

LEGGIMI *Gratis*.it



Bod Store

Curiamo la tua bellezza!

NUOVA
APERTURA

PIANO DI SORRENTO Corso Italia, 341 (casermone)

SORRENTO - VICO EQUENSE

CASTELLAMMARE DI STABIA

NEW!



E.R.F.A.P.

Ente Regionale di Formazione Professionale

Libretto Sanitario Organizza con esame in sede



seguici su
facebook

LIVELLO 1-2-3

CORSI PER ALIMENTARISTI



Sorrento (NA) – Via Marziale, 15
Tel. 081 5322525 – info@erfap.it – www.erfap.it



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



Fiat 500L
Anticipo ZERO
1° rata 2020*
Fino a 6000 €
di ecobonus

**grazie al finanziamento "tutto chiaro"*

Opel Karl Rock 1.0
73 CV - multimedia
a 10.300 €



Ford Ka
tua da 9.950 €
con cool e sound pack





SORRENTO Via del Mare, 22 (Na)
Info 081 807 35 81 - ulyssesorrento.com
facebook: www.fb.com/ulysseswellnessclub

PROMO

San Valentino

in due è tutto più bello!

Scegli una promo per te ed una per la tua metà,
riceverai in omaggio un **PERCORSO SPA** di coppia

Programma
REMISE EN FORME
+ **Palestra OPEN**

€ **30**
AL MESE

Consulenza Tecnica
+ **Fitness OPEN**
+ **Acqua OPEN**

€ **80**
AL MESE

Ed in più in regalo per voi la nostra
SPA PRIVILEGE CARD per approfittare
di ulteriori vantaggi pensati per voi





Corso Italia, 263 - Piano di Sorrento

TUT
A PAR

€3

€1

TTTO
RTIRE

URLO



UOMO

Corso Italia, 118 - Piano di Sorrento

5
€
8



OCCHI
AFFATICATI
DOPO TANTE
ORE PASSATE
D'AVANTI AD
UNO
SCHERMO?

LENTI BLUE PROTECT

VEDI AL MEGLIO OGNI TUO DISPOSITIVO

Prendi solo il meglio dalla luce

RIDUCI LA FATICA

Mal di testa, occhi asciutti,
dolori al collo e alle spalle



OTTICA

Ar Giò

SUNGLASSES OUTLET

Via San Francesco, 26 - SORRENTO
Tel. 081 8781759





USI ALTERNATIVI DEI COTTON FIOC

Dipingere

I cotton floc hanno le dimensioni perfette per essere utilizzati dai più piccoli come pennelli. Ricorda di utilizzandone uno diverso per ogni colore.

Incollare

Nei lavoretti che richiedono una certa precisione si potrebbe ricorrere un cotton floc per applicare la colla, o per rimuoverla se utilizzata una quantità eccessiva.

Candele

Se raggiungere lo stoppino della candela con un accendino o con un fiammifero risulta difficoltoso, prova con un cotton floc. Immergi una delle estremità in alcol, accendila e utilizza per portare la fiamma allo stoppino.

Smacchiare

Per rimuovere piccole macchie dai tessuti senza sprecare troppo detersivo, immergi un cotton floc nello smacchiatore, applica sulle macchioline prima di passare al normale lavaggio.

Rimuovere la polvere

I cotton floc inutilizzati potranno essere utili per rimuovere la polvere dagli angoli della casa più difficili, dagli oggetti intagliati o lavorati, da portafoto, macchina fotografica, obiettivi, mouse, tastiere, telefonini e altri dispositivi elettronici, oltre che per gli strumenti musicali.

Cerniere

Se la cerniera della giacca o della borsa si blocca spesso, è il momento di oliarla. Immergi la punta di un cotton floc in poco olio d'oliva o di semi e passala sulla cerniera per risolvere il problema.

Disinfettare

Per disinfettare dei taglietti o delle piccole scottature, utilizzate un cotton floc per applicare poche gocce del prodotto prescelto.

Unghie

Le unghie macchiate possono essere pulite con un cotton floc intriso di poche gocce di acqua e bicarbonato o di acqua ossigenata.



Sai perché?

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



Perché in
napoletano
origano si dice
“arecheta”?



Molte parole della lingua napoletana affondano le proprie radici nella lingua e nella cultura greca. Il termine ellenico che si può ricollegare ad arecheta è il verbo “rekto” che tradotto significa frantumare, rompere, spezzettare. Per comprendere questa origine bisogna considerare il modo in cui si produceva l'origano. La pianta di origano veniva fatta essiccare e, quando era pronta, veniva sbriciolata a mano, spesso sfregandola fra i palmi, fino a creare la sottile polvere. È da questa frantumazione che ha origine il termine arecheta. Una parola che, tra l'altro, ritroviamo anche per i piatti che vengono insaporiti dall'origano. In napoletano, infatti, questi vengono definiti “arrecanati” o “arreganati”, la seconda versione deriva da una mescolanza dialettale fra il termine arecheta e l'italiano origano.

Perché
il cioccolato è
un veleno per i
cavalli?

L'organismo dei cavalli come anche quello dei cani e gatti non riesce a metabolizzare la teobromina contenuta nel cioccolato. L'assunzione di circa 100 grammi di cioccolato al latte o 25 grammi di cioccolato fondente può essere tossica per un cavallo sia a livello cardiaco sia per il sistema nervoso centrale. Nel giro di 7-12 ore il battito cardiaco del cavallo diventa rapido e irregolare e le mucose bluastre. La pressione del sangue e la temperatura corporea si alzano, possono presentarsi addirittura crisi epilettiche e nei casi più gravi si arriva al coma e alla morte. A basse dosi la teobromina è un potente stimolante impiegato nelle pratiche di doping di cavalli da corsa.

Perché i suoni sono
più intensi
di notte anziché
di giorno?

L'intensità dei suoni tende a crescere con l'aumentare della densità del mezzo in cui esso si trasmette. Siccome di giorno, per effetto dell'irraggiamento solare, l'aria tende a dilatarsi e ha quindi una densità minore, ne consegue che di notte, così come d'inverno, essendo l'aria meno calda e quindi più densa e meno rarefatta, i suoni, a parità di variabili, risultano più intensi.



IL TUO NUOVO SITO WEB

Tecnologico, bello da vedere
e facile da usare!



LA TUA NUOVA APP

La rivoluzione delle app è in corso,
non restare indietro!



MARKETING & SOCIAL

Affidati ad un team esperto
per promuovere la tua attività!

Google
Partner



Endesia
web agency



Via delle Rose, 60 - Piano di Sorrento (Na)



www.endesia.it



info@endesia.it



+39 081 808 76 18



Endesia



Curiosità su SANREMO



E come ogni anno ritorna il festival amatissimo dagli italiani con Claudio Baglioni alla guida della kermesse canora italiana per eccellenza, ma non tutti sanno storie, **curiosità ed aneddoti del passato**, qualcosa vi riassumo di seguito.

Il **primo festival** della canzone italiana non fu organizzato a Sanremo bensì in un locale della Versilia, **La Capannina**, nel 1948. Dopo due anni di esperimenti si decise di organizzarlo a Sanremo, dal 1951. **Inizialmente la sede non era il teatro Ariston, bensì il Casinò**. Fino al 1954 il festival si poteva solamente ascoltare via radio, poi vi fu **l'avvento della televisione**, dal 1955.

Durante l'edizione del 1967 il cantante **Luigi Tenco** viene ritrovato morto nella sua camera d'albergo. Si parla di suicidio, addirittura a causa della delusione a seguito della sua eliminazione dal Festival, ma molti dubbi rimangono sulle modalità e su come si presenta la scena del suicidio. E' vero che in quel periodo aveva un rapporto difficile con la cantante Dalida (la stessa che ritrovò il corpo) e che diverse perizie calligrafiche hanno dimostrato che **il biglietto confessione ritrovato nella sua camera appartenesse effettivamente a Tenco**:

"Io ho voluto bene al pubblico italiano e gli ho dedicato inutilmente cinque anni della mia vita. Faccio questo non perché sono stanco della vita (tutt'altro) ma come atto di protesta contro un pubblico che manda "Io tu e le rose" in finale e ad una commissione che seleziona "La rivoluzione". Spero che serva a chiarire le idee a qualcuno. Ciao, Luigi."

Ma è anche vero che il foro di proiettile

CAFIERO CAFÈ

Piazza della Repubblica 49/55
Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081 808 87 98

www.cafiero cafe.it



Caffetteria
Dolce Salato Spirits
Tabaccheria

Prossima Apertura

**Vi aspettiamo per
gustare le nostre
specialità...**

**Vasta scelta di cornetti
produzione propria, pasticceria
secca e gastronomia espressa.**



Cellulare rotto?

TE LO RIPARIAMO NOI



Single Factory



Sostituzione Vetro / Lcd
Riparazioni Tasti e Connettori
Riparazioni danni da liquidi



Sostituzione
Microfono, Altoparlante
Fotocamera e Jack Audio



Consulenza Software
Trasferimento dati
Back Up

4 Bit

DR. PHONE
ASSISTENZA TELEFONIA, TABLET & APP

VENDITA E ASSISTENZA
PC, TABLET E TELEFONIA

CORSO ITALIA, 317 - PIANO DI SORRENTO - TEL. 081.5342135

era sulla tempia sinistra (Tenco non era mancino). E, soprattutto, non fu mai ritrovato il proiettile. L'unica spiegazione logica (ma assurda al tempo stesso) è che uno dei presenti alla scena del ritrovamento si sia portato a casa un ricordo... La riapertura del caso nel 2005 ha confermato il suicidio ma non ha spiegato queste incongruenze. Nel 1980 viene tolta l'orchestra, e i cantanti si esibiscono su basi in cassetta. Concorrono anche i cantanti stranieri. L'orchestra dal vivo torna nel 1990. Dal 2004 sparisce la distinzione tra Big e Nuove proposte, e il vincitore viene decretato direttamente dal pubblico con il televoto (via telefono e via sms) Il record di vittorie (quattro) appartiene a Claudio Villa e a Domenico Modugno. Iva Zanicchi è invece la donna che ha vinto più edizioni (tre). I più presenti a Sanremo, oltre agli eterni Pippo Baudo e Mike Bongiorno, sono Peppino di Capri e Milva (15 edizioni)

Chi snobba il Festival di Sanremo privilegia la musica popolare/commerciale, e alcuni grandi artisti italiani lo hanno sempre volutamente evitato: Francesco Guccini, Fabrizio De Andrè, Franco Battiato, Francesco De Gregori, Antonello Ven-

ditti, Edoardo Bennato.

Chi vince dopo Sanremo

Non sono pochi i casi in cui giurati e pubblico del festival hanno toppato come dice il presentatore Baudo. Alcune canzoni inizialmente snobbate sono poi diventate dei successi nei mesi successivi e non solo, come:

Vado al massimo e Vita spericolata di Vasco Rossi, che si classificò penultima al Festival del 1983, per poi diventare una canzone mito.

Stessa sorte per Donne di Zucchero, classificatasi penultima nell'edizione del 1985.

Incredibile miopia della giuria per Almeno tu nell'universo di Mia Martini (solo nona nel 1989).

Solo quindicesimo posto per Cosa resterà degli anni ottanta di Raf.

Salirò di Daniele Silvestri si classificò quattordicesima nel 2002 ma fu una delle canzoni tormentone dell'anno.

Mentre tutto scorre dei Negramaro del 2005 non ebbe fortuna al festival.

Buona Visione e Buon ascolto.



GIÒ

BAR&TABACCHI

Via Nastro Verde, 46
SORRENTO
Tel. 081 8073121

CONVENZIONATI CON

LA BANCA
A PORTATA
DI MANO

Gruppo INTESA SANPAOLO

PAGAMENTI BOLLETTINI
POSTALI E BANCARI

RICARICHE CARTE

BONIFICI

RICARICHE POSTEPAY

PAGAMENTO TASSE E TRIBUTI

RICARICHE TELEFONICHE



LA SINDROME DEL BAMBINO SCOSSO:

quando il pianto del neonato fa impazzire i genitori

Per "sindrome del bambino scosso" (SBS: Shaken Baby Syndrome) si intende una forma di **maltrattamento fisico a danno di bambini piccoli**, che include una varietà di segni e di sintomi a carico del sistema nervoso centrale e/o altre sedi, secondari allo scuotimento violento. Una variante è la "Shaken Impact Syndrome", nella quale **il bambino è gettato con violenza contro una superficie**, non necessariamente dura (come il lettino). Attualmente entrambe le modalità lesive sono incluse nella più moderna definizione di "Trauma cranico abusivo" (AHT: Abusive Head Trauma), suggerita dall'American Academy of Pediatrics nel 2009, per sottolineare come **non solo lo scuotimento, ma anche un impatto traumatico, o la combinazione di entrambi i meccanismi, possano essere alla base di tale patologia**.

Il bambino viene scosso violentemente di solito per reazione al suo pianto inconsolabile, di cui gli adulti spesso non riescono a cogliere il significato e





FOTO E VIDEO XXL



Foto e video e drone per cerimonie



Passaggio da cassette a dvd

*Sviluppo e stampa immediata
sconti su grandi quantità*

Stampa self service



Sconti fototessere

- 1 fototessere 1€
- 2 fototessere 2€
- 3 fototessere 3€
- 4-8 fototessere 4€

Corso Italia, 189 - Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081.532.30.98 - Cell. 328 65 61 218 



ASSOCIAZIONE CULTURALE

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DI DANZA CLASSICA E MODERNA

DIREZIONE ARTISTICA: MARILINA IACONO RAD RTS

MEMBRO DEL CONSIGLIO INTERNAZIONALE DELLA DANZA, UNESCO

INTERATIONAL DANCE COUNCIL CID DI PARIGI

ROYAL ACADEMY OF
DANCE
REGISTERED TEACHER



SONO APERTE
LE ISCRIZIONI
AI CORSI AMATORIALI
DI DANZA
CLASSICA E MODERNA
PER TUTTE LE ETA'

Grafica di Alessandra Coppola

VIA DELLE ROSE, 36 - PIANO DI SORRENTO

INFO: 0815322345 3479233203

NON CI SONO SPESE DI SAGGIO!!

in risposta al quale, sentendosi impotenti, possono attivare, anche inconsapevolmente, dei comportamenti inappropriati, come scuoterlo o sbatterlo, quale errata manovra consolatoria nel tentativo di calmare il bambino o conseguenza di un impeto di rabbia e frustrazione.

