forte dolore all'articolazione della mano e del polso. In Italia colpisce un lavoratore su 10, per lo più donne in età adulta. Il mal di mouse, più propriamente chiamata *sindrome di De Quervain*, è un'inflammatione a carattere cronico che interessa i due tendini che si trovano alla base del pollice (l'abduktore lungo e l'estensore breve) e la guaina di scorrimento che li ricopre.

Nel 50% dei casi questa tendinite sarebbe generata dai continui movimenti per spostare il mouse, soprattutto se il gomito non è appoggiato. I sintomi del mal di mouse sono mani gonfie, formicolio, senso di addormentamento e perdita di sensibilità che impedisce di afferrare gli oggetti, scrivere con la penna, girare una chiave e afferrare il mouse. Questa patologia si può prevenire attuando una modifica del proprio comportamento non appe-

na si hanno le prime avvisaglie dell'inflammatione, in quanto se il problema viene trascurato, il dolore può estendersi anche all'avambraccio. Il primo rimedio da praticare è l'applicazione di ghiaccio sull'arto in modo da ridurre il gonfiore. Spesso è necessario fa ricorso ad un ciclo di terapia con farmaci anti-inflammatori e l'utilizzo di un tutore, per tenere a riposo il pollice e il polso e permettere la guarigione dell'inflammatione dei tendini.

Fondamentale è la diminuzione dell'attività lavorativa o manuale durante le cure. Si consiglia, inoltre, di agire nei primi stadi della sindrome al fine di evitare un intervento chirurgico, avvalendosi di terapie strumentali che utilizzano elettromedicali come ultrasuoni, laserterapia, tecarterapia. La patologia non va trascurata poiché, se non trattata adeguatamente, può evolvere in rizoartrosi (artrosi della base del pollice). ■

4 Bit

**VENDITA E
ASSISTENZA
PC, TELEFONIA, TABLET**

DR MOUSE
REPAIRING COMPUTERS, MONITORS & SOFTWARE

DR PHONE
REPAIRING CELL PHONES, TABLETS & APP

Il tuo esperto di fiducia!



**RIPARA IL TUO
VETRO**

a partire da

€ 49,90*

**PER UNA RIPARAZIONE
DA CAMPIONI**

*prezzo riferito a sostituzione vetro iPhone 5 e 5s. Per preventivi su altri modelli recarsi in sede

Corso Italia 317 - Piano di Sorrento (NA) Tel. 0815342135

STUDIO DI FISIOTERAPIA

Dott. Francesco Di Maio

**VALUTAZIONE DELL'ATTEGGIAMENTO
POSTURALE DURANTE IL MOVIMENTO**

GLI ALTRI SERVIZI:

- Tecar terapia
- Riabilitazione ortopedica e sportiva
- Riabilitazione neurologica
- ESAME BAROPODOMETRICO STATICO
E DINAMICO CONTRE TREADMILL
- Riabilitazione posturale con metodo Meziers
- Linfodrenaggio con metodo Vodder
- Ultrasuoni
- Laser terapia
- Magnetoterapia
- Tens
- Elettrostimolazione
- Riabilitazione propriocettiva
- Kinesiotape
- Massoterapia
- Pressoterapia
- Noleggio della magnetoterapia
o dei campi pulsati

**Via Rota, 79 • Sorrento (NA) • Tel. 338.4988774
studiodifisioterapiadimaio@gmail.com**



dal 1979

LINEA LUCE

illuminazione

Ricci

impiantistica

ILLUMINIAMO IL TUO NATALE



CORSO ITALIA, 123 - PIANO DI SORRENTO
TEL. 0815321866 - pianoluce@libero.it



Carla Agrillo

*competenze e professionalità
al servizio degli altri*

Carla Agrillo è da poco più di un anno **presidente della Commissione Pari opportunità del Comune di Sorrento**, il cui assessore competente è Maria Teresa De Angelis, ma è soprattutto un'insegnante della scuola dell'infanzia con una quasi quarantennale esperienza sul campo. Dico soprattutto perché il lavoro nella scuola la rende particolarmente sensibile alle problematiche sociali e alla necessità di fare della politica lo strumento di tutela dei diritti delle fasce più deboli, attraverso attività progettuali a loro rivolte. In particolare questa estate con l'evento **"Aperti per Amatrice"**, nell'ambito della fortunata rassegna "Aperti per ferie" a Sorrento, in località Casarlano (quest'anno giunta alla sua undicesima edizione), la Commissione sorrentina si è prodigata con una **raccolta fondi a favore dell'associazione "Casa delle Donne di Amatrice e frazioni"**, un progetto tutto al femminile, presieduto da Sonia Mascioli, per sostenere e rilanciare il tessuto sociale ed economico della città di Amatrice, ad un anno di distanza dal terribile terremoto che l'ha pesantemente devastata.

Convinta che professionalità e competenze ab-

biano senso se vissute al servizio degli altri, Carla Agrillo fa suo un principio: "In tanti anni di esperienza, ho maturato l'idea che **in tutto quello che si fa, ci voglia amore, passione, buon senso nel rispetto di tutti, doni indispensabili per la crescita interiore e la riuscita degli obiettivi prefissati**".

Le chiedo: "Da cosa nasce il tuo amore per il sociale? Lo avevi sin dai banchi di scuola o si è acuito lavorando con i bambini?".

"Credo sia dentro di me sin dalla nascita- risponde- dato che provengo da una famiglia numerosa, e **già all'interno delle mura domestiche, sin da piccola, ho fatto esperienza di empatia e mutuo soccorso**. Il mio ritengo sia un dono di Dio".

Le chiedo ancora: "La Carla maestra e la Carla presidente della Commissione comunale si riferiscono agli stessi valori di base o devi adottare stili e obiettivi diversi?".

Sorride: "La Carla 'maestra' e la Carla 'presidente' agisce allo stesso modo con gli stessi valori che sono quelli che mi sono stati trasmessi dai miei genitori. **Mia madre e mio padre, che oggi non ci sono più, mi hanno lasciato un patrimonio inestimabile**

di valori, una radice salda, di cui sono orgogliosa”.

Un'altra domanda, che è sia per l'insegnante che per la presidente delle pari opportunità: "In che modo la scuola può servire a lottare contro la discriminazione sulle fasce più deboli, come la violenza di genere e il bullismo?".

"La scuola, essendo un'agenzia educativa, deve promuovere incontri con esperti in merito, prima per conoscere, e poi combattere tutte le discriminazioni, come bullismo e violenza di genere, fenomeni che purtroppo dilagano sempre di più”.

Un'altra domanda riguarda la crisi dell'istituto familiare che stiamo vivendo: "Come ti sembra cambiato il contesto familiare in tutti questi anni di lavoro?".

"Constato che nel corso degli anni il tessuto familiare si è sempre più disgregato, e purtroppo questo male sociale colpisce in modo particolare i bambini. Questo mi addolora tantissimo”.