Il fattore scatenante è un tipo particolare di pianto che i britannici definiscono "purplecrying", ossia un tipo di pianto, soprattutto nei suoi primi mesi di vita del bambino, inconsolabile, prolungato e che sembra non avere mai fine, inspiegabile al punto di finire per risultare insopportabile, perché fa sentire i neo-genitori come accusati di insufficienza dal piccolo, generando senso di frustrazione, rabbia, impotenza.

Perché si verifichi lo scuotimento, con la forza ad esso impressa, deve associarsi anche uno **stato psichico alterato dell'adulto, che trova le sue radici nella difficoltà a gestire situazioni stressanti**, scarso controllo degli impulsi, tendenza al comportamento aggressivo e a risolvere le crisi col ricorso a violenza fisica.

Il picco di incidenza della SBS si ha tra le 2 settimane e i 6 mesi di vita, con acme a 2 mesi, periodo in cui più facilmente il bambino piange in maniera per i genitori incomprensibile ed è anche fisicamente più vulnerabile. L'incidenza si riduce notevolmente dopo il primo anno.

Tipicamente il contesto del maltrattamento è intra-familiare: genitori o di altre figure di accudimento. I principali fattori di rischio sono: da parte dei genitori, famiglia mono-genitoriale, età materna inferiore ai 18 anni, basso livello di istruzione, uso di alcol o sostanze stupefacenti, disoccupazione, condizioni socio-economiche scadenti, episodi di violenza in ambito familiare, disagio sociale, stress, mancanza di sonno, problemi personali e di coppia, depressione e altre patologie psichiatriche, emicrania; da parte del neonato, carattere irritabile, difficile, esigente, con facilità al pianto per ogni minimo cambiamento di stato, presenza di coliche gassose o altre condizioni legate al pianto frequente.

L'incidenza del fenomeno sarebbe di 30 casi su 100.000 bambini sotto l'anno, con una mortalità del 25%. Il violento scuotimento del bambino determina un'azione lesiva meccanica correlata alle brusche accelerazioni e decelerazioni cui vengono sottoposti i tessuti corporei. In particolare, a livello

dell'encefalo, **le caratteristiche anatomiche peculiari del neonato e del lattante favoriscono il determinarsi dei danni biomeccanici**: il notevole volume e peso del capo in rapporto al resto della massa corporea, l'ipotonia della muscolatura paraspinale-cervicale (che causa il tipico ciondolamento della testa dei primi mesi di vita), l'elevato contenuto acquoso del sistema nervoso centrale immaturo, la non completa mielinizzazione delle fibre nervose, l'elevato volume degli spazi subaracnoidei rispetto all'ancora modesto volume cerebrale.

Quando si scuote con forza un neonato, la sua testa ruota in maniera incontrollata, perché i muscoli del collo non sono ben sviluppati e offrono poco sostegno alla sua testa: il movimento violento causato dallo scuotimento sballotta in avanti e indietro il cervello, che è libero di muoversi all'interno del cranio, provocando lesioni del tessuto cerebrale. Il danno può essere maggiore quando un episodio inizia con il solo scuotimento, forza di accelerazione, e termina con un impatto brusco, forza di decelerazione, es. contro un muro o sul materasso della culla, perché in tal caso le forze applicate e associate con un impatto sono particolarmente forti.

Le conseguenze possono essere stiramento degli assoni della sostanza bianca e talvolta la loro rottura completa, lacerazione di alcune vene con ematomi subdurali (generalmente bilaterali), emorragie subaracnoidee, encefalomalacia, emorragie spinali e retiniche, edema del tessuto cerebrale, esiti delle sofferenze ipossiche acute del cervello con, a distanza di diverse settimane, anche di atrofia del cervello, per la morte dei neuroni che hanno sofferto maggiormente nella fase acuta; possibili anche fratture scheletriche (in particolare ossa lunghe e coste posteriori).

La sindrome del bambino scosso è la principale causa di morte per maltrattamento per i bambini nei primi anni di vita. Bastano anche solo per pochi secondi di scuotimento per causare di lesioni molto gravi, soprattutto al di sotto dell'anno di età: dalle "confessioni" dei responsabili si evince che in genere il bambino vittima di SBS viene afferrato a livello del torace o delle braccia e scosso energicamente circa 3-4 volte al secondo per 4-20 secondi.

Sono possibili alterazione immediata della coscienza e delle funzioni vitali, con difficoltà a respirare e rallentamento del battito. Il piccolo può ma-





nifestare irritabilità estrema e pianti inconsolabili, iporeattività, ipotonia o rigidità, difficoltà a rimanere sveglio fino alla letargia, sguardo assente, difficoltà ad alimentarsi, vomito, tremori, apnea, cianosi, aumento repentino della circonferenza cranica, paralisi, convulsioni, shock, coma e morte. Talvolta, il bambino con il tempo può sviluppare dei problemi gravi, quali: cecità parziale o totale, perdita dell'udito, ritardo e compromissione dello sviluppo psicomotorio, disturbi del linguaggio e dell'apprendimento, deficit di memoria e attenzione, paralisi cerebrale, epilessia, disturbi comportamentali.

La diagnosi, sospettata in base alla clinica, può essere confermata dall'esame del fundus oculi da parte dell'oculista e dagli esami neuro-radiologici. Per la prevenzione, è necessario che i genitori siano informati su significato del pianto dei neonati e la pericolosità dello scuotimento, e adottino delle strategie corrette e informate per mantenere la serenità necessaria per prendersi cura del bambino e imparare a riconoscere i suoi bisogni.

Il pianto per il bambino, nei primi mesi di vita, è la sua unica forma di linguaggio, l'unico strumento che ha per comunicare: fame, sonno, caldo, freddo, stanchezza, bisogno di essere cambiato, desiderio di modificare la sua posizione, o semplicemente esigenza di coccole o del contatto fisico per essere rassicurato. Il pianto del lattante non indica in realtà quasi mai dolore o sofferenza, e di solito non c'è alcuna malattia sotto i pianti persistenti dei neonati. La famosa "colica gassosa", ossia la presenza di gas intestinali che provocherebbe il pianto, probabilmente non esiste: ingoiare aria sarebbe la conseguenza del pianto e non la causa.

Il pianto è una forma di linguaggio che, sviluppatasi grazie all'evoluzione della nostra specie, ha una sua funzione fondamentale nel costruire una relazione di attaccamento e nella comunicazione genitori-figlio. I cuccioli dell'uomo nascono molto immaturi rispetto ai cuccioli delle altre specie di mammiferi, perché il cervello, per le sue dimensioni rispetto al resto del corpo, completa la sua maturazione dopo la nascita. Per questo motivo, mentre i cuccioli di mammiferi appena nati hanno già molte competenze, il neonato umano essendo molto immaturo ha un assoluto bisogno di essere accudito, in tutto: il pianto gli serve pertanto per attivare subito l'attenzione dei genitori.

Il pianto ha una funzione così importante che il bambino "studia" per impararlo già in utero. Già alla nascita, quando piange, il neonato imita il linguaggio materno: un gruppo di ricercatori ha studiato con particolari programmi computerizzati il pianto di neonati tedeschi e francesi, trovando che il loro pianto ricalca le caratteristiche melodiche della lingua di appartenenza. In altre parole, il bimbo ascolta molto bene già in utero la parlata della madre e cerca di imitarla appena nato con lo strumento vocale che possiede in quel momento, il pianto.

Il pianto del neonato rappresenta dunque una comunicazione da ascoltare e da accogliere: non è importante capire subito quello di cui ha bisogno il bambino, forse nemmeno lui lo sa, conta solo l'accoglimento della sua ansia. Viceversa, l'atteggiamento ansioso dei genitori di fronte al pianto del neonato accresce il suo disagio e aumenta il pianto. Soprattutto, qualunque sia il motivo, non bisogna mai scuotere il bambino per calmarlo.

La maggior parte degli artefici del danno sono inconsapevoli della gravità di un simile intervento. Una corretta e completa informazione ai genitori e alle famiglie è quindi importante affinché un gesto, a volte inconsapevole o addirittura benevolo, non si trasformi in un grave danno per il neonato. Sono, invece, tante altre le soluzioni che si possono mettere in atto per cercare di calmare il pianto di un neonato.

L'approccio suggerito per aiutare e calmare il neonato che piange si basa sulle "cinque S": 1) *shushing*, ossia "zittimento", attraverso l'ascolto di un "rumore bianco" (particolare tipo di rumore caratterizzato dall'assenza di periodicità nel tempo e da ampiezza uniforme e costante su tutto lo spettro di frequenze, chiamato così in analogia alla radiazione elettromagnetica di simile spettro all'interno della banda della luce visibile all'occhio umano), esempio aspirapolvere, asciugacapelli, asciugatrici, lavatrice in esecuzione, che ricalca il ronzio costante del rumore nel grembo materno; anche parlargli dolcemente con un tono di voce affettuoso, cantargli una canzone che già conosce, raccontare una storia o recitare filastrocche, con tono dolce, basso e cadenzato, producono effetti calmanti; 2) *side/stomach*, ossia "lato dello stomaco": posizionare il bambino lateralmente a sinistra, per aiutare la digestione; 3) *sucking*, ossia "succhiare": attaccarlo al seno o offrirgli un biberon o il ciuccio o un dito per farlo rilassare;

4) *swaddling*, "fasciare": avvolgere il bambino in un lenzuolo o coperta come un burrito (tortino ripieno), con fianchi e arti leggermente piegati, per dargli la sensazione di tornare nella posizione fetale; rientrano in questo ambito anche massaggi, abbracci, picchiettare o strofinare la schiena del bambino, un bagnetto caldo e rilassante; 5) *swinging*, "dondolare", delicatamente in braccio, su una sedia, in carrozzina o in culla al ritmo di una ninna nanna, o camminando tenendolo in braccio, o facendo un giro in passeggino o in macchina, per ricordargli il movimento che provava nel grembo materno. Se nonostante tutto non smette di piangere, si può provare a: assicurarsi che i bisogni fondamentali del bambino siano soddisfatti, verificare la presenza di segni di malattia, come la febbre o difficoltà a respirare.

L'associazione non governativa Terre des Hommes ha lanciato la prima campagna nazionale di prevenzione e sensibilizzazione contro la SBS, "Non scuoterlo!", in collaborazione con 6 eccellenze ospedaliere pediatriche italiane, il patrocinio della Società Italiana di Neonatologia (SIN), l'Autorità Garante per l'Infanzia e Adolescenza e Pubblicità Progresso. La campagna punta a portare a conoscenza dell'opinione pubblica l'esistenza di questa forma di maltrattamento e i gravi rischi legati allo scuotimento, attraverso la messa a punto di un sito online dedicato, nonscuoterlo.it, con video interviste, consigli utili e informazioni, compreso un decalogo sugli elementi chiave del problema, cosa può provocarlo, quali sono i segnali rivelatori che un bambino ha subito lo scuotimento e cosa si può fare per evitarlo. Strumento chiave della campagna lo spot tv con l'attore Alessandro Preziosi con finale a sorpresa per sensibilizzare sui rischi della sindrome. Il messaggio importante è che i genitori devono accettare di chiedere aiuto se il figlio, pur amato moltissimo, mette a dura prova la loro capacità di tenere a freno la rabbia e il senso d'impotenza che li travolgono di fronte al pianto persistente. Devono sapere che scuotere un bimbo per far cessare il suo pianto può avere conseguenze devastanti, conoscere le tecniche più efficaci e sicure per calmarlo e soprattutto ammettere che devono chiedere aiuto se sono in difficoltà.



BICIMANIA
EVERYTHING FOR YOUR BIKE



NUOVO SHOWROOM

Via Bagnulo 39
Piano di Sorrento
Tel. 081 8786291

www.bicimania.net

RICOMINCIA IL

SUPER

**TASSO
ZERO**

**SU TUTTE LE E-BIKE
IN ESPOSIZIONE**



**abbigliamento
ciclo**
dal **20%**
al **50%**

**fuori
tutto**



**SU TUTTI
GLI ARTICOLI
POLAR**

ASSISTENZA AUTORIZZATA



BOSCH

eBike Service



Alimentari Capo

The King of Sandwiches



PANINI

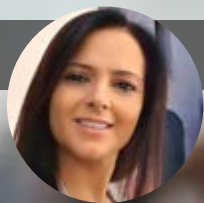


SALTIMBOCCA



INSALATONE

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



Condominio e rumori molesti

Abito in un condominio piuttosto rumoroso ma quello che più mi infastidisce sono le pallonate dei bambini che giocano in cortile d'estate nelle prime ore pomeridiane, proprio quando vorrei riposare. Esiste una normativa in materia che mi tutela?

L'urbanizzazione dell'era moderna ha rimpiazzato con i condomini le case indipendenti e dato vita alla necessità di regolare i rapporti di buon vicinato in maniera sempre più capillare.

In linea generale ogni condomino è tenuto al [rispetto degli orari di riposo](#) ma gli orari possono essere molto soggettivi e non sempre, anzi quasi mai, si ha a disposizione un regolamento condominiale che disciplini le fasce orarie destinate alla quiete e al riposo.

In caso di assenza di una chiara normativa condominiale, si deve far riferimento alla legge che, purtroppo, non fornisce nessuna indicazione precisa. Invero, [l'articolo 659 comma 1 del codice penale](#) condanna chiunque rechi disturbo al riposo altrui e alle occupazioni del condominio e [l'articolo 844 del codice civile](#) afferma che ogni cittadino deve impedire che dal proprio fondo, terreno e proprietà siano emessi rumori, fumo e calore oltre la normale soglia di tollerabilità.



Il codice non stabilisce orari in cui fare silenzio oppure svolgere le pulizie di casa o ancora suonare strumenti o sentire la radio a tutto volume ma semplicemente che **il rumore non deve superare la soglia della normale tollerabilità**. Viene definito molesto quel rumore che turba il riposo e la quiete delle persone, sulla base delle situazioni concrete e del contesto in cui si vive e, più precisamente, la Corte di Cassazione ha ritenuto che sia superata **la soglia di tollerabilità** quando il livello medio del rumore di fondo supera i **3,5 decibel** misurati con una perizia fonometrica.

Nella pratica bisogna innanzitutto verificare se il regolamento condominiale disciplina la materia e, nel caso, rivolgersi all'amministratore per farlo rispettare. In mancanza si può fare ricorso a un'azione legale che richiede di provare i rumori molesti sia con le testimonianze di altri condomini ma soprattutto con una **perizia**

fonometrica appositamente redatta da un tecnico specializzato. Grazie a questo intervento potrà essere stabilito con certezza se il rumore può qualificarsi come molesto perché supera la normale soglia di tollerabilità.

Il giudice dovrà altresì tenere in considerazione il contesto in cui è ubicato il condominio, la fascia oraria interessata dai rumori e la durata degli stessi e, se riconosce un illecito civile, condannerà il vicino rumoroso per rumori molesti con l'ordine di cessazione delle molestie e un eventuale risarcimento a favore della parte lesa.

Avv. Patrizia Cappiello

Via dei Platani 11
(Parco Arancia - C.Commerciale Pallotta)
Scala C 2^ Piano di Sorrento
Cell. 3391970892



UN ANGOLO DI PARADISO!

il Borgo
SORRENTO

 **PRENOTA IL TUO TAVOLO PER SAN VALENTINO**

Via Nastro Verde, 44 - 80067 Sorrento (NA) Tel. +39.081.8781827
e-mail: info@ristoranteilborgo.it www.ristoranteilborgo.it

segui su    


PIANO DI SORRENTO

Soluzione indipendente completamente ristrutturata termo autonoma composta da: soggiorno con cucina a vista, camera, cameretta, bagno e giardino di 80 mq. Classe Energetica G.

EURO 250.000,00

PIANO DI SORRENTO

Appartamento posto al 1° piano con ascensore. Panoramico, circa 60 mq composto da: ampio salone, cucina abitabile, camera, bagno, balconata con ottima esposizione e box auto. Classe Energetica G.

EURO 215.000,00

MASSA LUBRENSE - CENTRO

In fabbricato signorile appartamento completamente ristrutturato. Composto da: salone con angolo cottura e camino, camera, bagno e lavanderia. Classe energetica C epi 130,7 Kwh/m2 anno.

EURO 285.000,00

PIANO DI SORRENTO - CENTRO

Locale Commerciale di 110 mq con bagno, ed unico ingresso fronte strada. Classe Energetica D

EURO 290.000,00

PIANO DI SORRENTO - CENTRO

Appartamento di 110 mq composto da: Salone, cucina, tre camere, 2 bagni e ripostiglio. Terrazzo di 55 mq a livello e tre balconi. Termoautonomo. Discrete condizioni. Classe energetica G.

EURO 650.000,00

META - CENTRO

In contesto signorile appartamento di 80 mq, completamente rifinito con materiali ed impianti di pregio. Composto: cucina abitabile, soggiorno, camera da letto con bagno padronale, cameretta, bagno e lavanderia. Doppio ingresso. Ideale anche come studio professionale. Possibilità di box auto doppio. Classe energetica A.

EURO 270.000,00

PIANO DI SORRENTO - CENTRO

In mini condominio appartamento di circa 200 mq interni e circa 140 mq esterni. Composto da: cucina abitabile, 7 camere, 3 bagni, ripostiglio 4 balconi e ampio terrazzo a livello. Ottimo come bifamiliare in quanto dispone di doppio ingresso e comprende l'intero piano. Discrete condizioni. Classe energetica G.

EURO 1.100.000,00

META - CENTRO

locale Commerciale di 100 mq ristrutturato, con doppio ingresso. Uso investimento. Rendita annua € 7.200,00. Classe energetica G epi 50,17 KWh/m2 anno.

EURO 145.000,00

MASSA LUBRENSE - M. CANTONE

Semindipendente a schiera con doppio ingresso. Composto da: salone, camera, cameretta, cucina e bagno. Terrazzo a livello del salone e piccolo giardino. Ottimo investimento come casa al mare o B&B. Classe Energetica F.

EURO 320.000,00



Previene le doppie punte con i consigli dell'esperto

Sono tanti i motivi per cui si creano le doppie punte: capelli secchi, shampoo non adatto, asciugatura ad alte temperature oppure trattamenti chimici aggressivi. **Una chioma con doppie punte assume inevitabilmente un'aria stressata e poco curata** ma, con piccoli accorgimenti da inserire nella propria routine di bellezza quotidiana si possono sconfiggere le doppie punte.

Una delle cause principali delle doppie punte è **l'abuso della piastra**. Prima di utilizzarla bisogna sempre spazzolare i capelli con delicatezza e applicare dei prodotti offrono una buona protezione termica dal calore.

Attenzione anche al modo in cui si lava la chioma perché i capelli sono più vulnerabili quando sono umidi e basta poco per spezzarli. L'ideale è lavarli lasciando scorrere l'acqua dall'alto verso il basso così che il flusso d'acqua segua la direzione di crescita dei capelli. Questo accorgimento fa una grande differenza, specialmente se ha l'abitudine di lavare i capelli sotto la doccia dal getto molto potente.

Altro consiglio per liberarsi dalle doppie punte? **Spazzolarli a partire dal basso**, così da ridurre la pressione e salire pian piano verso le radici dei capelli.

Un trattamento rapido per le doppie punte capaci di conferire alla chioma un aspetto più sano sono i prodotti che avvolgono i capelli in una pellicola ricoprente. Ma questo trattamento anche se offre un risultato soddisfacente è comunque temporaneo perché si limita a "riparare" il capello rivestendo le doppie punte con un cosmetico che viene poi lavato con il successivo shampoo. Unica accortezza **utilizzare solo un paio di gocce** del trattamento e soltanto sulle punte secche per evitare di appesantire i capelli.

Nonostante l'utilizzo di questi prodotti, **l'unica soluzione per eliminare le doppie punte resta una visita dal parrucchiere per spuntare i capelli di circa un centimetro, ogni otto o dieci settimane**. In questo modo i capelli continueranno a crescere più sani e più pieni. ■



Effetto **STYLE**

di Staiano Fortunata

VIENI A PROVARE I NOSTRI
PRODOTTI per CAPELLI
lunghi e danneggiati

| linea ESSENTIAL CARE Melu **davines** |
SUSTAINABLE BEAUTY

Corso Italia, 315 (Casermone) Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 19911593 - Cell. 339 2591221

TECNO CALOR



VENDITA E ASSISTENZA TECNICA



 Chaffoteaux



 COSMOGAS



 ACQUA
BREVETTI

PIANO DI SORRENTO \ Via Dei Pini, 17 - Tel. 081 80

Specializzati in forniture per **B&B - CASE VACANZE** **STRUTTURE ALBERGHIERE**



 **Vaillant**



 **ARISTON**
THERMO GROUP



 **RIELLO**

Rubinetteria
Sanitari
Climatizzatori
Addolcitori
Caldaje a gas



ALL'ANGOLO
ristorante e pizzeria



APERTI A PRANZO



PIZZERIA



ROSTICCERIA



RISTORANTE

UNICA SEDE Via della Stazione, 39/41

80063 Piano di Sorrento NA

Tel.: 081 532 2454 **CONSEGNA A DOMICILIO**

Parlare da soli ad alta voce *mantiene in forma il cervello*

Parlare da soli ad alta voce è il sintomo di un cervello che lavora a pieno regime. A dimostrarlo gli psicologi americani Gary Lupyan e Daniel Swingley che hanno pubblicato una ricerca su "The quarterly journal of experimental psychology" per illustrare che **pensare ad alta voce è una strategia vincente**.

Gli psicologi hanno condotto un **esperimento in cui hanno chiesto a 20 persone** di pronunciare ad alta voce il nome di un prodotto, (come il pane, un detersivo o una mela) che dovevano trovare all'interno di un supermercato che non conoscevano. **Alla prima prova** i partecipanti sono rimasti in silenzio menzionando il prodotto in mente, **nella seconda** è stato chiesto loro di ripetere il nome dell'oggetto ad alta voce durante la ricerca. Risultato? Nella seconda prova, le persone hanno trovato più facilmente e più velocemente gli oggetti in questione. Per questo gli studiosi ha affermato che pronunciare ad alta voce il nome di un oggetto perduto può aiutare a individuarlo più facilmente nell'ambiente in quanto ripetere a sé stessi quello che si cerca solidifica quello che si pensa.

Secondo i ricercatori americani parlare a sé stessi è utile in quanto rende il cervello più efficiente.

Organizzare i pensieri

Ripetendosi ad alta voce cosa c'è nella lista delle priorità, sarà più facile organizzare i numerosi pensieri che invadono la mente. Permette di chiarire i propri pensieri, riuscendo a capire cos'è importante e prendere eventuali decisioni.

Raggiungere gli obiettivi

Ripetersi passo passo le cose che di stanno facendo permettevano concentrare l'attenzione sul centro della questione e riuscirete a controllare meglio l'ansia.

Essere autosufficienti

Le persone che parlano a sé stesse sono molto abili a contare sulle loro forze per capire di cosa hanno bisogno.



Il ciuccio **può provocare danni alla dentatura?**

L'utilizzo del ciuccio, la cui suzione avviene generalmente per ore, ha l'effetto di inserire un supporto solido in una bocca con ossa in formazione e non ancora saldate. Questo **influenza inevitabilmente il palato del bambino** che già intorno al primo anno di età, mostrerà problemi non solo di tipo estetico, ma anche funzionale legato all'accrescimento scheletrico ed alla deglutizione.

Sul piano Trasversale: sviluppo dell'ampiezza del palato

La lingua, fra le sue funzioni, ha quella di consentire l'allargamento dell'arcata dentale superiore e di adattarla a quella inferiore. Quando il succhiotto si interpone tra la lingua e l'arcata superiore, impedisce alla lingua di poggiare sul palato ostacolando il naturale sviluppo e generando una contrazione del palato, con conseguente riduzione dell'osso superiore che potrebbe diventare più stretto di quello inferiore.

Sul piano Sagittale: di profilo allungamento dell'arcata superiore.

I denti davanti superiori risultano sporgenti rispetto agli inferiori.

Sul piano Verticale: l'interposizione del ciuccio

Il bambino sviluppa il cosiddetto "morso aperto": a denti chiusi i posteriori sono a contatto, ma davanti si nota che rimangono distanziati tra loro lasciando una sorta di apertura in cui il bambino può interporre la lingua.

Se il ciuccio viene tolto quando il bambino ha un'età di 12-18 mesi è probabile che si verifichi una risoluzione spontanea del problema con la crescita. Ma nei bambini che usano il ciuccio fino ai 3 anni il problema diventa più complesso da risolvere e diventa necessario **richiedere l'intervento di uno specialista in Ortodonzia per ripristinare la forma fisiologica del palato ed i giusti rapporti tra le arcate dentarie.**

Problemi analoghi, a carico dei denti, si ingenerano anche con la suzione del dito, del biberon, del labbro e della lingua stessa. ■

Diablura

gioielleria artigianale & bomboniere



Tutto quello che
ti occorre per le
palme di confetti.
Prezzi da Ingrosso

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

SI RINGRAZIA

Masaniello
GASTRONOMIA



Campionato
Italiano
di Bowling
2019

Bowling
Sorrento



Foto Diego Ambrosio

Via S. Antonio, 8 - SORRENTO

Cell. 333 87 29 628 - bowlingsorrento@alice.it

seguici su  BOWLINGSORRENTO

A.S.D. THE INDIANS
SORRENTO BOWLING TEAM

THE INDIANS SORRENTO

• Bowling Team 2019 •

Il 2018 che si è appena chiuso è stato un anno importante per il bowling italiano, **la nazionale italiana dopo un lungo percorso agonistico è arrivata alla vittoria nei campionati del mondo svoltisi ad Hong Kong.**

È stato un evento storico per tutto il movimento di questo sport, sia per la lunga assenza che l'Italia aveva dalle posizioni di prestigio, sia per come è maturata e sia per gli artefici di questa impresa.

Una squadra molto giovane che con l'apporto di un allenatore lungimirante e di un capitano esperto hanno sbaragliato squadre titolate come il fortissimo Canada e nientemeno il Dream Team Americano, sì proprio lo squadrone degli USA "la patria del bowling" è caduto in finale con un secco due a zero sotto i colpi dei vari: **Davolio, De Filippi, Fiorentino, Parapini, Pongolini e Reviglio.**

Tutto questo a dimostrazione che nel bowling moderno **è necessaria una preparazione fisica, una tecnica molto alta, e una buona forma fisica.** Quando si arriva a lanciare le bocce sotto ad una pressione psicologica dell'avversario, delle luci, di tutto quello che le gare comportano, bisogna avere quei meccanismi mentali che ti fanno uscire da quel contesto in cui sei.

Su questa linea ispiratrice che la squadra dei **The Indians Sorrento Bowling Team** che ha gettato le fondamenta per un 2019 di crescita sia come livello qualitativo e sia in termini di risultati.

Il presidente Felicissimo già da qual-



che anno organizza **corsi gratuiti** per la promozione di questo sport, grazie all'apporto di atleti più navigati che accompagnano i nuovi componenti in un percorso di approccio al bowling.