Incalzo: "Quali ti sembrano essere, dal tuo osservatorio di docente della prima infanzia, i problemi più critici delle famiglie oggi?".

"Come docente d'infanzia, osservo molteplici difficoltà nelle famiglie di oggi, dalla mancanza di

regole all'assenza dei genitori. Per fortuna che in molti casi ci sono i nonni, che svolgono un ruolo molto importante nella vita del bambino, non solo nel senso dell'affetto e del rispetto delle tradizioni, ma anche nella gestione dell'equilibrio familiare, laddove le mamme si trovano ad affrontare la sfida spesso ardua di conciliare vita lavorativa e carichi familiari”.

Per concludere, le chiedo: "Parlaci della tua esperienza quotidiana di maestra d'infanzia presso la Scuola Angelina Lauro, è vero, come si dice, che è "un'isola felice"?".

Carla si illumina: "Io la chiamo, con la mia Dirigente Marianna Capiello, 'La casa del bambino'. E' una struttura meravigliosa, dotata di spazi adeguati allo sviluppo delle competenze fisiche, motorie e sociali del bambino. Internamente c'è un piccolo mondo, aule moderne e ariose, bagni, refettorio, cucina, laboratori musicali, aree multi-funzionali, salone, atrio. Esternamente, un giardino attrezzato con giochi per attività ludiche, orto didattico e tanto spazio per permettere ai bambini di vivere all'aria aperta e fare esperienze salutari per una crescita sana e armoniosa in contatto con la natura". ■



Occhio al Prezzo

Fortuna
Intimo e Biancheria

per combattere la crisi prezzi ribassati, vi aspetto

Corso Italia, 152 Meta (NA) - Tel. 081.534.23.09

Pepe Bianco

RISTORANTE

Artisti *del* Gusto

Menù Pesce:

Zuppetta pesce azzurro
su crema di verdure di stagione
Fusilli lunghi bucati con
stoccafisso, capperi, olive
e pomodorini

Filetto di branzino su cime
di rapa saltata all'aglio nocciola
Dolce sorpresa

Euro 32,00

Menù Carne:

Scarola imbottita con salsiccia,
olive e mozzarella
Torretta di paccheri con ragù
e pancetta di Agerola
Pancia di maialino glassato
al finocchio

e patate porcate
Dolce sorpresa

Euro 32,00

Menù *degustazione**

DAL 1 AL 15 NOVEMBRE

Menù Pesce:

Calamaro farcito su patate
prezzemolate
glassato al Fiano
Linguine con noci di Sorrento
e alici di Cetara
Polpetto paesano al vino rosso e
pomodorini su polenta bramata
e chips di pane all'aglio
Dolce sorpresa

Euro 32,00

Menù Carne:

Carciofo di Schito farcito
Tubettoni con cavolfiore
e guanciale paesano
Tagliata di manzo su rucola,
pomodorini e scaglie di grana
con riduzione di aceto balsamico e
patate al forno al rosmarino
Dolce sorpresa

Euro 32,00

Menù *degustazione**

DAL 16 AL 30 NOVEMBRE

* È gradita la prenotazione



Piazza Sant' Antonino, 18 - 80067 Sorrento (Na) Italy

Tel: +39 081 877 23 89

pepebiancosorrento@hotmail.com

LE OFFERTE DI

Mister DASH



**SUNSLK SHAMPOO
ANTICADUTA**
ml. 250

€1,00



DASH CLASSICO
19 lavaggi

€2,69



**LINES
SPECIALIST
EXTRA pz. 10**

€2,60



**IGENIO
PAVIMENTI
VARI TIPI**
ml. 750

€1,00



**NUVENIA
CLASSICO
SOTTILE pz. 12**

€0,60



**ROTOLONI
REGINA
pz. 4**

€1,90



**PINO SILVESTRE
SCHIUMA DA BARBA
VARI TIPI**
ml. 400

€1,10



**DOVE ROLL-ON
VARI TIPI**
ml. 50

€1,20



**FELCE AZZURRA
AMMORBIDENTE
INTENSO
BENESSERE**
ml. 750

€1,00

OFFERTE VALIDE DAL 6 AL 30 NOVEMBRE



**COLGATE
SPAZZOLINO
+ DENTIFRICIO**

€0,60



**OUST
RICARICA**

€2,00



**DRAGO
ANTICALCARE
ml. 750**

€1,00

**DOVE DOCCIA
VISIBLECARE
RIGENERANTE
ml. 200**

€1,00



**LINES
SPECIALIST
SUPER pz. 16**

€4,80



**SVELTO
VARI TIPI
LT. 1**

€0,95



**ORAL-B
FILO INTERDENTALE
3D WHITE**

€1,50



**PULIRAPID
TABS
pz. 16**

€2,35



**WINNI'S SALE
LAVASTOVIGLIE
kg 1**

€0,79



**DASH
SMACCHIATORE
gr. 250**

€1,39



**PANTENE SHAMPOO
FORTI E IDRATATI
ml. 250**

€1,69



**PULITEX
MOP COTONE**

€1,30



**LEGGERA
QUANTO
MISURA MEDIA**

€0,60



**SET PULIZIA VISO
ZERO KAPPA**

€1,00

**GILLETTE
SENSOR 3
SENSITIVE
pz 4+2**

€3,50



**GILLETTE
SENSOR 3
pz 4+2**

€3,50

**MR DASH - VIA DEGLI ARANCI, 101 - SORRENTO
VIA DEL SALVATORE, 3 META**



CALENDARIO GARE

STADIO "ITALIA"
ORE 16.30

Mercoledì 1 NOVEMBRE

SORRENTO - NOLA

*Coppa Italia fase regionale
ottavi di finale, andata*

Domenica 12 NOVEMBRE

SORRENTO - COSTA D'AMALFI

*Campionato regionale Eccellenza
10ª giornata*

Domenica 26 NOVEMBRE

SORRENTO - PALMESE

*Campionato regionale Eccellenza
12ª giornata*



Sorrento 1945
fcsorrento.com



Se vuoi pubblicare la tua foto è semplice, ecco come devi fare: fatti una fotografia in posa con EccomiQua o LeggimiGratis.

Invia la tua foto via mail all'indirizzo: foto@leggimigratis.it o tramite app LeggimiGratis.

Non dimenticare di indicare il tuo nome e cognome. L'invio delle foto implica l'autorizzazione alla pubblicazione delle foto stesse e dei dati personali, compresi nome e cognome del mittente. La scelta delle foto da pubblicare è a discrezione della redazione. La pubblicazione è gratuita.



Mary Monroe
saluta simpaticamente
tutti i suoi amici

I lettori del LeggimiGratis
viaggiano in tutto il mondo
Saluti
dalla splendida Siviglia



Diventa protagonista!