I risultati non sono tardati ad arrivare, **gli Indians si sono presentati alle Finali Italiane Esordienti** con ben quattro atleti tra le fila della rappresentativa campana, Valeria De Martino e Lucia Iaccarino insieme alla Stefania Palmieri di Salerno hanno conquistato **il bronzo nella specialità Tris femminile**.

La ciliegina sulla torta è stata la specialità di Singolo dove la **De Martino** grazie agli ottimi risultati ottenuti in qualifica, ha chiuso poi la semifinale al secondo posto approdando alla finalissima. Nello scontro di finale Valeria ha prima battuto l'avversaria toscana sul match secco e poi ha affrontato nel doppio confronto per il titolo l'atleta dell'Emilia Romagna, con un finale al cardio-palma, è venuta fuori la maturità dell'atleta

sorrentina che prima ha superato l'avversaria con un buon margine e poi ha respinto l'assalto finale dell'avversaria **riportando in Campania il titolo di Campionessa Italiana che mancava da quattro anni**.

Nel settore agonistico grande affermazione dell'atleta **Cosimo Mola De Rosa** che nel Campionato Nazionale di Singolo Dipendenti di Azienda tenutosi a novembre nella Repubblica di San Marino, dopo essere sempre stato nelle posizioni di vertice in qualifica, ha realizzato una prestazione di altissimo livello come i 225 di media nelle 6 partite di finale, vincendo il Titolo Italiano nella specialità di singolo.

Infine nel primo appuntamento federale del 2019, **Mario Zazzera ha vinto il Titolo Regionale nella specialità Doppio Misto sulle piste di Striano**, qualificandosi per la finale italiana di febbraio a Ciampino.

■



BACCHANALIA

AMPIA SCELTA DI VINI SFUSI



APERTI TUTTI I GIORNI (DOMENICA POMERIGGIO CHIUSO)

Corso Marion Crawford, 5 - Sant'Agnello (NA)
Cell. 335 55 06 283 - 3283866909

gas



clima

**NON CONVIVERE COL
FREDDO ABOMINEVOLE**



Progettazione e assistenza
sistemi di riscaldamento
Condizionatori - Gas - Solare

Affidati a NOI!

Corso Italia, 88 - META (Na) gasclima@inwind.it - www.gasclima.com

Tel./Fax 081 19259307 Cell. 338.4695674

il modulo

arredamenti



CENTRO
via degli Aranci, 3

Una vasta esposizione
tra modernità e tradizione



CUCINE
33 d - SORRENTO



Salute Naturale:

DIMAGRIRE IN MODO EQUILIBRATO

Sei in sovrappeso e vuoi dimagrire? Eliminare i chili in più è facile se eviti le diete troppo restrittive, riequilibrando invece i tuoi pasti quotidiani con regole dimagranti ben precise.

La percentuale degli italiani in sovrappeso continua a crescere sia nei giovani che negli adulti, e molti di essi diventano obesi. Perdere peso in questi casi non è tanto una necessità per l'estetica quanto per la salute. Con il passare del tempo il sovrappeso porta a malattie come diabete e ipertensione, fino ad aumentare fatalmente i rischi di ictus e infarto.

Per eliminare i chili in eccesso non è necessario seguire una ferrea dieta ipocalorica da seguire tutta la vita. Anzi, praticare un simile regime alimentare per molto tempo è una cattiva abitudine ingrassante. Molte persone che si costringono a diete molto rigorose digiuni improvvisati, saltando i pasti o perfino eliminando alcune categorie di alimenti (come pasta, pane, riso ecc.), cadono nel tranello di diete iperproteiche che una volta abbandonate portano a riprendere i chili perduti e anche di più.

CINQUE REGOLE PRATICHE PER DIMAGRIRE

1. I pasti dovrebbero essere cinque al giorno, cominciando da una colazione abbondante entro un'ora dal risveglio; in questo modo si stimola il metabolismo a bruciare di più e lo si mantiene più attivo per tutta la giornata.
2. Uno spuntino di metà mattina, con un frutto di stagione e qualche mandorla, noce o nocciolina, semi di girasole o zucca, oppure uno yogurt magro al naturale, anche di soia se si è intolleranti ai prodotti del latte vaccino.

→

Dott.ssa Rosaria Aprea
Naturopata
Riceve su appuntamento
Studio di Monza e in Piano di Sorrento
Tel. 339.54.25.327

mettiti
comodo
... ci pensiamo
NOI

ASSISTENZA TECNICA

Hardware e software,
in sede o presso
il vostro ufficio
o abitazione

fai la
SCELTA
giusta

4Bit

DR. MOUSE
ASSISTENZA COMPUTER, HARDWARE & SOFTWARE

DR. PHONE
ASSISTENZA TELEFONIA, TABLET & APP

Corso Italia 317 - Piano di Sorrento Tel. 0815342135

Più di
2000
prodotti
per una
vita Bio.



TramedelBio

**ALIMENTI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA
E PRODOTTI NATURALI**

**SENZA GLUTINE
VEGANI / VEGETARIANI
PER L'INFANZIA**

Vasta scelta di prodotti per celiaci, rimborsabili



PIANO DI SORRENTO
Corso Italia 10 / infoclienti 081.183.80.417



www.tramedelbio.it

3. Dopo lo spuntino ci sarà il pranzo, costituito da un alimento fonte importante di carboidrati (come pasta, riso, pane o patate), da un cibo proteico (come carne, pesce, legumi, tofu ecc.) e da tante verdure cotte o crude.
 4. Per la merenda di metà pomeriggio, lo schema da seguire è lo stesso di metà mattina.
 5. La cena invece rispecchierà il pranzo, ma riducendo di quantità i carboidrati del 10-15% e aumentando le proteine del 20-25%.
- **Merenda:** 1 yogurt magro al naturale.
 - **Cena:** 50 gr di pane integrale o proteico, 200 gr. di pesce cotto a vapore, al forno o in padella, accompagnato da verdure a piacere.

Naturalmente sale e olio come condimento dovranno essere ridotti a vantaggio di spezie che accelerano il metabolismo, come curcuma, pepe nero, zenzero, aceto di mele, limone ecc.

Altra ottima abitudine: bevi una **tisana con decotto di equiseto**, 2 volte al giorno, per favorire la diuresi e quindi la perdita di liquidi accumulati nei tessuti.

E non può mancare un po' di **attività fisica**; ad esempio il nuoto, una camminata a passo svelto oppure la palestra. Evitare il più possibile la sedentarietà è la chiave primaria per tornare in linea e restare in buona salute.

■

ESEMPIO PRATICO DI MENU DIMAGRANTE

- **Colazione:** 1 mela, 4 mandorle, 1 tazza di caffelatte, 3 fette biscottate integrali con 3 cucchiaini di marmellata senza zuccheri aggiunti.
- **Spuntino di metà mattina:** 1 pera e 4 mandorle o 3 noci.
- **Pranzo:** 60 gr. di pasta integrale condita con verdure, 150 gr. di pollo alla piastra con verdure.



STUDIO MEDICO VENERE
Dott. Pietro De Nicola Dott.ssa Giuseppina Masina
Chirurgia Plastica e Estetica Laser

Luce pulsata • Radiofrequenza • Cavitazione
Vacuum • Magnetoterapia • Laser a Diodo
Carbossiterapia

scopri i benefici
di VacuMagic

- ✓ Perdita di peso
- ✓ Miglioramento della circolazione
- ✓ Miglioramento della condizione fisica
- ✓ Contrasto inestetismi della pelle
- ✓ Eliminazione delle tossine e dei liquidi in eccesso
- ✓ Accelerazione del metabolismo
- ✓ Recupero tono muscolare
- ✓ Pelle più liscia e compatta



PERDI UNA TAGLIA in soli 30 minuti

RIDUCE TONIFICA RASSODA

Via Padre Reginaldo Giuliani, 2
SORRENTO (NA)
Tel. 081 8771979 - 3393346638



Ma in borsa, possibile che, GUADAGNANO SEMPRE GLI ALTRI?



Una “metafora” che uso spesso per far capire le fasi di mercato è quella del ciclo di maturazione di un albero e dei suoi frutti. Come sappiamo un albero ci offre i suoi frutti durante la fase di maturazione, ma **per avere dei buoni frutti possiamo fare delle operazioni preliminari, fondamentali** durante la stagione fredda, come la concimazione, la potatura ecc. Poi si aspetta la fioritura e si arriva finalmente alla maturazione del frutto, che a volte è abbondante, e a volte può essere deludente. Beh! **Le fasi di mercato sono assimilabili ad un ciclo annuale ...**, solo che molte volte non le riconosciamo, perché distratti da valutazioni più o meno valide di previsioni, di “sentiment”, valutazioni, allert di analisti e non ultimi di veri e propri “guru” della finanza, che profetizzano il futuro!

Troppo spesso si entra nel mercato in un momento meno adatto. Quando, secondo voi? Ma sì... certo, quando si sono provati i frutti del vicino, tutti stanno guadagnando e quindi giù ad investire il gruzzoletto, pronti a raccogliere, molto spesso si trova-

The background of the advertisement is a reproduction of the Mona Lisa painting. The Mona Lisa is wearing a bright yellow safety helmet. The helmet has the 'giardullo' logo and the text 'agenti assicurativi dal 1972' on the front. The helmet also features two white circular ventilation ports and a chin strap.

giardullo
agenti assicurativi dal 1972

giardullo
agenti assicurativi dal 1972

proteggi il tuo oggi ed il tuo domani

Auto - Casa - Lavoro - Previdenza
soluzioni personalizzate per ogni esigenza

PIANO DI SORRENTO
P.zza della Repubblica, 35/bis
Tel. 081 5322899

SORRENTO
Corso Italia 220 (1° Piano)
Tel. 081 878 42 16

META
Via Vittorio Veneto, 13
Tel. 081 878 8477


COFFEE & Co.
SELF-SHOP


COFFEE & Co.
SELF-SHOP


COFFEE & Co.
SHOP

RADDOPPIA

DA OGGI ANCHE

H 24

VIENI A SCOPRIRE IL NOSTRO SHOWROOM

Rivenditore Autorizzato **Caffè Toscano** SANT'AGNELLO
Corso Italia, 133 Tel. 08119507613 www.coffee-co.it

Seguici su



no le briciole perché i frutti ormai sono troppo maturi o addirittura i frutti sono caduti, e i nostri soldi si stanno irrimediabilmente riducendo....

Quindi **analizziamo tutti gli errori**: durante l'inverno noi dovevamo pian piano investire il nostro capitale, successivamente dovevamo "potare", quindi fare degli "switch" per apportare delle correzioni ai nostri investimenti affinché all'arrivo della primavera e la successiva maturazione potevamo "raccolgere" e "godere" degli interessi maturati. Certo non sappiamo quando può durare l'inverno... certo non sappiamo quanto potrebbe durare il ciclo di maturazione, quello che sappiamo è che tutto prima o poi finirà per poi ripartire con un nuovo ciclo di produzione. Possiamo determinare anche quanto tempo possiamo dedicare alla nostra pianta per aiutarla a sopravvivere durante l'inverno e quanto possiamo ritenerci soddisfatti per la produzione, visto che pian

piano abbiamo raccolto i frutti.

Conoscendo il ciclo delle stagioni otteniamo il massimo risultato, analogamente **seguendo il mercato con un investimento costante nel tempo, possiamo sfruttare al meglio le occasioni offerte dal mercato**, invece di subirne le conseguenze. Gli imprevisti sono possibili come in agricoltura, ma in questi casi ci sono degli opportuni rimedi da attuare per mitigare le perdite.

Ecco perché **affidarsi ad un consulente con il quale definire i propri obiettivi, e trovare una soluzione adeguata è fondamentale!**

N.B.: questa mia analisi non deve essere considerata un invito all'investimento.

Dott. Antonio Coppola
Promotore Finanziario Allianzbank
Piano di Sorrento
Tel. 339.36.12.404

idroservice

RIPARAZIONI IDRAULICHE ESPRESSE

IN 12/24 ORE!

3395089374

- ✓ Riparazioni idrauliche
- ✓ Installazioni addolcitori caldaie stufe a pellet
- ✓ Realizzazione impianti sanitari riscaldamento condizionamento gas - solari

Idroservice di Mario Maresca
info@idroservicesorrento.it
www.idroservicesorrento.it

THERAPYFIT

STUDIO CHINESIOLOGICO

**LA TERAPIA con ONDE D'URTO
EFFICACE contro il DOLORE**

**Non lasciare
che il dolore alteri
la qualità della tua vita !**

Quali tipi di disturbi è possibile trattare?

- DOLORI ALLE SPALLE come per le CALCIFICAZIONI
- GOMITO DEL TENNISTA o del GOLFISTA
- TENDINITE ROTULEA (Ginocchio del Saltatore)
- DOLORE AL TENDINE D'ACHILLE
- DOLORI AI TALLONI
- DOLORE CRONICO AL COLLO, alle SPALLE o alla SCHIENA
- CEFALEA di tipo TENSIVO
- TENSIONE MUSCOLARE CAUSATA da TRIGGER POINT
- PSEUDOARTROSI



sconto del 30% su tutte le FISIOTERAPIE

Corso Italia, 89 (S.Agnello) Tel: 081 183 30156

f Therapyfit Mail: TherapyFit@hotmail.com



Onde d'urto efficaci contro il dolore

Ben tollerato e di ottima efficacia, le onde d'urto sono un **metodo non invasivo con proprietà anti-infiammatorie, anti-dolorifiche, anti-edemigene nonché stimolanti** la rigenerazione ossea, cutanea e il processo di guarigione di piaghe, ulcere e ferite di varia origine. Sono utilizzate soprattutto nel **trattamento di patologie ortopediche**: tendinopatie, calcificazioni periarticolari e pseudoartrosi.