Scarica anche tu l'app LeggimiGratis dall'AppStore, scatta una foto con il caratteristico logo LeggimiGratis o la copertina del mensile che preferisci e spediscila con un click. Verrà pubblicata nel prossimo numero.

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

ANIMALI

Bulldog francese Cucciola per l'adozione

Sto cercando una casa per i miei due cani di 11 settimane e in buona salute. Sono entrambi addestrati e sono fantastici con i bambini e la famiglia. Contattami se sei interessato per ulteriori dettagli.

E-mail: caterinasiena8@gmail.com

Chihuahua Cucciolo

Stupendo cucciolo di Smooth Coat Chihuahua maschile sta cercando casa. Si rilascia certificato di pedigree di 5 generazioni. Completamente vaccinato, microchip, sverminato. Su richiesta possono essere forniti ulteriori immagini

Prezzo: 500,00 €

E-mail: tradeleaks1@gmail.com

Cuccioli di bulldog francese

Adorabili cuccioli di bulldog francese femminucce e maschietti disponibili per l'adozione gratuita. I cuccioli sono vaccinati, sverminati cippati accompagnati da libretto sanitario e garanzia scritta. Di seguito sono riportati i dettagli del mio cane. Età: 12 settimane. Razza: bulldog francese. Sesso: 2 maschi e 2 femmine. Vi prego di contattarmi per ulteriori informazioni e adozione contattarci con indirizzo email. E-mail: monredempteur-1@yahoo.com

Cuccioli Maltesi

Maltese Cuccioli per l'adozione. Disponibile per l'adozione da qualsiasi casa amorevole. 3 mesi di età contattati per maggiori dettagli.

E-mail: luciacati12@gmail.com

Tel. 3333633344

Cuccioli di la labrador cioccolato

Cuccioli di labrador cioccolato vengono consegnati completamente garantiti vaccinati, sverminati, microcippati, iscritti all'anagrafe canina passaggio di proprietà e assistenza veterinaria.

Prezzo: 200,00 €

E-mail: fenando-521@yahoo.com

AKITA AMERICANO

Akita Americano cuccioli di forte ossatura, ottimi caratteri, vaccinati, microchip, pedigree affisso di allevamento. Adatti per famiglia o guardia.

Prezzo: 1.000,00 €

Tel: 3333753856

IMMOBILI

Piano di S.to - Locale commerciale

Fittasi locale commerciale mq 70 in Piano di Sorrento, due vetrine fronte strada.

Tel: 3393323567

Piano di Sorrento - Vendo soluzione semidipendente

Piano di Sorrento, località Casa Nocil-

lo, vendo soluzione semi dipendente di 80 mq + garage seminterrato di 90 mq con lavanderia, doccia, deposito e posti auto. Spazio esterno con tettoia, forno e bagno, + 200 mq di giardino.

Tel: 0818083771-3357448938

Sant'Agata - Fitto casa vacanza

Fitto casa vacanza, zona S Agata Sui Due Golfi. Appartamento indipendente in villa panoramica composta da: matrimoniale e una doppia, con bagno, cucina e posto auto, solo weekend o settimanali.

Tel: 3388243771

C.Mare di Stabia - Vendsi attico

Vendsi a C/Mare in via Paride del Pozzo, attico 160 mq più terrazzo 100 mq.

Tel: 3466072851

Massa Lubrense - Fittasi casa

Fittasi casa autonoma panoramica di 100 mq su due livelli arredata, con due enormi camere da letto, soggiorno, cucina, doppi servizi, sgabuzzino, enorme terrazzo e terrazzino, caldaia autonoma, già attiva di rete internet, possibilità di tantissimi posti liberi per parcheggiare auto. Zona Massa Lubrense, strada abitata da vari negozi e fermata autobus.

Prezzo: 700,00 €

Tel: 3499773147

Ticciano - Vendsi locali

Vendsi unità al piano terra di più lo-



Zucchero Filato
abbigliamento bimbi

Via Caracciolo, 106
Meta (Piazza Casale)
Tel. 3272551414

BAMBOOM 
Una collezione 100% Made in Italy
realizzata in Bamboo Biologico

 Zucchero Filato

della
L'ANGOLO CALABRIA
 CAFFETTERIA - PRODOTTI TIPICI

SCOPRI
 LA SELEZIONE
 DI PRODOTTI TIPICI
 MADE IN CALABRIA

VIENI A PROVARE
 I NOSTRI
 APERITIVI

€4
 PANINO +
 BIBITA

€10
 TAGLIERE +
 BIRRA ARTIGIANALE

Follow us
[LinkedIn](#) [tripadvisor](#) [f](#) [ig](#)

Corso Umberto I, 28 - Vico Equense (Na) cell. 334 9957559 **WiFi**

dolcette Artigianali
deia
Sorrento

Ciocolateria
 Pralineria
 Frutta Esotica
 Frutta secca in guscio o sgusciata
 Confetture e prodotti tipici
 Confezioni e idee regalo

...dolci tentazioni!

Via Cavoniello, 10 - Piano di Sorrento (NA)
 Tel. 081 532 15 77 Tel. 081 532 15 77

seguici su
f



Corso Italia, 16/18
META - Tel. 081 5322290
email: atelierchiarodiluna@libero.it

seguici su:



Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

cali adibiti a bar/ristorante sul fronte strada, con relativi servizi retrostanti, più locale adibito a forno all'estremità Nord. Ai predetti locali è annessa un'altra zona di marciapiede, di proprietà, di circa 110mq, che si estende, per una larghezza di circa 7mq per tutta la lunghezza del fronte strada dei locali suddetti. Tale zona non è recintata e su di essa vi è un servizio di passaggio pubblico, limitato ad una larghezza di mt 1 a confine con la strada. La detta unità è condotta in locazione, con attività di ristorante/bar.

Tel: 0818086570 - 337941447

Ticciano - Vendesi locali

Vendesi al primo piano, costituita da tre locali ampi per sale da pranzo con affaccio sulla strada, più locale più piccolo, posto sul pianerottolo d'ingresso, oltre al locale wc, cucina e tre locali all'interno retrostanti a quelli delle sale da pranzo, oltre a piccolo spazio esterno.

Tel: 0818086570 - 337941447

Cerco Affitto invernale

Cerco per periodo invernale Monocamera da novembre a aprile Camera con bagno. Zona Piano di S.to, S.Agnello, Meta.

Prezzo: 150,00 €

Tel: 3297810820

Massa Lubrense - Fittasi casa

Fittasi casa indipendente e arredata,

con due enormi camere da letto, doppi bagni con doccia e vasca, salotto, ripostiglio, cucina, enorme terrazzo e terrazzino panoramico, parcheggio con posto auto, sito in zona Massa Lubrense con vari negozi e fermata autobus.

Prezzo: 750,00 €

Tel: 0818081346

Sorrento - Fittasi appartamento

Fittasi a single monolocale con balcone open space, con annesso bagno completo di accessori, in contesto signorile, immerso nel verde, zona Sorrento centrale, asservito da mezzi pubblici.

Tel: 3669934139

Massa Lubrense - Fittasi Garage/deposito/rimesaggio barca Massalubrense

Massalubrense zona annunciata, fittasi periodo ottobre/giugno rinnovabile, locale mq.50 utilizzo garage rimesaggio barca, fronte strada accesso diretto, i proprietari vogliono per uso personale luglio e agosto.

Prezzo: 150,00 €

E-mail: colo.rus@hotmail.com

GENOVA - AFFITTO 6 VANI

GENOVA CARIGNANO FAVOLOSO APPARTAMENTO DI TOTALI 6 VANI 1/2 COSI' COMPOSTI: INGRESSO ALLA GENOVESE, AMPIO RIPOSTIGLIO, VANO FINESTRATO (LAVANDERIA), GRANDE

BAGNO CON VASCA, SALA, AMPIA CUCINA CON PORTAFINESTRA E POGGIOLO, 2 GRANDI CAMERE. LUMINOSO, SILENZIOSO, PIANO ALTRO. PALAZZO PREGIATO CON ASCENSORE, VIDEOSICOFONO E GUARDINAGGIO. RISCALDAMENTO CENTRALIZZATO CON MANOPOLE TERMOSTATICHE E ACQUA CALDA TUTTO L'ANNO A CONSUMO. RICHIESTE 200 EURO IN PIU' AL MESE PER LE SPESE DI AMMINISTRAZIONE. SOLO PRIVATI REFERENZIATI. NO PERDITEMPO NO AGENZIE

Prezzo: 650,00 €

Tel: 3395639327

Piano di Sorrento - Vendo bilocale

Piano di Sorrento, vendo opportunità di investimento unica, immerso nel verde in ampio cortile condominiale. Bilocale soppalcabile di 55 metri quadri, con la possibilità di ottenere due camere da letto. L'altezza di ogni vano è di 5 metri. Annesso posto auto di proprietà. Possibilità di acquisto di terreno separatamente all'immobile. Foto su richiesta no agenzie.

Prezzo: 210,00 €

Tel: 3669934139

Sorrento centro - Fittasi Appartamento con posto auto

Fittasi Sorrento centralissimo, lussuoso appartamento completamente arredato da ottobre a tutto maggio composto da: salone doppio, 2 camere da letto matrimoniali con bagno in

4 Bit

Vendita e Assistenza
Pc & Smartphone

Corso Italia, 317 - Piano di Sorrento (NA)

Tel. 081.534.2135 - 081.191.71216

DR.

PHONE

ASSISTENZA TELEFONIA, TABLET & APP



VETRO ROTTO?

NON DISPERARE!

TE LO RIPARIAMO NOI!

SOSTITUZIONE DISPLAY, VETRO
E VARIE COMPONENTISTICHE
TABLET E SMARTPHONE

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

camera. 6 posti letto + 2, cucina abitabile, 3 terrazzi a livello + un terrazzino, lavanderia, riscaldamento, wi fi, maxi televisore. POSTO AUTO.

Prezzo: 950,00 €

Tel: 3386587026

Sorrento - Cerco appartamento

Cerco appartamento da 110 a 120 mq, no primo piano e no ultimo piano, in Sorrento da Corso Italia 260 a bivio Parco Tasso. In nuda proprietà o tutto in vendita o a metà. Meglio in cattive condizioni con ascensore. Ore serali.

Tel: 3317932914

Torca - Fittasi casa

Fittasi casa piano terra zona Torca (Massa Lubrense) di 80 mq, con doppia entrata e doppi accessori. Possibilità di realizzare due mini-appartamenti.

Prezzo: 400,00 €

Tel: 3388557737

CORSI

Lezioni di doposcuola

Si effettuano lezioni di doposcuola per elementari e medie. Zona Massa Lubrense a Meta.

Tel: 3382842073

Preparazioni e potenziamento per ragazzi

Docente materie letterarie effettua preparazioni e potenziamento per

ragazzi delle medie inferiori (tutte le materie) e per ragazzi delle scuole superiori in Italiano, Latino, Greco, Storia o Geo storia, Filosofia e Scienze umane. Pagamento mensile o a lezione. Prezzi modici, professionalità, ambiente familiare. Piano di Sorrento.

Tel: 3384938278

Traduzioni spagnolo e inglese

Laureata in Lingue con esperienza effettua traduzioni in spagnolo e inglese.

Tel: 3339783769

Laureata impartisce lezioni private

Laureata impartisce lezioni private a ragazzi delle scuole medie ed a bambini delle scuole elementari. Massima serietà.

Tel: 3349936492

Lezioni private e ripetizioni di inglese, francese, spagnolo e tedesco

Laureata con lode in lingue e letterature straniere presso l'Università degli Studi di Napoli "Federico II" impartisce lezioni private e ripetizioni di inglese, francese, spagnolo e tedesco. Massima serietà ed affidabilità.

Tel: 3336545989

Lezioni private

Laureato in lingue impartisce lezioni private anche a domicilio in materie umanistiche, arte, latino e lingue moderne per alunni di medie, superiori e

universitari.

Tel: 3342631027

Lezioni private inglese e spagnolo

Laureata in lingue con esperienza all'estero, impartisce lezioni private di inglese e spagnolo (anche a domicilio) massima serietà.

Tel: 3332911159

Lezioni private a domicilio

Disponibilità per lezioni a domicilio in matematica (medie e bienni scuole superiori) e scienze (medie e superiori).

Tel: 3402162308

Ripetizioni Tedesco

Si impartiscono lezioni di tedesco per ogni livello di istruzione.

Tel: 3384316918

Lezione doposcuola

Si effettuano lezioni di doposcuola per bimbi che frequentano scuola elementare e medie inferiori massima serietà ed esperienza per informazioni contattatemi, anche a domicilio.

Prezzo: 5,00 €

Tel: 3382452021

ELETTRONICA

Televisore

Vendo tv Samsung hd22 pollici nuova. Necessità di Decoder.