L'impiego delle onde d'urto in campo medico comincia all'inizio degli anni '80 nell'ambito delle patologie litiasiche (calcolosi) delle vie urinarie come alternativa all'intervento chirurgico. Successivamente si inizia ad applicare le onde d'urto anche nel trattamento di patologie di pertinenza ortopedica, sia nell'ambito delle malattie dei tessuti ossei, che dei tessuti molli. Negli ultimi anni, questa metodica ha portato ad interessanti risultati anche in ambito

dermatologico nell'accelerazione della guarigione di lesione come ferite, ustioni o ulcere.

Un trattamento con onde d'urto ha diverse vantaggi

- sostituire il ricorso ai trattamenti chirurgici;
- ridurre l'uso dei farmaci anti-infiammatori e antidolorifici;
- velocizzare i processi di guarigione;
- è semplice, sicuro, ha poche controindicazioni ed effetti collaterali quasi nulli.

Le onde d'urto sono delle onde acustiche ad alta energia prodotte da particolari generatori e veicolate nel corpo umano mediante un sistema di trasmissione che permette di indirizzarle sul bersaglio da trattare e determinare una stimolazione meccanica diretta.

Quando le onde raggiungono i tessuti quali l'osso, i muscoli, i tendini e i legamenti, s'innescono una serie di reazioni cellulari che conducono a un **effetto anti-infiammatorio, anti-dolorifico e anti-edemigeno**.

Sono indicate sia per patologie in fase acuta (instaurate da pochi giorni o poche settimane) che per patologie in fase cronica (presenti da molto tempo, spesso anni).

E' un trattamento semplice, non invasivo, con pochi effetti collaterali, poco costoso e dotato di un'ottima efficacia.

Ogni ciclo di terapia prevede solitamente 6 applicazioni, una a settimana. Il paziente viene fatto sdraiare sul lettino dove il medico applica la sonda sulla superficie cutanea, per un tempo che va da qualche secondo a pochi minuti. Spesso il paziente riferisce un soggettivo miglioramento già dopo la prima seduta ma, per poter apprezzare il vero effetto terapeutico è necessario aspettare una o due settimane dal termine del ciclo. **L'effetto benefico sul dolore è, infatti, lento e progressivo col tempo.** Il ciclo terapeutico può essere ripetuto, a distanza di almeno 1 mese, per incrementare il beneficio.



MOTOSERVICE

Tutto il nuovo che vuoi, tutto l'usato che cerchi!



**TAGLIANDI E RIPARAZIONI
SCONTATISSIMI
SOCCORSO STRADALE
RITIRO E CONSEGNA
A NOSTRA CURA
REVISIONE STRADALE
E ROTTAMAZIONE**

VENDITA E ASSISTENZA PLURIMARCHE



Via degli Aranci, 33 - SORRENTO (NA)

Tel. e Fax 081 8772713 - e-mail: silviamoto@libero.it



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**



Teatro in Pillole

sfonda anche in Penisola sorrentina

Dopo i successi del 2018, in estate nella rassegna "Summertime" di Villa Fiorentino, e nel periodo natalizio nella programmazione "Napul'è...Natale!" di Piano di Sorrento, "Teatro in pillole", il format ideato, diretto e condotto da Stefania Russo, si profila come una realtà artistica ormai consolidata e seguita anche in Penisola sorrentina, come ormai da cinque anni a Napoli.

A Sorrento, Teatro in Pillole ha debuttato a Villa Fiorentino il 5 settembre, grazie alla Fondazione Sorrento, presieduta da Gianluigi Aponte e guidata dall'amministratore delegato Gaetano Milano, con la collaborazione del Comune di Sorrento con il sindaco Giuseppe Cuomo, mentre il 22 dicembre il Comune di Piano Sorrento, grazie al sindaco Vincenzo Iaccarino, all'assessore Carmela Cilento e al responsabile Ufficio cultura Giacomo Giuliano, ha affidato alla kermesse gli auguri di Natale alla cittadinanza presso il Centro Culturale Comunale in Via delle Rose.

L'originale format consiste nell'esibizione di attori o compagnie teatrali in piccoli atti performativi, pillole di talento e recitazione, della durata massimo di dieci minuti ciascuno, in gara tra loro. Alla fine il pubblico è invitato a decretare un vincitore in base al suo voto, mentre una giuria specializzata decide il voto tecnico. Grazie a questa formula agile e godibile, tutti possono apprezzare e amare il teatro, preso a piccole dosi, anche il pubblico che abitualmente non frequenta le sale teatrali.

Ogni incontro di Teatro in pillole è diverso ma ugualmente intenso: "un pienone di gente e belle emozioni,



MUSEO DELL'ORGOGGIO ITALIANO DI SORRENTO

L'INVISIBILE POMPEI EXPERIENCE

MOSTRA INTERATTIVA E SENSORIALE



The Invisible Pompei Experience at the Sorrento Italian Pride Museum from next December 8th.
The exhibition that reveals the mysteries of the city buried by the eruption of ash and lapilli
of Vesuvius in 79 AD

L'invisibile Pompei Experience al Museo dell'Orgoglio Italiano di Sorrento dal prossimo 8 dicembre.
L' esposizione che svela i misteri della città sepolta dalla eruzione di cenere e lapilli
del Vesuvio nel 79 d.C

INFO CALENDARIO E PRENOTAZIONI:

Tel: 081 8631581 - 3391888611

Sito: www.tappetovolante.org

Email: info@tappetovolante.org

Tappeto VOLANTE
I MERCANTI D'ARTE

Tappeto Volante





AMICI A 4 ZAMPE

TOELETTATURA - MANGIMI - ACCESSORI



SABATO
CHIUSO

migliore

PRENDITI CURA DEL TUO AMICO

Corso Italia, 327 (Casermone) - Piano di Sorrento
Tel 081 188 58 373 - Cell. 333 43 82 226



ROYAL CANIN

Exclusion
LOCK THERMAL

VIRBAC
Vet Complex®

RICH DOG®
made in Italy
Rivenditore autorizzato:

un evento poliedrico fatto di momenti di teatro, danza, proiezioni, musica, comicità e tanta tanta umanità”, spiega Stefania Russo, che lo ha creato, come racconta sempre, quasi per gioco, con l'intento di organizzare delle serate fra amici un po' diverse dal solito, in grado di **coniugare l'aspetto ricreativo con quello artistico**, proponendo pillole di arte intese come pillole di vita. Forse non si aspettava tanto successo, ma sentiva fin da subito che qualcosa di bello poteva prendere forma, perché era una cosa in cui credeva e che piaceva e divertiva prima di tutto a lei stessa.

Oggi Stefania è uno dei personaggi più amati a Napoli, seguitissima sui social e capace di trasformare in sold out tutti gli eventi che organizza, il suo brand è sinonimo di qualità e successo: “Credo cioè sia dovuto alla passione ed entusiasmo che ci metto, emozioni sempre contagiose da cui le persone si lasciano trascinare, diventando protagoniste più che spettatrici”, spiega. Dopo una laurea in Lettere con indirizzo musica e spettacolo, ha iniziato a lavorare come organizzatrice di eventi, inventando format nuovi e originali. **Nelle sue trasferte sorrentine, Stefania è stata accompagnata da me, Carlo Alfaro, che l'ho conosciuta a Napoli, partecipando attivamente, come attore, alle puntate di Teatro in pillole**: innamorato del format a mio avviso geniale, l'ho introdotta nel cuore delle serate in Penisola e coadiuvata nella loro conduzione.

Giudice della manifestazione in Villa Fiorentino è stata **Eleonora Di Maio**, affinata e colta regista e autrice teatrale e direttrice artistica dell'Accademia **“On Broadway Musical Theatre & Dance”**, prestigiosa scuola di musical, teatro, canto e danza di Sorrento che mira a formare futuri performer dello spettacolo, grazie a un nutrito numero di insegnanti professionisti nelle svariate discipline dell'arte scenica. I suoi talentuosissimi allievi hanno offerto nella serata un estratto del loro musical “Storie da...Scugnizzi”.

Nella serata a Piano di Sorrento, la giuria critica è stata costituita ancora Eleonora Di Maio, affiancata stavolta da **Antonio Volpe**, firma importante del giornalismo in Penisola sorrentina e a Roma, dove si è trasferito da qualche anno in qualità di Dirigente scolastico del Liceo Pascal, oltre che direttore artistico di associazioni culturali come il **Circolo Endas Penisola sorrentina**, riviste ed eventi di spessore, e **Annalisa Renzulli**, attrice intensa e sensibile, famosa per essere la protagonista della pluripremiata opera firmata dal maestro **Riccardo De Luca**, “Eleonora Pimentel Fonse-

ca, con civica espansione di cuore”, ormai un classico moderno del teatro partenopeo.

Eccellenti tutti i concorrenti, che hanno avuto l'umiltà di mettersi in gioco nella gara nonostante l'alta statura artistica della loro affermata professionalità: ognuno ha apportato contributi di diversa arte teatrale, dal cabaret al drammatico, dalla prosa alla poesia. Alcuni artisti sono stati presenti sia nell'edizione di Sorrento che di Piano di Sorrento, come **Ambrogio Coppola e Sisa Iaccarino**, che hanno vinto la gara a Sorrento, e **Alfonso D'Antuono**, vincitore a Piano di Sorrento. Ambrogio Coppola e Sisa Iaccarino sono l'anima del Laboratorio Teatrale Unitre Penisola Sorrentina sezione di Piano di Sorrento sotto l'egidia di **Franco Cristallo**, e del Laboratorio San Giuseppe condotto a Sant'Agnello da **Franco De Angelis**. I loro spettacoli di impianto comico, ispirati alla commedia classica napoletana, attirano ogni volta un folto pubblico di estimatori di ogni età. Ambrogio si diletta anche a scrivere testi teatrali: al suo attivo 5 commedie e numerosi sketches irresistibili, come quelli proposti nelle edizioni di Teatro in pillole in Penisola: a Villa Fiorentino “L'equivoco”, con in scena con lui e Sisa anche la brillante Lucia De Maio, a Piano di Sorrento “Sapete l'ora?!”.

Con Ambrogio e Sisa si ride, e tanto, ma con leggerezza, brio e signorilità, come nel loro stile. Alfonso D'Antuono è uno dei più apprezzati e seguiti cabarettisti campani. Il suo genere si ispira al Café Chantant, all'avanspettacolo, alla tradizione della commedia buffa d'improvvisazione, alla drammaturgia verista di Raffaele Viviani e alla realtà dei vicoli e quartieri di Napoli cui attinge. Il suo è un talento sanguigno e spontaneo, di immediata comunicazione e potente impatto. Ha debuttato giovanissimo con La Gatta Cenerentola di De Simone ed è stato in compagnia con Peppe Barra, ha lavorato anche in tv (La sai l'ultima) e al cinema. Ha scritto lo spettacolo “La Pirofila” e attualmente è in giro con la sua compagnia teatrale “E Scapestrati” col testo da lui scritto e diretto “Io e Bammenella”, ispirato a “Bammenella 'e copp' 'e Quartiere”, canzone simbolo di Raffaele Viviani. A Villa Fiorentino ha proposto un irresistibile estratto di questo lavoro, a fianco del bravissimo **Fedele Perillo**, mentre a Piano ha conquistato il premio del pubblico e quello della critica, con una sua sentita, emozionata ed emozionante rivisitazione della maschera di Pulcinella: il testo “Ah! ..Pulcinella song'io”, da lui scritto, diretto e interpretato, è un suo personalissimo omaggio in prosa e musica al mito del-

la maschera simbolo della cultura napoletana.

Presente in entrambe le edizioni peninsulari anche **Benito Gaudino Raimo**: attore stabiese di teatro, tv e cinema di grande talento ed espressività, che si distingue nel panorama artistico italiano anche per il suo forte impegno sociale: presidente dell'associazione nazionale "Attori per la vita", dedita ad attività di solidarietà, è ideatore e promotore di varie campagne sociali, contro femminicidio, bullismo, omofobia, discriminazioni, attraverso spot da lui ideati, diretti e interpretati, oltre ad essere ambasciatore di interventi di solidarietà in Africa, volontario con l'Associazione Carabinieri presso il Santuario di Pompei, artefice della creazione di un bracciale, "Un remo salva la vita" per raccogliere fondi per le donne vittime di violenze. Presenta spesso eventi culturali e di moda. Benito è anche autore di un romanzo autobiografico, dedicato ai suoi genitori adottivi, dal titolo "Il bambino che viene dal nulla". A Sorrento ha interpretato un monologo tratto dal film "The big Hakhuna", a Piano il "Discorso all'Umanità" tratto dal film-capolavoro pacifista e antimilitarista di Charlie Chaplin "Il Grande Dittatore".

Presente in entrambe le edizioni anche **Marilena Altieri**: pittrice e attrice sensibile e appassionata, regina dei reading in Penisola sorrentina, a Sorrento si è cimentata nella poesia di Charles Bukowski "Non ho smesso di pensarti", a Piano nei versi di "Non ti amo come se fossi rosa di sale" del poeta, Premio Nobel 1971, Pablo Neruda.

Solo a Sorrento si è esibito invece **Giuseppe Gifuni**: attore, drammaturgo, regista, lega il suo nome al mitico Massimo Troisi, conosciuto per caso quando era ancora carabiniere, e alla cui memoria ha consacrato la sua carriera artistica. Per Teatro in Pillole Giuseppe ha indossato la maschera di Pulcinella, interpretando un percorso narrativo scritto di suo pugno sulla nascita delle gags di Massimo Troisi, da La Smorfia ai film: in meno di 10 minuti, usando esclusivamente battute tratte dai lavori di Troisi, Gifuni ha saputo tracciare l'intero percorso artistico del divo.