NUOVA COLLEZIONE

Cleopatra
JEWELS

disponibile solo presso



PIANO DI SORRENTO

Corso Italia, 83
(di fronte ai Carabinieri)

TRATTORIA E PIZZERIA BETANIA

CUCINA
CASERECCIA

PIZZA ANCHE
DA ASPORTO

APERTI ANCHE A PRANZO

SPECIALITÀ
DI CARNE
TAGLI PREGIATI



segui 

Ristorante pizzeria
Betania

Vico Mortora, 81 - Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081 8087693 - Cell. 331 41 14 799



Consegne a Domicilio



caseificio
RUOCCO
AGEROLA

PIZZA

Sapori 100% italiani DOP

Via Cavone, 27 - Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 5341054 - 081 5321990 Cell. 331 4114799



Novità

Il Carrettino
dei Gelati

sweet table confettate caramellate



www.candytree.it

cell. 331 320 20 70



NUOVA COLLEZIONE 2017
AUTUNNO - INVERNO

glitter
accessori

Corso Italia, 121 - Piano di Corrento
Tel. 081 532 31 31

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

Prezzo: 50,00 €

Tel: 3388682763

MOTORI

Gozzo sorrentino entro bordo

Vendo gozzo sorrentino semicabina in legno dei cantieri Milano/Aprea anno 1977, con motore entro bordo Lombardini 40/60 di anni tre, con circa 580 ore di moto, doppi comandi (plancia poppa), fornito di due serbatoi in acciaio per gasolio (30+50 lt.) e serbatoio per acqua dolce (lt. 50), completo di autoclave e doccetta, parabrezza in acciaio e legno, coperta in iroko, spiaggetta di poppa con scaletta di risalita, wc con pompa elettrica di scarico, doppia batteria, doppia pompa di sentina (automatica e manuale), luci di via, faro, musone in acciaio, ml 20,00 di cima ed ancora, cucinino e bombola gas, lunghezza ft. mt. 6,50, omologato per 7 persone, abbisognavole di piccoli lavori di falegnameria. Vendo per passaggio ad imbarcazione più grande.

Prezzo: 9.000,00 €

Tel: 3381037769

Cerco auto in regalo

Cerco auto in regalo usata, in buone condizioni.

Tel: 3664917426

Vendo scooter Honda sh 300

Vendo scooter Honda sh 300 bianco

anno 2015, km 5600, preso solo nei 4 mesi d'estate praticamente nuovo, completo di parabrezza e bauletto. Zona Sant'Agnello.

Tel: 0818770692

Cerco auto

Cerco auto usata, disposta al pagamento del passaggio di proprietà.

Tel: 3313729300

Fiat 850 anno 1976

Fiat 850 anno 1976 ottime condizioni. 6000 km. Contattatemi per maggiori info. Zona Sorrento.

Prezzo: 3.500,00 € trattabili

Tel: 3313633696

Vendesi 500 tipo r d'epoca

fiat 500 tipo r cilindrata 595cm completamente restaurata.

Prezzo: 2.900,00 €

Tel: 3391420396

LAVORO

Cercasi Cameriere

Cercasi cameriere esperto, buona conoscenza della lingua inglese, con età massima 40 anni.

Tel: 0818772389 - 3386012885

Esperto Falegname

Esperto Falegname, esegue lavori di manutenzione, ristrutturazione e riparazione. Sostituzione di serrature e vetri, verniciatura e pitturazione di

infissi, modifiche e riparazioni di ogni genere. Forniture e montaggi, nuove creazioni (mobili di design, mobili di ogni genere, mensole, scaffali). Si garantiscono ottimi prezzi per combattere la crisi ed avere una casa, un ufficio sempre alla moda e di bella presenza, creatività e disponibilità ma soprattutto massima serietà. Per info e preventivi gratuiti, o un colloquio conoscitivo contattatemi.

Tel: 3288759937

Offro servizi

Offro i seguenti servizi a prezzi modici: doposcuola fino a 2 superiore (no matematica) accompagnamenti in auto in Campania per visite mediche, centri commerciali, stazioni, porto, aeroporto, cerimonie o feste ristoranti etc. disponibile anche ore serali e notturne.

Tel: 3381068693

Seleziona 5 collaboratori

Azienda leader nel settore nutrizione e integrazione sportiva, seleziona 5 collaboratori indipendenti da formare per una nuova figura professionale. Si fornisce corso di formazione iniziale gratuito presso i nostri uffici. Si richiede interesse per il settore e disponibilità ad imparare. Contattare solo se interessato ad un colloquio.

Tel: 3331026459

Cerco Marinaio

Cercasi marinaio per estate 2018 su



Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

un natante di 7.5 metri in possesso di patente nautica e con conoscenza della lingua inglese. La barca è adibita a charter per Capri e costiera Amalfitana.

Tel: 3349940458

E-mail: terrygrg@libero.it

Cerco lavoro

Cerco lavoro come badante, notte e giorno nelle zone tra Sorrento e Pompei.

Tel: 3313729300

Cerco lavoro tuttofare

Ragazzo di 40 anni possedente patenti superiori cerca urgentemente lavoro come accompagnatore autounitario, tuttofare o come volantinatore. Disponibilità il lunedì, mercoledì e venerdì; presso la penisola sorrentina o zone limitrofe. Contattatemi al più presto.

Tel: 3489348604

Cerco lavoro baby-sitter

Ragazza 33enne cerca urgentemente lavoro come baby-sitter, dog-sitter, dama di compagnia notturna, accompagnatrice o per volantinaggio. Zona di Sorrento (no paesi collinari). Contattatemi per maggiori info.

Tel: 3469483433

Sarta esperta

Sarta esperta esegue abiti su misura, modifica di pelli e pellicce, e aggiusti di ogni genere.

Tel: 3420747435

Collaboratrice domestica

Cerco lavoro come collaboratrice domestica. Massima serietà ed efficienza.

Tel: 3420747435

Cerco lavoro baby sitter

Cerco lavoro come baby sitter preferibilmente la mattina fino al primo pomeriggio. Ho quarant'anni e tanta

esperienza soprattutto neonati massima serietà.

Tel: +393338894924

Cerco lavoro baby-sitter

Cerco lavoro come babysitter o faccende domestiche ho già avuto esperienza nel campo lavorativo ho 21 anni e sono diplomata. No perdi tempo.

Tel: 3397617865

Cerco lavoro ragioniere

Ragioniere 54 enne, con esperienza pluriennale in contabilità generale, gestione magazzino, pratico computer, cerca lavoro a Scafati (SA) o zone limitrofe.

Tel: 3393586823

Cerco lavoro badante

Cerco urgentemente lavoro come badante di notte o collaboratrice domestica o dama di compagnia. No perdi tempo, solo Penisola Sorrentina.

Tel: 0818772353

Cerco lavoro part-time

Cerco lavoro come badante (solo compagnia) o pulizie domestiche (solo stirare) mezza giornata, disponibilità dalle 8:00 alle 14:00, zona Vico Equense.

Tel: 3888267508

Offro lavoro addetto pulizie

Ulysse Wellness Experience cerca ragazza/o di età compresa tra i 20 e i 40 anni, da inserire nel proprio organico come addetto alle pulizie. Si richiede flessibilità nello svolgere varie mansioni e predisposizione al lavoro di squadra. Preferibilmente residente in Penisola Sorrentina. Chiamare per info e invio Cv.

Tel: 0818774923

Restauro e doratura del legno

Restauro e doratura del legno secondo metodi antichi e non invasivi con vero

trattamento anti tarlo: massima sicurezza e professionalità. Eseguiamo anche decorazioni d'interni. Trasformiamo anche vecchi mobili rimodernandoli nello stile Shabby Chic. Preventivi gratuiti e prezzi concorrenziali. Vico Equense.