Sempre solo a Villa Fiorentino si sono esibiti due habitué delle serate di Teatro in pillole a Napoli: **Giuseppe Cerasuolo**, autore di monologhi e testi che lui stesso porta in scena, come quello che ha proposto al pubblico sorrentino, "Tango smascherato", accanto alla bellissima **Anna Letizia**, e **Stefania Ciancio**, avvocatessa con la passione sviscerata per la recitazione, diplomata alla Diana e collaborante con diverse compagnie

napoletane, che a Sorrento ha interpretato il testo "Donne in Rinascita" di Jack Folla.

Premio della critica a Sorrento **Paolo Di Somma**, al secolo **Prestigiato Sannel**, un artista che utilizza la magia come forma completa di spettacolo. Grande riscontro a Villa Fiorentino anche per **Nunzio Bellino**, animatore e attore, che ha raccontato, con un toccante testo dello sceneggiatore e regista **Giuseppe Cossentino**, la sua disabilità, una rara patologia a trasmissione genetica, la sindrome di Ehlers-Danlos, che lo rende "l'uomo elastico".

New entry invece per Teatro in pillole a Piano di Sorrento, la bravissima attrice stabiese **Alessandra Vozza**, con la sua verve inconfondibile, la voce calda, una vita intera dedicata alle tavole del palcoscenico. Scoperta dal compianto maestro **Nicola D'Auria**, da qualche anno è attrice di punta della compagnia "E Scapestrati" di Alfonso D'Antuono. Ha presentato una sua lettura - preceduta dalla colta introduzione di Rita Varone - del monologo "La Madonna delle rose", da "Filumena Marturano", di Eduardo de Filippo, del 1946 ma di sconcertante attualità.

Sempre a Piano, segnalazione speciale della giuria tecnica per l'originalità e la capacità di sperimentare linguaggi nuovi espressa dalla **compagnia di Gian Maria Talamo**, **I Murattori**, con due validissimi attori, **Vincenzo Mascolo** e **Marta Strazzoso**, impegnati in una riduzione teatrale del racconto "Perché il sangue è vita" di Francis Marion Crawford, lo scrittore e drammaturgo statunitense di fine '800 noto soprattutto per le sue opere horror, che visse e morì a Sant'Agnello.

Diplomato attore all'Accademia Nazionale D'Arte Drammatica **Silvio D'Amico** in Roma nel 1990, dopo aver lavorato con i grandi del teatro, Gian Maria ha fondato a Positano la **Compagnia Teatrale Abusiva dei Murattori**, che, rifiutando i cliché del teatro amatoriale, si distingue per l'impegno nel teatro sociale e nel recupero della storia e delle tradizioni del territorio utilizzando un linguaggio scenico ermetico, minimalista e multidisciplinare.

Molto **gustosi i premi in palio** nelle due edizioni, sia per gli artisti vincitori che per un fortunato estratto tra il pubblico: a Sorrento un percorso termale e massaggio, messo a disposizione da **SPA ULYSSE**, l'elegante DAY SPA di Sorrento, a Piano i famosi panettoni artigianali del **Bar Nuccio di Pinella Pollio**, **Pasquale e Tato Sessa**, sito al Corso Italia a Piano di Sorrento. Gli addobbi floreali a Sorrento sono stati offerti da **Floralia**,

ORTOFRUTTICOLA
Flli Federico
S.a.s.
Ingrosso e dettaglio

Tutto il BUONO
della frutta
di stagione!



SORRENTO (NA) - Via S. Renato, 25/27
Tel. e Fax 081 877 34 62 Tel. 081 807 48 97
Vincenzo: 340 35 44 284 - Fabio: 338 25 33 065

PROMO SAN VALENTINO

CASCHI...AMO



ACQUISTANDO UN CASCO,
IL SECONDO LO PAGHI LA METÀ



VIA SAN GIUSEPPE 12/20, 80065 SANT'AGNELLO (NA)

a Piano dal **Laboratorio Floreale Aiello**. E poiché Teatro in pillole non è solo teatro, a Villa Fiorentina c'è stata anche la **performance canora di Alessandra Volpe**, formatasi all'Accademia di Eleonora e poi perfezionatasi alla Scuola del Teatro Musicale di Novara, mentre a Piano si sono esibiti: **Sergio Carlino** con virtuose interpretazioni delle più belle canzoni di Natale di tutti i tempi; **i Barabba**, una band di tre giovani eccellenti musicisti napoletani già con un primo album di successo all'attivo, intitolato "Barabba e Burattini", espressione di un genere che **Riccardo de Filippis**, frontman del gruppo, definisce "rockabilly", in quanto fonde diverse influenze e stili musicali, come il rock'n'roll, il country, il blues; la **Asd Spazioidanza Sorrento, diretta da Maria-na Gargiulo e Mariangela Morvillo**, con un passo a due di modern jazz eseguito da **Anna Cinque e Ilenia Astarita**; un irresistibile Babbo Natale impersonato dall'attore **Gennaro D'Auria della compagnia E Scapestrati**.

Video e foto sono stati affidati in entrambe le occasioni a **Mda set communications di Lina e Michele De Angelis**, artisti e fotografi santanellesi che dimostrano sempre coi loro reportage come, quando si dice "la

fotografia è luce" non si faccia solo riferimento alla luce fisica che definisce l'etimologia del termine (che deriva dalle parole luce e scrittura in greco), quanto alla luce interiore che anima persone e luoghi, colti e sapientemente messi in evidenza dalla maestria del loro obiettivo.

Valletta d'eccezione, la piccola Flavia Cimmino, direttamente da Roma, con la sua verve e disinvoltura già da consumata diva del palcoscenico, accompagnata dalla **mamma Paola Perrella, il papà Stefano e la sorellina Claudia**.

Mi sento di concludere questo racconto col pensiero che **Paolo Grassi** formulò a proposito del teatro, in sintonia con l'opera meritoria di promozione del mezzo che Teatro in pillole mira a realizzare: "Noi vorremmo che autorità e giunta comunali, partiti e artisti si formassero una precisa coscienza del valore essenziale del Teatro, considerandolo come una necessità collettiva, come un bisogno del cittadino, come un pubblico servizio alla stregua della metropolitana e dei Vigili del Fuoco".



FitClub
di Carlo Amato
PERSONAL TRAINING

TONIFICAZIONE - DIMAGRIMENTO
GINNASTICA POSTURALE
ALLENAMENTO FUNZIONALE
RECUPERO POST TRAUMI

Corso Italia, 26 - Meta (Na) - tel. 081 8088318



Osteopatia in gravidanza *E' utile?*

L'osteopatia può essere particolarmente utile in gravidanza, quando **la crescita del pancione porta a cambiare gli schemi posturali preesistenti, accentuando la curvatura lombare e modificando per compensazione la curva dorsale.** Per questo, nel corso dei nove mesi è facile che la futura mamma vada incontro a tensioni lungo la colonna, che possono causare **dolori alla schiena o al nervo sciatico che si irradia verso la coscia, così come possono comparire dolori nella parte alta, come cervicalgie o mal di testa.** Grazie a tecniche manipolative dolci e non invasive, l'osteopata **sblocca tali tensioni e aiuta la colonna ad adattarsi meglio alle modificazioni posturali, liberando da restrizioni di movimento.**

Altro disturbo che può essere alleviato è quello al **tunnel carpale**, di cui si può soffrire nei nove mesi a causa della maggior ritenzione idrica che provoca una compressione del nervo mediano nel polso. Attraverso pressioni mirate, l'osteopata lavora sul sistema linfatico per **sciogliere gli edemi e diminuire la compressione.** In più, le manipolazioni possono influire positivamente sulla circolazione, aiutando a migliorare la stasi venosa, e sulle nausee, lavorando con particolare attenzione sul nervo vago e al riequilibrio del sistema neurovegetativo. Oltre a prevenire dolori e contratture nei nove mesi, le manipolazioni osteopatiche consentono di **arrivare al parto in condizioni fisiche ottimali.** Durante la seduta l'operatore lavora soprattutto sul **bacino**, che al momento del parto subisce i cosiddetti cambiamenti di nutazione, ossia il leggero movimento di rotazione dell'osso sacro e delle ossa del bacino che consen-





Dott. Silvio Giglio

Fisioterapista e Osteopata D.O.M.R.O.I.

Per informazioni o prenotazioni:

cell. 3388317708
www.osteopatiagiglio.eu
silviogiglio86@gmail.com



- Artrosi e dolori della colonna vertebrale
- Periartrite, epicondilite, sindrome del tunnel carpale
- Sciatalgia e sindrome del piriforme
- Colpi di frusta
- Disfunzioni dell'articolazione temporo-mandibolare
- Cervicalgia e brachialgia
- Mal di testa, emicranie, cefalee, acufeni, vertigini
- Problemi respiratori, digestivi, intestinali
- Problemi a neonati e bambini
- Donne incinte
- Dismenorrea, amenorrea, dolori mestruali
- Problemi urogenitali
- Stati d'ansia e insonnia
- Dolori muscolari e articolari in genere
- Traumi distorsivi a caviglie e ginocchia
- Tendiniti, ipotonia muscolare e affaticamento da sport



Piano di Sorrento - Il trav. San Michele, 7 | Napoli - Piazza Cavour, 152
Firenze - via della Rondinella, 66 - via Palazzuolo, 120 | Castiglione del Lago - via B. Buozzi, 88



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



www.oroconvert.it

follow us



COMPRO ORO e ARGENTO

META

Corso Italia, 132

**PIANO DI
SORRENTO**

Corso Italia, 83
(di fronte ai Carabinieri)

SORRENTO

Viale Nizza, 29

te l'aumento di diametro necessario per far passare la testolina del bambino. Per far sì che questo succeda, occorre che tutte le articolazioni del bacino siano mobili, libere e non bloccate da restrizioni di movimento, a questo scopo le manipolazioni dell'osteopata creano una condizione ottimale, che da un lato riduce le tensioni dolorose provate dalla donna, dall'altro facilita le 'fatiche' del nascituro, che subirà meno traumi durante la nascita.

Altro punto su cui l'osteopata lavora con particolare attenzione è il **diaframma**, che col trascorrere dei mesi viene compresso dalla crescita del pancione. Le manipolazioni permettono di restituire una migliore funzionalità respiratoria, fondamentale durante il parto per aiutare la mamma a liberare le tensioni, fisiche ed emotive, assecondare al meglio le contrazioni, alleviare il dolore, ossigenare tutto l'organismo,

facendolo "lavorerà" in modo più efficace. **L'osteopatia è una tecnica innocua e priva di controindicazioni, non utilizza farmaci né strumenti**, ma solo movimenti delle mani, che nella donna in attesa sono ancora più delicati. Per questo si può utilizzare senza problemi per tutta la gravidanza, anche se si preferisce "lasciar tranquilla" la futura mamma per i primi tre mesi. A quel punto si programma un primo incontro, nel quale si valuta la presenza di squilibri e si effettua il primo trattamento, poi ci si sente a distanza di 10-15 giorni per sapere come va e si fissano le sedute successive, in base al problema e alla risposta individuale. **L'ideale sarebbe fare un controllo ancora prima della gravidanza**, per analizzare la struttura fisica della donna e rimuovere eventuali rallentamenti di mobilità, che consentiranno di affrontare meglio l'attesa e prevenire disturbi. ■



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

Dolci artigianali dal 1984



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

segui 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**

ANIMALI

Si regalano cani e gatti

Si regalano in adozione consapevole cani e gatti di varie taglie ed età, anche cuccioli. Info ENPA Penisola Sorrentina.

Tel: 3337667752

Regalo cuccioli

Regalo adorabili cuccioli di taglia medio-piccolo nati in casa il 19 dicembre. Dal mese di febbraio questi bellissimi cuccioli, disponibili sia maschi che femmine, potranno essere dati in adozione a veri amanti per essere accolti in una famiglia amorevole che se ne voglia prendere cura. Visibili in Penisola Sorrentina.

Tel: 3336888515

IMMOBILI

Cerco socia

Avviata attività di parrucchiere sita in Piano di Sorrento, cerca collaboratrice esperta da poter inserire nella società.

Tel. 3282778361

Affittasi due locali a Sant'Agnello

Affittasi a Sant'Agnello: 1) Locale uso deposito, categoria C3, 28 mq,

sito in via Iommella Grande 35 2) Locale uso negozio, categoria C1, ristrutturato e con bagno, sito in Via Iommella Grande 33.

Tel: 3333764600

E-mail: martina-gargiulo@live.it

Cercasi appartamento

Cercasi appartamento in vendita 2 vani e accessori zona Meta di Sorrento

Tel: 0818789028

Affittasi locale

Affittasi locale deposito 50 mq accesso consentito anche a camion Località Mortora-San Liborio.

Tel: 331 65 17 153 - 081 808 33 94

Cerco monolocale

Cerco in fitto monolocale in zona centrale di Sant'Agnello, Piano o Meta, arredato. Prezzo € 350,00, anche se non subito.

Tel: 3318667117

Cerco locale deposito

Cerco locale deposito di almeno 20 mq, zona Piano di Sorrento e Sant'Agnello, fitto modico. per contatto whatsapp.

Tel: 331513969

Attico

Vendo porzione (c.65mq) di attico panoramico - esposizione sud.

ovest - sito al 4.o piano in condominio con piscina. Composto da ampio monolocale (12x 4) a 3 balconi divisibile, ingresso, cucina, doccia, terrazzo. Visionabile da marzo '19. Trattativa riservata.

Tel: 3339608031

CORSI

Lezioni private

Ragazza laureata con lode alla magistrale in Lettere Classiche, con pluriennale esperienza nel campo delle ripetizioni e master in metodologie didattiche offre ripetizioni agli studenti delle scuole di ogni ordine e grado per le seguenti discipline: greco, latino, italiano, storia, geografia, geostoria, filosofia, storia dell'arte, inglese. E' garantita la massima professionalità, anche WhatsApp.

Tel: 3343718826

Lezioni di spagnolo e francese

Laureato in lingue (spagnolo e francese) impartisce lezioni private a studenti di scuola media e superiori. Zona Sorrento. Per info contattatemi.

Tel: 3312610802

Doposcuola

Effettuo ripetizioni per bambini e ragazzi delle scuole elementari e

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

glitter accessori

happy
Valentine's
day

30%

30%



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



dal 1981
Carnevale a
Termini 2019

MARZO
3-4-5-10

XXXVII EDIZIONE



PATROCINIO E SOSTEGNO
ECONOMICO
COMUNE DI MASSA LUBRENSE



Associazione
Termini... Non
solo Carnevale



REGIONE CAMPANIA
PATROCINIO E SOSTEGNO
ECONOMICO

www.carnevaleatermini.it



Termini "non solo
carnevale"



Instagram

Vetrina Annunci

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

delle scuole medie (materie umanistiche e lingua inglese). Non esitate a contattarmi

Prezzo: 10,00 €
Tel: 3393873223

Ripetizioni private di lingua straniera

Laureata col massimo dei voti impartisce ripetizioni private di lingua straniera inglese, francese, spagnolo e tedesco. Zona penisola sorrentina.

Tel: 3381093116

Lezioni private

Ingegnere meccanico impartisce lezioni di doposcuola a studenti di medie, superiori e a universitari in materie scientifiche e tecniche: - matematica; - chimica; - fisica; - elettrotecnica; - macchine. Zona

Sant'Agnello.

Tel: 3511612122

Lezioni private

Lezioni per scuola secondaria e per bambini di scuola primaria. Ripetizioni di lingue straniere.

Tel: 3382842073

Lezioni di chitarra

Cantautore, chitarrista, autodidatta, impartisce lezioni di chitarra a domicilio.

Tel: 3391753811

Lezioni private e ripetizioni

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 in penisola sorrentina. Si

effettuano anche traduzioni. Massima serietà ed affidabilità. Prezzi modici.

Tel: 3336545989

MOTORI

Fiat 850 anno 1976

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

Prezzo: 1.500,00 €
Tel: 3313633696

Fiat 500 d'epoca

Visibile in Sant'Agnello, vendo a malincuore Fiat 500 d'epoca da restaurare. Prezzo da concordare.

Tel: 3805171932

Vendesi barca

Vendo barca in plastica + motore



TONINO MARCIANO
UNICO NUMERO 337943532

Via Degli Aranci 29/L - Sorrento (Na) - www.toninomarciano.com

REGISTRO
ITALIANO
CREMAZIONI
Impresa associata



Vetrina Annunci

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

marino "Yamaha" 2,5 CV 4 tempi.

Tel: 3396827218

Cerco vecchia vespa

Cerco una vecchia Vespa 50 con 3 marce oppure 125 ET3 o una 200, anche ferma da tanti anni, solamente da unico proprietario anziano.

Tel: 3474679291

Vendo Maggiolino Volkswagen

Vendo Maggiolino Volkswagen anno 1979 color grigio, funzionante.

Prezzo: 3.000,00 €

Tel: 3397892721

LAVORO

Cerco socia

Avviata attività di parrucchiere sita in Piano di Sorrento, cerca collaboratrice esperta da poter inserire nella società.

Tel. 3282778361

Cersasi Commessa

Negoziato sito in Piano di Sorrento, cerca commessa per lavoro full-time.

Tel. 081 8087203

Addetto/a al back office

Cercasi addetto/a al back office per l'hotel Ossidiana di Stromboli,

presso il nostro ufficio distaccato di Positano, con esperienza nell'utilizzo del gestionale Ericsoft Suite 4. Offriamo lavoro tutto l'anno, con assunzione a tempo indeterminato. Cerchiamo personale della Penisola Sorrentina o della Costiera Amalfitana. Gli interessati possono contattarci per e-mail (info@hotellossidiana.it), inviandoci il curriculum vitae con indicato il numero di telefono fisso e mobile.

E-mail: info@hotellossidiana.it

Ricerca Personale

Oleificio Gargiulo in Sant'Agnello, ricerca per ampliamento personale, addetta alle vendite e gestione tour, seria, dinamica e con ottima conoscenza della lingua inglese, scritta e parlata. Possibilmente residente in penisola Sorrentina.

Inviare curriculum

Tel: 0818072300

E-mail: info@frantoiogargiulo.it

Cerco Lavoro

Cerco lavoro come babysitter da Maggio ad Ottobre dalle 9:00 fino alle 18:00 di sera va bene sia orario spezzato che continuo ho esperienza quasi di 10 anni nel campo e ulteriori informazioni contattarmi in privato su whatsapp

Tel: 3299857668

Ordinazioni per buffet catering

Effettuo ordini per buffet catering per feste in genere compleanni onomastici panini rustici torte dolci panini vari gusti massima serietà ed esperienza sono diplomata come chef scuola alberghiero in cucina se volete provare contattatemi.

Tel: 3382452021

Estetista

Cerco estetista con buona conoscenza lingua inglese, e ottima formazione su extension ciglia, mani e massaggi. Massimo 21 anni.

Tel: 3398826368 - 3342840498

Ricostruzione unghie

Effettuo ricostruzione unghie in gel, semipermanente, nail art, pedicure curativo ed estetico.

Tel: 3339626312

Assunzioni per animatori vari ruoli, adulti bambini e istruttori sport e ballo

Animandia ricerca di ambosessi anche prima esperienza per inserirli in staff di animatori turistici, presso associati: strutture turistiche, tour operator, aziende di servizi turistici e organizzazioni vacanze dislocate su territorio Nazionale. Possibilità anche per chi è alla prima esperienza purchè maggiorenne.



Tel: 0818072300

E-mail: info@frantoiogargiulo.it

RICERCA PER AMPLIAMENTO PERSONALE

Cerchiamo Addetta alle Vendite e Gestione Tour per la sede di Sant'Agnello

richiesta ottima conoscenza lingua inglese

invia il tuo curriculum



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*



La PIZZA e' una cosa SERIA

Sapori 100%
italiani DOP

Fior d'Agerola
Azienda Casearia



**PIATTI PRONTI
DA ASPORTO**



**SELEZIONE
DI CARNI**



ROSTICCERIA



BUFFET PER FESTE



**Consegne a Domicilio
espresso**



segui su



Via Cavone, 27 - **Piano di Sorrento (Na)**
Tel. 081 534 10 54 - 081 878 60 28 - 081 808 68 25

Vico Mortora, 81 - **Piano di Sorrento (Na)**

Tel. 081 808 76 96

Premota anche su whatsapp Cell. 331 41 14 799

Vetrina Annunci

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

Si offre stipendio regolare + vitto ed alloggio E' gradita ma non indispensabile, la conoscenza lingua straniera: tedesco, inglese, francese le più richieste. ecco i principali ruoli ricercati: capo villaggio capo animatori, pianobar, DJ, istruttori sportivi di differenti discipline animatori, educatori, ass.infanzia per baby e Mini club (animazione con bambini) animatori di Contatto (polivalenti) fonici (tecnico suono/luci) costumiste ballerine/i anche di balli latinoamericani, balli caribici e brasiliani, Hostess per assistenza e accoglienza clientela con conoscenza lingue, Istr.Balli latino-americani, balli di gruppo. fotografi da villaggi con attrezzatura propria **IMPORTANTE:** occorre indicare il ruolo per il quale vi candidate e il periodo di disponibilità lavorativa. Mandaci il cv per ricevere contatti di lavoro,

E-mail: info@animandia.it

Offerta di Lavoro Venditore/Promoter per il Piemonte

Azienda in forte crescita nella pubblicità a livello imprenditoriale e organizzativo online, cerca venditore/promoter in tutto il Piemonte. Ricercare nuovi clienti sarà la principale attività da svolgere. Il candidato deve avere spiccate doti relazionali, di comunicazio-

ne e di negoziazione e dev'essere automunito. Sarà inoltre cura dell'azienda fornire formazione e affiancamento. Possibilità di alti guadagni e crescita professionale.

E-mail: ggennaro8@gmail.com

Ragazza cerca lavoro

Cerco lavoro come baby sitter collaboratrice domestica massima serietà ed esperienza part o full time per info contattatemi.

Prezzo: 5,00 €

Tel: 3382452021

Traduzioni - Inglese e Tedesca

STUDENTESSA di lingua inglese e tedesca, offro servizio di traduzione e revisione di testi per studenti, lavoratori, articoli e pubblicazioni. Studentessa di Mediazione Linguistica e Comunicazione Inter-culturale presso l'Università degli Studi G.d'Annunzio Chieti-Pescara. Livello attestato della lingua inglese B1 (livello intermedio). Massima disponibilità, buona propensione alla leadership e affermate capacità comunicative e relazionali.

E-mail: jessicatrivilino@libero.it

Offerta di Lavoro Venditore/Promoter per il Piemonte

Local Maps leader nel SEO Local e Startup in forte crescita nell'advertising online, ricerca venditore/

promoter per una nuova opportunità lavorativa. Possibilità di guadagno annuo oltre 30/40 mila euro. Possibilità di alti guadagni e crescita professionale. Per maggiori dettagli <https://localmaps.it/mappers.html>

E-mail: ggennaro8@gmail.com

Cerco lavoro

Cerco lavoro pulizie appartamenti, uffici, negozi, massima serietà.

Tel: 3420747435

Cerco lavoro

Signora di Sorrento ma residente a Pompei, cerca lavoro, avendo già in precedenza esperienza in ristoranti e in B&B, per pulizie stanze e cucina, disponibilità dalle 8:30 alle 14:30.

Tel: 3343650510

Cerchi Lavoro?

OFFERTA DI LAVORO - GRUPPO 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 - S'agnello 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. CHI E IN-

CAPBROS
- GRAFICA E PUBBLICITÀ -

CORSO ITALIA 312 • SORRENTO (NA) • TEL. 081 1887 2522

+39 339 17 58 511 +39 333 74 17 539



GRAFICA



STAMPA



PUBBLICITÀ



WEB

Vetrina Annunci

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

TERESSATO ALLA PROFESSIONE DI CONSULENTE IMMOBILIARE, PUO' CHIAMARE O MANDARE UNA E-MAIL AI CONTATTI INDICATI IN BASSO E FISSARE UN COLLOQUIO DI LAVORO. I candidati che cerchiamo, 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 UN RIMBORSO SPESE MENSILE DI 700,00 € OLTRE AD UNA RETRIBUZIONE PROVVISORIALE PER LA POSIZIONE DI CONSULENTE IMMOBILIARE, FORMAZIONE TECNICA ISTITUZIONALE E POSSIBILITA' DI CRESCITA ALL'INTERNO DEL GRUPPO.**

Tel: **081.807.43.81**

E-mail: **nahq9@tecnocasa.it**

Cerco lavoro

Cerco lavoro come: aiuto cuoco, lavapiatti, pulizie case e uffici, baby-sitter. Zona da Sorrento a C/ Mare.

Tel: **3664917426**

Cerco lavoro

Ragioniere 55enne, con esperienza pluriennale in contabilità generale, gestione magazzino, pratico computer, cerca lavoro a Scafati (SA) o zone limitrofe.

Tel: **339/3586823**

Cerco lavoro

Restauro con metodi antichi il legno (mobili, oggetti, infissi e portoni); faccio dorature, decori e uso anche tecniche shabby chic per cambiare e rinnovare mobili in disuso dando loro nuova bellezza e dignità. Uso anti tarlo non invasivo e non nocivo per esseri umani ed animali. Molteplici sono state le mie collaborazioni per privati, strutture alberghiere, enti e luoghi religiosi. Preventivi gratuiti e prezzi concorrenziali. Professionalità trentennale. Vico Equense.

Tel: **3338612028**

Tel: **3338612028**



Stampante

Vendo stampante hp 2540.

Prezzo: **25,00 €**

Tel: **3384988774**



Vendo macchina per il pane

Vendo splendida macchina per il pane Girmy, usata pochissimo. Vendo causa inutilizzo per mancanza di tempo. Prezzo interessante.

Tel: **3478366479**

Vendo bloccasterzo

Vendo bloccasterzo per auto.

Tel: **3396827218**

Vendo rete da pesca

Vendo rete da pesca "sciabica" 100 metri circa.

Tel: **3396827218**

Vendo contenitori in acciaio

Vendo 2 contenitori in acciaio per vino, da 300 e 150 litri + damigiana da 50 litri.

Tel: **3396827218**

MONETE LIRE

VENDO monete di vecchie Lire a collezionisti. Il valore numismatico aggiornato è 20 Lire vale 30€; 50 Lire vale 152€; 500 Lire vale 50€; 5 Lire vale 5000€; 10 Lire vale 30€. Io

chiedo 15€ cadauna. Per maggiori informazioni chiamare.

Prezzo: **15,00 €**

Tel: **3318596806**

Vendo bicicletta

Vendo bicicletta da corsa d'epoca marca "Marzano".

Tel: **3396827218**

Abito da sposa atelier emé

Vendo meraviglioso abito di atelier emé acquistato il 9/09/2018 in ottime condizioni: taglia 42 (non sono state effettuate nessun tipo di modifiche) tessuto in pizzo e tulle con il corpetto a stecche, scollatura a cuore. Per info contattatemi.

Prezzo: **500,00 €**

Tel: **3409141955**

Vendo cucina in legno.

Cucina in vero legno. 2 lavelli, con forno e mobile frigo (che non si vede nelle foto) ma senza frigo, condizioni perfette, 3,5 metri lineari. Cappa blocco unico di legno.

Prezzo: **500,00 €**

Tel: **3475173522**

Cerco vecchio macinino da caffè

Cerco vecchio macinino da caffè da bar anni 50 tutto in acciaio, con sopra la campana di vetro di qualsiasi marca, anche non funzionante.

Tel: **3474679291**

Cerco vecchia affettatrice

Cerco vecchia affettatrice a volano, rossa, di marca Berkel, anche ferma da tanti anni, solamente da privato.

Tel: **3474679291**

Cerco vecchi giocattoli

Cerco vecchi giocattoli rimasti invenduti nelle botteghe anni 70

CAMPAGNA TESSERAMENTO 2019

DACCI UNA ...
ZAMPA!