Tel: 3338612028

Addetti al volantinaggio

Ricerchiamo ambo sessi per ampliamento del personale. Nel dettaglio 20 addetti al volantinaggio e 5 promoter. Non si richiedono particolari requisiti, ma serietà, puntualità, dinamicità e disponibilità immediata e part time o full time. Anche prima esperienza. Si offre contratto a tempo indeterminato. Retribuzione fissa mensile. Se sei interessato mandaci il tuo curriculum via mail. Ti stiamo aspettando!

E-mail: sgworkrecruitment@libero.it

Content Manager - Adword Junior

Cerchiamo una nuova risorsa da inserire nel nostro team, finalizzata alla gestione di campagne marketing (Adword - Facebook), newsletter, creazione contenuti, gestione social. I requisiti del candidato ideale: - Conoscenza (anche basilare) degli strumenti Google Adword. - Ottime capacità di scrittura in italiano e inglese. - Padronanza dei social network. - Conoscenza (anche basilare) di Mailchimp. - Apertura mentale e propensione al lavoro in team. - Si dà la preferenza ai residenti in Penisola Sorrentina. Inviare la propria candidatura a job@endesia.it

Tel: 3394413544

Riparazioni Domestiche

Effettuo riparazione di piccoli guasti elettrici, pitturazione esterna e interna, verniciatura serrande e inferriate, riparazione porte sedie e tapparelle, montaggio e smontaggio mobili, pulizia sgombero cantine box uffici,

IL FUTURO È ADESSO



a cura di

Energia  **ora**



clicca mi piace sulla pagina
facebook per essere sempre informato



Sorrento**Playtivù**



FARINA, ACQUA, LIEVITO E SALE...



Pane con lievito madre

*Pane con farina italiana selezionata
macinata a pietra del Senatore Cappelli*

pane al...

Carbone Vegetale • Altamura • Soia • Farro
Segale • Multicereali

*Corso Italia, 86 - **Meta** (Na) Tel. 081 878 62 60
Cell. 333 30 36 419*

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

piccoli traslochi e trasporti in genere, pulizia giardini e spazi verdi da erbacce infestanti, lavori di ordinaria manutenzione in casa e non solo.

Tel: 3664679600

OFFERTA DI LAVORO - TECNOCASA IL Gruppo Tencocasa opera nel settore immobiliare offrendo servizi di intermediazione immobiliare nelle fasi di vendita, acquisto e locazione di appartamenti. L'ufficio Tecnocasa di Sorrento - Sant'Agello fa parte di un gruppo di oltre 80 agenzie affiliate su Napoli, Roma, Milano e Torino. L'ufficio si trova a Corso Italia, 259/d - Sorrento, a pochi passi da Piazza Lauro. CHI È INTERESSATO ALLA PROFESSIONE DI CONSULENTE IMMOBILIARE O A UNA POSIZIONE INTERNA ALL'UFFICIO, PUO' CHIAMARE O MANDARE UNA E-MAIL AI CONTATTI INDICATI IN BASSO E FISSARE UN COLLOQUIO DI LAVORO. I candidati che cerchiamo, di ambo i sessi, devono avere una età compresa tra i 18 ed i 30 anni, devono essere diplomati o laureati ed avere spiccate capacità relazionali. Si richiede inoltre impegno e determinazione nel conseguimento degli obiettivi. OFFRIAMO SIA UN RIMBORSO SPESE MENSILE DI 700,00 € OLTRE AD UNA RETRIBUZIONE PROVVISORIA PER LA POSIZIONE DI CONSULENTE IMMOBILIARE, RETRIBUZIONE FISSA PER POSIZIONE INTERNA ALL'UFFICIO, FORMAZIONE TECNICA ISTITUZIONALE E POSSIBILITA' DI CRESCITA ALL'IN-

TERNO DEL GRUPPO.

Tel: 0818074381

Cerco lavoro come pizzaiolo

Cerco lavoro come pizzaiolo serietà e professionalità. esperienza con Forno a legna, legna gas. Discendo da una famiglia di pizzaioli in penisola sorrentina conosciuta con il soprannome di O'Faticone. Anche tramite whatsapp.

Tel: 3356460726

Cerco lavoro pulizie

Cerco lavoro per pulizie case/appartamenti.

Tel: 3420747435

Cerco lavoro

Ragazza di 26 anni cerca lavoro come baby sitter (mattina o pomeriggio) come parrucchiera in negozio anche per imparare, disponibilità immediata.

Tel: 3398233191

Cerco collaboratrice domestica

Cerco donna capace per pulizia/rassetto/stiro, secondo esigenza, in casa zona Meta, frequenza saltuaria da concordare, in orari pomeridiani.

E-mail: saria.a@live.it

Cercasi apprendista parrucchiera

Cercasi apprendista parrucchiere massima serietà. Entrambi sessi.

Tel: 3394725823

Cerco lavoro

Cerco lavoro in zona penisola sorren-

tina. Conoscenze lingua inglese, francese e spagnolo. Valuto ogni proposta. Tel: 3202767841

PIANO BAR PER TUTTI GLI EVENTI E CAPODANNO

Avete bisogno di musica per il vostro evento speciale? Che sia il vostro matrimonio, una festa di compleanno, una cena aziendale o altro scegliete IL PIANO BAR DI LORENA. Musica da sottofondo, karaoke e balli di gruppo per divertirsi tutti insieme. Per info e contatti: IL Piano bar di Lorena su fb e instagram E da lì potrete vedere video e ascoltare canzoni!

Tel: 3928725786

E-mail: frezzalorena@yahoo.it

Cerco lavoro pulizia

Cerco lavoro come commessa, baby sitter, volantinaggio, dama di compagnia, pulizie uffici o al privato, lavapiatti. Massima serietà ed esperienza.

Prezzo: 5,00 €

Tel: 3382452021

Offro lavoro tempo determinato

Azienda di ingrosso alimentare cerca figura da inserire nel proprio organico a tempo determinato.

Tel: 3471515202

★ VARIE

TRADUZIONI UFFICIALI DI DOCUMENTI

TRADUTTORI UFFICIALI ESEGUONO



Naiade
Viaggi

LISTE NOZZE

Corso Italia, 80 - Meta (NA)
Tel. 081.5342497 - Fax 081.4629041
email info@naiadeviaggi.com

f Naiade Viaggi

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

TRADUZIONI ASSEVERATE (GIURATE O UFFICIALI), CERTIFICATE E LEGALIZZATE - APOSTILLATE DI DOCUMENTI NELLE LINGUE: INGLESE, RUSSO, ITALIANO, TEDESCO, FRANCESE, SPAGNOLO, PORTOGHESE EUROPEO, PORTOGHESE BRASILIANO, OLANDESE, ROMENO, POLACCO, UNGHERESE, UCRAINO, SERBO, BOSNIACO, ESTONE, ARABO, TURCO, CINESE, GIAPPONESE + ALTRE LINGUE EUROPEE ED EXTRAEUROPEE A RICHIESTA.

Tel: 3498312719

Scambio francobolli e monete

Scambio francobolli e monete da collezione.

Tel: 3287020328 - 081/8785515

Vendo lava pavimenti

Vendo lava Pavimenti Folletto mai usata con panni originali detersivo e dosatore.

Prezzo: 180,00 €

Tel: 3388682763

Igienizzatore folletto

Igienizzatore nuovo, mai usato, vendo per inutilizzo.

Tel: 3388682763

Cerco mobili da cucina

Cerco mobili da cucina con annessi elettrodomestici e frigo, in buone condizioni.

Tel: 3664917426

Vendo pedana vibrante

Vendo pedana vibrante con quattro funzioni, mai usata. Prezzo trattabile.

Prezzo: 130,00 €

Tel: 3334125906

Studio di medicina naturale e terapia alternativa

Studio di medicina naturale e terapia alternativa. Disagi psicofisici, alimentari, muscolo-scheletrici. Si riceve per appuntamenti.

Tel: 3338188612

Cerco cucina a legno

Cerco cucina a legno in buone condizioni.

Tel: 3313729300

Vendo scrivania

Causa ristrutturazione abitazione, vendo bellissima scrivania seminuova in legno massello di teak. Misure: altezza 80 cm; lunghezza 134 cm e pro-

fondità 64 cm. Con 5 cassetti capienti, visibile in penisola Sorrentina. Prezzo economico.

Tel: 3805171932

Vendo tovaglia uncinetto

Vendo bellissima tovaglia da cucina realizzata interamente ad uncinetto.

Tel: 3388682763

E-mail: Danielestarace84@gmail.com

Vendo orologio Sector

Vendo bellissimo orologio Sector con scatola originale. Mai indossato, vendo perché mancato utilizzo.

Prezzo: 70,00 €

Tel: 3388682763

E-mail: Danielestarace84@gmail.com

Vendo vestito bimba

Vendo vestito bimba Monnalisa ancora con cartellino. Mai indossato, ideale per taglia come da cartellino 6/9.

Tel: 3388682763

Vendo Piantine Carciofo Bianco di Pertosa

Hobbista vende spettacolari piantine Carciofo Bianco di Pertosa hobbysta. E' un'antica e pregiata varietà resistent-

DE MARTINO LUCIDATURE

di Rosario De Martino

OFFERTA

LEVIGATURA
E LUCIDATURA
PAVIMENTI a partire da

10€

al mq

LEVIGATURA E LUCIDATURA

- Pavimenti - Scalini - Lavandini in Marmo
- Pulizia e trattamento cotto
- Fasce antiscivolo su gradini
- Pulizia cappelle e tombe cimiteriali
- Pulitura e lucidatura marmi di ogni genere
- Pulizia facciate in marmo



Via G. Maresca, 87 - Piano di Sorrento (NA)

Tel. 081.808 34 33 - Cell. 333 47 84 914

DO. FRA. COSTRUZIONI S.R.L.

Elardino Pasquale e Boccia Fortuna

LAVORI EDILI CIVILI E INDUSTRIALI

NOLEGGIO PIATTAFORMA AEREA

- Installazione infissi, serramenti e vetri
- Posizionamento, rimozione e riparazione insegne luminose.
- Potatura alberi
- Manutenzione di coperture
- Ripristino facciate
- Disinfestazioni
- Rifacimento tetti
- Pulizia vetrate
- Installazione impianti elettrici
- Installazione e manutenzione canne fumarie
- Posizionamento cartelli pubblicitari e standardi

**ALTEZZA
FINO A
18 MT**

OFFERTA

NOLO CON OPERATORE

1 giorno € 300,00*
al giorno

2 giorni € 280,00*
al giorno

5 giorni € 250,00*
al giorno

**prezzi IVA esclusa*



Via Lamia, 3 - Sorrento Cell. 348 85 91 914
email: dofracostruzioni@gmail.com

Con il patrocinio del Comune di Piano di Sorrento
Associazione Culturale

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DI DANZA
DIREZIONE ARTISTICA

CLASSICA E MODERNA
MARILINA IACONO



Marilina Iacono
presenta

“CELEBRI VALZER VIENNESI”

con la

“COMPAGNIA LUNA”

e la partecipazione delle allieve dell'Accademia

A Dicembre
CENTRO CONGRESSI VILLA FONDI
Piano di Sorrento

Vetrina Annunci

Per inserire il tuo annuncio **GRATUITO** vai sul sito **pubblica.leggimigratis.it** oppure sms: **3803067686** - email: **annunci@leggimigratis.it** - Tel. **081.19915355**

te alle gelate che produce marmelle grandi e senza spine dal gusto dolce e delicato. Invio con Corriere espresso.

Tel: 3271056152

Cerco vecchio spremi arance

Cerco vecchio spremi arance multiuso da bar anni 50 in acciaio, oppure vecchi macinini con sopra la campana di vetro.

Tel: 3474679291

Regalo due scarpe eleganti Magli

Regalo due paia di scarpe praticamente nuove, colore marrone, tacco alto, marca Magli. Misura 39.

Tel: 3333781050

Regalo ventilatore Bimar

Regalo a chi ne avesse bisogno, ventilatore funzionante Bimar.

Tel: 3333781050

Vendo poltrona

Poltrona anni 50 da ritapezzare vendo ad amatore. Strutturata in ottimo stato.

Tel: 333 321744

E-mail: gmoscovicci@tim.it

Vendesi cappotto

Vendesi splendido cappotto lungo di visone, nuovo, indossato solo poche volte, di colore marrone dorato, ottima qualità, ben tenuto. Prezzo interessante. Chiamare per trattativa.

Tel: 3383387240

Vendo telaio per porte

Vendo n. 1 telaio ad arco in legno massello essenza mogano per porte di passaggio o ingressi di dimensione cm 90x220.

Prezzo: 100,00 €

Tel: 3393829896

Vendo armadio

Vendo armadio a quattro ante color panna, dimensioni: lunghezza 200 cm, profondità 50 cm e altezza 210 cm.

Prezzo: 100,00 €

Tel: 3393829896

Vendo Passeggino gemellare

Passeggino duo gemellare Baby Jogger City Select completo di ovetto omologati auto 0-6mesi, sedute re-

versibili fronte mamma fronte strada 0-36 mesi, parapoggia e sdraiette Chicco in omaggio.

Prezzo: 500,00 €

Tel: 3314012999

Vendo giradischi combinato

Vendo bellissimo giradischi combinato, ottime condizioni, valutazione da concordare.

Tel: 3661749231

Vendo radiatori

Vendo radiatori in ghisa per riscaldamento delle seguenti dimensioni: n. 2 da 90x65 elementi n. 16; n. 2 da 75x70 elementi n.12; n. 2 da 35X70 elementi n. 5. Il tutto ad un prezzo eccezionale.