DELEGAZIONE
PENISOLA SORRENTINA

Tel. 333 766 7752



Grazie al tuo contributo
potremmo occuparci di
cani e gatti senza famiglia!

EDUARDO DE CRESCENZO IN CONCERTO

TEATRO TOUR

2018 >> 2019

Essence Jazz



SCABAR

www.eduardodecrescenzo.it

maria pia de vito VOCE
enzo pietropaoli CONTRABBASSO
julian mazzariello PIANOFORTE
susanna krasznai VIOLONCELLO
marcello di leonardo BATTERIA
daniele scannapieco SASSOFONO
eduardo de crescenzo VOCE E FISARMONICA

Venerdì 1 marzo ore 21:00

Via delle rose 35 - Piano di Sorrento

Tel. 081 878 61 65

www.teatrodellerose.com

C I N E M A
TEATRO
delle Rose

Vetrina Annunci

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

come fondi di magazzino, tipo robot con batterie, macchinette in scatola, navicelle spaziali, Big Jim, Trasformer, trattori, ruspe, aerei, navi ecc. possibilmente con scatole originali anche se rovinate.

Tel: 3474679291

Cerco vecchi manifesti pubblicitari

Cerco vecchi manifesti pubblicitari grandi, anni 30, di cinema, manifestazioni navali, Dolomiti, Val Gardena, Ortisei, Merano, Alberghi di Bolzano ecc.

Tel: 3474679291

Basi Karaoke

Basi Karaoke Per cantanti/musici, oltre 140 Mila Basi aggiornatissime, tutti i generi per Computer o Tastiere.

Prezzo: 60,00 €

Tel: 3407365074

E-mail: passion07@alice.it

Lampadario in murano

Lampadario in murano composto da tre gocce separate dal diametro di circa 30 cm e altezza di 30cm, 40cm, 50cm.

Prezzo: 100,00 €

Tel: +393392213990

Deumidificatore

Deumidificatore in ottime condizioni.

Prezzo: 40,00 €

Tel: +393392213990

Pozzetto congelatore

Pozzetto congelatore perfettamente funzionante.

Prezzo: 40,00 €

Tel: +393392213990

Tapis roulant PRO-FORM

Tapis roulant in perfette condizioni

prezzo di acquisto 500.00€ vendo a meno.

Prezzo: 200,00 €

Tel: 3392213990

Vendo culle da campeggio

Vendo culle da campeggio usata pochissimo, con doppio materasso, complete di custodia.

Prezzo: 35,00 €

Tel: 3397892721

Vendo passeggino gemellare

Vendo passeggino gemellare ABC zoom composto da due carrozine, due seggiolini con apertura gambe più plastica per pioggia.

Prezzo: 250,00 €

Tel: 3397892721

"NOOTJES" – JetNut 744

Proponiamo la fornitura dal produttore di prodotti dolciari per la cottura industriale di preparati per i biscotti "NOCI": JetNut 744. Il biscotto NOCI è un tipo di biscotto molto noto nei paesi della ex URSS e dell'ex blocco sovietico. L'offerta di tale produzione in Italia è praticamente assente, mentre la domanda dei dolci Noci esiste. La nostra macchina automatica per la cottura di preparati per i biscotti Noci con ripieno di latte condensato o di qualsiasi altra crema può coprire le richieste di qualsiasi mercato, anche dei più ampi. La produttività del macchinario per la cottura di preparati è di 40kg all'ora. Nel nostro macchinario si possono anche installare le formine per la cottura di volauvent e la produzione di questi alimenti famosi in tutto il mondo. La produttività del macchinario per la preparazione di volauvent è di 50 kg all'ora. Il principio di funzionamento è ba-

sato sull'imitazione della cottura manuale di biscotti analoghi con macchinari dedicati manuali. Proprio questo approccio fornisce un risultato migliore, dal punto di vista delle qualità gustative, dell'aspetto costante, della cottura e delle spese energetiche. Questo macchinario non ha limitazioni relative alla grassezza della margarina.

Prezzo: 21.500,00 €

E-mail: jetnut744@gmail.com

Vendo bracciale

Vendo, causa inutilizzo, bracciale acciaio uomo, ottimo regalo.

Prezzo: 5,00 €

Tel: 3398783084

Vendesi monopattino elettrico

Vendesi monopattino elettrico pieghevole nuovo con sellino. Prezzo trattabile

Prezzo: 70,00 €

Tel: 3895827587

Giradischi Sony + Collezione Vinili

Giradischi + Amplificatore + 2 cassette, tutto marca Sony, + lettore CD/DVD + collezione 100 Vinili di musica classica in perfette condizioni + vari vinili 33 e 45 giri. vendo tutto a 200 euro. Tutto visionabile a Meta senza impegno.

Prezzo: 200,00 €

Tel: 3495838213

CARCIOFO BIANCO di Pertosa fresco

Carciofo Bianco di Pertosa fresco vendesi. Coltivato in modo naturale senza l'uso di pesticidi per ottenere un prodotto d'eccellenza. Questa antica varietà di carciofo è la preferita dagli Chef per il suo gusto dolce e delicato oltre che per la tenerezza. E' una varietà grande e

Vetrina Annunci

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

senza spine, verde tenue all'interno tende verso il bianco argenteo. Guardate su internet (Youtube) i filmati e le autorevoli descrizioni su questa straordinaria varietà di carciofo e vi rendete conto di ciò che affermo. Volendo posso consegnarlo anche a domicilio. Per gli appassionati dell'orto fai da te fornisco anche le piantine di questa specifica varietà di carciofo.

Tel: 3271056152

Test ammissione medicina-professioni sanitarie

Vendo libri per preparazione ai Test di ammissione alle facoltà medicina -odontoiatria- veterinaria-professioni sanitarie. Come nuovi. Prezzo 50% del nuovo.

Prezzo: 50,00 €

Tel: 3337151576

E-mail: danielariemma@virgilio.it

Patate antichissime a buccia nera e polpa viola

Patate antichissime a buccia nera e polpa viola (Vitelotte Noire) contadino vende. E' una patata semi-selvatica, cresce spontanea sulle montagne Andine del Perù, conosciuta come patata salva-salute per via dello straordinario contenuto di antociani e precisamente la petunidine come il mirtillo, molecole antiossidanti che svolgono un ruolo protettivo per l'organismo umano proteggendoci da malattie degenerative e cardiovascolari. E' una patata di forma bitorzoluta di piccola taglia, molto soda adatta per purè, gnocchi, ad insalata e per cottura sotto la cenere di grande sapore. Per chi la vuole coltivare è molto rustica e molto resistente alla siccità. E' molto usata nell'Alta cucina dai grandi Chef, per la crea-

zione di piatti dall'effetto cromatico spettacolare. Può essere considerata a tutti gli effetti un alimento nutraceutico, tanto che è molto consumata da chi fa diete salutistiche. Per maggiori informazioni non esitate a contattarmi.

Tel: 3271056152

Distributore automatico di snack e bevande

Piano di Sorrento disponibile distributore automatico snack e bevande, con lettore per vendita alcolici e gettoniera resto, prezzo affare no perditempo, per info contattare per mail

Prezzo: 1.500,00 €

E-mail: colo.rus@hotmail.com

Vendo vetrina in stile inglese

Vendo vetrina in stile inglese, 4 ante, mogano scuro lucido, ottima qualità e in ottime condizioni, larghezza m.2.25. Visionabile a Meta senza impegno.

Prezzo: 700,00 €

Tel: 3495838213

Vendo doppio letto

Vendo doppio letto per camera per ragazzi, con secondo letto estraibile, grande scrittoio estraibile e due cassettoni. Due reti ortopediche a doghe, due materassi ortopedici. Colore bianco e blu. Il tutto è in ottime condizioni, come nuovo e di ottima qualità. Visionabile a Meta senza impegno.

Prezzo: 350,00 €

Tel: 3495838213

" LA CORSA" - disegno originale dell' artista toscano ANDREA TONFANI

VENDO mio disegno originale su cartoncino datato 2017, realizzato

a tratti di inchiostro cm 34,5 x 33, autenticato ed in perfetto stato.

Prezzo: 48,00 €

Tel: 3398630361

Vendesi quadri d'autore

Vendesi quadri d'autore: Giuseppe Di Lieto, Domenico Fiorentino, Filosa, Asturi, Bettarini. Diverse misure e prezzi da concordare. Visibili in Sorrento.

Tel: 3296799829

Lampadario

Lampadario slamp clizia blu diametro 45 cm vendo causa trasloco

Prezzo: 80,00 €

E-mail: angela.astarita@libero.it

Lampadario La Murrina - Vetro di Murano, 5 luci

Lampadario La Murrina - Vetro di Murano, 5 luci, bianco - oro. Altezza lampadario: 57 cm. Altezza foglia: 30 cm; diametro foglia nel punto più ampio: 23 cm. Condizioni ottime. Su ogni foglia è riportata la scritta 'La Murrina'.

Prezzo: 520,00 €

Tel: 3922192279

Divano 2posti in pelle azzurra

Vendo divano 2posti in pelle azzurra come nuovo

Prezzo: 500,00 €

Tel: 3339608031

E-mail: saragrell@gmail.com

Tavolo intarsiato allungabile con 6 sedie

Tavolo intarsiato allungabile con disegno centrale + 6 sedie. Caratteristiche del tavolo: Lunghezza: 1,70 metri Lunghezza con estensione: 2,10 metri Larghezza: 0,90 metri Altezza: 0,78 metri Condizioni del tavolo ottime. Le sedie sono

Vetrina Annunci

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

integre, devono essere pulite. Ritiro a domicilio. No perditempo.

Prezzo: 355,00 €

Tel: 3922192279

E-mail: natyjs@libero.it

Cornice con vetro

Bellissima cornice con vetro e cartoncino, vendesi. Dimensioni: altezza 74 cm; lunghezza 108 cm. Condizioni ottime.

Prezzo: 35,00 €

Tel: 3922192279

La Biblioteca di Repubblica, 28 volumi

28 volumi (da 1 a 28) de La Biblioteca di Repubblica. Così composta: volumi da 1 a 20 Enciclopedia; volumi da 21 a 24 Dizionario d'Italiano; volumi 25 e 26 Atlante Geografico; volumi 27 e 28 Dizionario Medico Come nuova. UTET, anno 2003. Sempre tenuta in libreria e mai usata. Prezzo di copertina di ogni volume singolo 12,90 euro + il prezzo del quotidiano. Ogni volume ha circa 800 pagine.

Prezzo: 65,00 €

Tel: 3922192279

Vendo carillon culla

Carillon rosa per culla, con proiettore, melodie e luce notturna, dotato di Telecomando Bluetooth

Prezzo: 30,00 €

Tel: 3662093706

E-mail: liaesara@libero.it

Tavolino in legno su ruote, con cassetto e due ripiani

Bel tavolino in legno su ruote, con cassetto portaoggetti e due ripiani. Completamente smontabile. Dimensioni: Altezza 77 cm; lunghezza: 77 cm; profondità: 40 cm. Condizioni ottime.

Prezzo: 35,00 €

Tel: 3922192279

Cristalliera - credenza anni '50 - '60

Bellissima cristalliera - credenza anni '50 - '60. Cristalliera a 4 ante. Credenza a 5 ante. Misure: lunghezza 225 cm; altezza 205 cm; profondità 48 cm. Ritiro a domicilio. No perditempo.

Prezzo: 145,00 €

Tel: 3922192279

E-mail: natyjs@libero.it

Vendo aspirapolvere

Vendo, per € 50,00, modello recente di aspirapolvere Rowenta, mai usato. Tel.: 3397909288

Prezzo: 50,00 €

E-mail: ga.ba@live.it

Tavolo allungabile 90x90/180

Vendo tavolo allungabile 90x90/180 struttura in metallo satinato piano in cristallo

Prezzo: 250,00 €

Tel: 3339608031

Lampadario

Vendo lampadario con Orchidea di plastica bianca diametro 45cm. Comprato a 30€ su Amazon.

Prezzo: 15,00 €

E-mail: angela.astarita@libero.it

Vendo tavolo da disegno

Vendo Tavolo da Disegno Zugar 80x140 completo di accessori

Prezzo: 100,00 €

Tel: 3395661756

Vendo cappa da cucina

Vendo cappa da cucina ottimo stato, prezzo trattabile.

Prezzo: 80,00 €

Tel: 081 8771122/ 3339694404

LEGGIMI^{Gratis}.it

anno 16 - numero 2

In Copertina: **Carly Austin e**

Valentino Durastanti

Campione Europeo Power Lifting 2017

Bronzo di Specialità Europeo Power Lifting 2018

Campione Italiano Power Lifting 2017, 2018

Foto a cura di: **Mariano Russo**

Location: **Body Store - Sorrento**

Trucco e Parrucco: **Effe Style - 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)

Editore Erminio Ricciardi - Direttore Responsabile Stefania Ricciardi email: stefania@leggimigratis.it

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

Contatto Pubblicitario:

08119171216 - 3803067686

Contatto Annunci Gratuiti:

08119915355 - 3803067686

La partecipazione a Leggimigratis è assolutamente volontaria e gratuita. Per motivi organizzativi, tutto il materiale ricevuto non verrà restituito o rientrerà a far parte dell'archivio della redazione. La scelta di pubblicare o meno il materiale inviato resta ad insindacabile giudizio dell'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 garantirne 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 pubblicati 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 essere considerata responsabile.

LA FIBRA OTTICA È QUI

La **vera fibra ottica** direttamente
a casa tua a partire da **€15 al mese**.

Copertura in **tutta la Penisola Sorrentina**.

Contattaci ora per ulteriori informazioni.

Cercaci su:



www.argosid.it
Piazza della Repubblica 17, 80063 - Piano di Sorrento (NA)

www.argosidnetwork.it



numero verde
800 196 885