Prezzo: 100,00 €

Tel: 3393829896

Lavori sartoriali

Si eseguono lavori sartoriali

Tel. 3420747435

visita il sito

LEGGIMI^{Gratis}.it

e nella sezione **"Vetrina Annunci"**
 consulta centinaia di annunci gratuiti,
 guarda le foto delle offerte che ti interessano
 o inserisci il tuo annuncio gratuito
 nella sezione dedicata



Scuola Pubblica Italiana

Centro Provinciale per l'Istruzione agli adulti
Penisola Sorrentina

Corsi

- "licenza Media"
- Italiano
- Inglese
- Informatica

GRATIS

**ISCRIZIONI ENTRO
FINE NOVEMBRE**

Iscrizioni presso

I.C. SORRENTO

Via Vittorio Veneto, 16
dalle 17:00 alle 19:00

Per informazioni
telefonare:

**338.1058559
3382955868**





D.M.C. CALL
NETWORK MARKETING

Se hai un negozio, ristorante, albergo,
un'azienda, sei un professionista
o semplicemente vuoi creare
il tuo spazio personale?

CONSULENZA GRATUITA
www.dmccall.it

DAI IL GIUSTO RITMO ALLA TUA PUBBLICITÀ

CONTATTACI



SOCIAL MEDIA MARKETING

CREAZIONE E GESTIONE
DEI TUOI CANALI SOCIAL
INSTAGRAM FOLLOWER
FACEBOOK VISIBILITY



SITI WEB NEGOZIO ON-LINE

REALIZZIAMO, PROGETTIAMO
E MIGLIORIAMO
IL TUO SITO WEB



CONTATTACI PER LA TUA CAMPAGNA NATALIZIA

Via Filangieri, Vico Equense (Na) 3313201897 - 081946764



Lun- Ven 9.00-13.00/ 14.30-18.30 dmccallvico@gmail.com

TEATRINIVIL ● ...quattordici anni insieme

STAGIONE 2017 TEATRALE 2018



Venerdì 24 Novembre 2017

SAL DA VINCI in
"ITALIANO DI NAPOLI"

DI SAL DA VINCI E GIANLUCA ANSANELLI
REGIA DI ALESSANDRO SIANI



Giovedì 7 Dicembre 2017

GABRIEL GARKO E UGO PAGLIAI in
"IO ODO AMLETO"

DI PAUL RUDNICK
CON LA PARTECIPAZIONE DI PAOLA GASSMAN
REGIA DI ALESSANDRO BENVENUTI



Venerdì 19 Gennaio 2018

LINA SASTRI in
"APPUNTI DI VIAGGIO"

BIOGRAFIA IN MUSICA
DRAMMATURGIA E REGIA DI LINA SASTRI



Venerdì 2 Febbraio 2018

BIAGIO IZZO in
"DÌ CHE TI MANDA PICONE"

DI LUCIO AJELLO
CON LA PARTECIPAZIONE DI ROCIO MUNOZ MORALES
REGIA DI ENRICO MARIA LAMANNA



Venerdì 16 Febbraio 2018
FRANCESCO CICHELLA in
"MILLEVOCI"

DI FRANCESCO CICHELLA, VINCENZO DE HONESTIS, GENNARO SCARPATO
REGIA DI FRANCESCO CICHELLA



Venerdì 23 Febbraio 2018

LUCA NOTARI E STEFANIA FRATEPIETRO in
"CIAOAMORECIAO"

TENCO E DALIDA TRA MUSICA E AMORE
SU MUSICHE DI LUIGI TENCO



Martedì 6 Marzo 2018

RAOUL BOVA E CHIARA FRANCINI in
"DUE"

DI LUCA MINIERO - SMERIGLIA
REGIA DI LUCA MINIERO



Mercoledì 14 Marzo 2018

GIANFELICE IMPARATO E CAROLINA ROSI in
"QUESTI FANTASMI"

DI EDUARDO DE FILIPPO
REGIA DI MARCO TULLIO GIORDANA



Giovedì 12 Aprile 2018

FRANCESCO DI LEVA E GIOVANNI LUDENO in
"IL SINDACO DEL RIONE SANITÀ"

DI EDUARDO DE FILIPPO
CON LA PARTECIPAZIONE DI MASSIMILIANO GALLO
REGIA DI MARIO MARTONE

E' APERTA LA NUOVA CAMPAGNA ABBONAMENTI
PER LA STAGIONE TEATRALE 2017 - 2018

RINNOVO ED ACQUISTO NUOVI ABBONAMENTI.
PER INFORMAZIONI:
081 878 61 65

INFO@TEATRODELLEROSE.COM
WWW.TEATRODELLEROSE.COM

IL BOTTEGHINO RIAPRIRÀ
LUNEDÌ 4 SETTEMBRE
LUNEDÌ - MERCOLEDÌ - VENERDÌ
DALLE ORE 9:30 ALLE ORE 13:30
DAL LUNEDÌ ALLA DOMENICA
DALLE ORE 17:00 ALLE ORE 22:30

C I N E M A
TEATRO
delle Rose

SEGUICI SU

facebook

@TEATRODELLEROSE

direzione artistica

Antonio Mirone e Carmen Mascolo



TEATRO PUBBLICO CAMPANO
Associazione Teatrale Sorrentina

Comune di
Piano di Sorrento

IL Pescatore 2

SHIMANO

Seadip

YO-ZURI
FISH THE BEST

CRESSI

TUBERTINI
HIGH QUALITY

VARIVAS

COLMIC

DYMA

MAVER

YAMASHITA

FIN-NOR
LEGENDARY TACKLE SINCE 1933

DUO
Designed to Create Legend

FINISH

OMER

QUANTUM

molix



Fishing Nemesis

OLYMPUS

okuma

Grauvell

SPECIALE EGING

TOTANARE YO ZURI
a partire da € 3,50

TOTANARE
a partire da € 1,00



SPECIALE SPINNING

RIVENDITORE
AUTORIZZATO

AIRRUS
Good fishing tools

FALCON



DUO REALIS JERKBAIT
a partire da € 16,00



Corso Italia 347 (Casermone) - Piano di Sorrento (NA)

Tel. 0815342493

Seguici su



nando fruscio

S T O R E S E R V I C E

PER IL TUO EVENTO AFFIDATI AD UN PROFESSIONISTA



Service Audio Luci
di Impianti Professionali
per ogni tipo di evento e Location

Strumentazione professionale
competenza tecnica,
precisione

Pioneer Dj

SD AUTHORISED SPECIALIST DJ DEALER

www.djnandofrusciostore.it

Via Casa Rosa 21/23 - Piano di Sorrento (Na) Tel. 0818787499

Per avere maggiori informazioni sui nostri servizi di noleggio inviaci un email :
info@djnandofrusciostore.it



Nando Fruscio store Noleggio Audio & Luci