

Auguri!



Doppio Natale

Dall'8 Dicembre inizia la consegna dei nostri regali



Murphy's Law

alcuni regali

- 1° iPhone 11 128 gb valore 900 euro
- 2° Dyson Supersonic valore 400

3° Alexa Echo Plus 2a generazione valore 150

4° Buono Amazon valore 100€

5° Assegno da 100€ da spendere ai Murphy's Law

AMERICAN GALLO

piano di sorrento
piazza cota



Reell
PREMIUM CLOTHING SINCE 1987

MARKUP
ITALIAN CLOTHING



DATCH

Levi's

AMERICAN GALLO abbigliamento e accessori uomo
questo natale con ogni acquisto gratta e vinci buoni spesa con il concorso ascom

R&M

IL VERO KEBAB E NON SOLO...



Buone Feste!

vieni a ritirare la tua FIDELITY GARD



Consegna a domicilio

Aperti a pranzo

Chiuso il lunedì

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





ULYSSE
CHRISTMAS

Regala o regalati
L'UNIVERSO
ULYSSE



1 MESE **OPEN FITNESS**
+ 1 Telo / T-Shirt Ulysse

€ 35



1 MESE **ACQUA**
+ Cuffia INFINITY

€ 65



1 MESE **OPEN FITNESS**
1 MESE **ACQUA**
+ 1 Telo / T-Shirt Ulysse

€ 80

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



Tonno & Campari

BY GOCCE

*Il posto giusto
per i tuoi
importanti*

www.tonnoecampari.com



GOCCE
& CAPRI
life style





insto
i momenti
tanti!

Comunioni

Cerimonie

Banchetti

Compleanni

Eventi Privati

Prenota ora

un'esperienza unica



081 8081032

GOCCE DI CAPRI Via delle Tore, 7 - Massa Lubrense (Na)

SPA ULYSSE

A Natale REGALA EMOZIONI

Rituali di Coppia | Pacchetti Benessere | Percorsi SPA
Massaggi | Trattamenti Viso e Corpo | Estetica



Acquista i tuoi regali alla **SPA ULYSSE**
riceverai in **OMAGGIO** un
PERCORSO SPA COMPLETO

e più regali acquisti, più percorsi ti regaliamo!



Per maggiori informazioni
Telefona allo 081.8073581 interno 2
Via del Mare, 22 | www.spaulysse.it

IDEE REGALO NATALE 2019

Idee da € 25,00

- **Percorso SPA Completo:**
Piscina Relax con acqua calda 35°, lettino idromassaggio sommerso e getti d'acqua, Vasca Idromassaggio, Sauna Finlandese, Bagno Turco, Idropercorsi Kneipp, Docce Emozionali aroma/cromo terapeutiche, Grotta del Ghiaccio, Doccia a Secchio, Zona Relax con lettini e servizio di Tisaneria.
In dotazione: accappatoio, ciabattine, shampoo, armadetto personale, asciugacapelli.
- **CND SHELLAC Mani o Piedi** **PROMO**
SPA ULYSSE è "Salone Certificato CND Shellac"
- **"Togheter": insieme per la Manicure** **PROMO**
Seduta di Manicure per 2 persone
- **Trattamento Mani ANTIMACCHIA MAVEX** **PROMO** **NEW**
alle cellule Staminali di Stella Alpina

Idee da € 35,00

- **Relax Viso**
Massaggio al Viso idratante e rilassante (30')
- **CALLUSPEELING Piedi MAVEX** **PROMO**
Trattamento professionale per la bellezza del piede
- **Cera Completa di qualità**
- **Massaggio ai piedi (30')**

Idee da € 100,00

- **PRESSOWellness**
Tessera da 8 sedute di Pressoterapia
- **Salute dalla SPA:**
Abbonamento da 6 Percorsi SPA Completi (dal lunedì al venerdì)
- **Mani sempre perfette** **PROMO**
Tessera da 5 CND Shellac Manicure

Idee regalo per la COPPIA

- | | | |
|---|-------------------|----------|
| • Percorso Spa Completo per Due
Tutte le emozioni da condividere con chi vuoi tu (min.2h) | (per due persone) | € 50,00 |
| • Benessere Mediterraneo di Coppia PROMO
1 Massaggio di Coppia all'Olio di Oliva (30')
1 Percorso SPA di Coppia (min. 2 ore) | (per due persone) | € 100,00 |
| • Rituale ai Piedi di Coppia PROMO NEW
Seduta di Pedicure per due con Massaggio Plantare e Tisana | (per due persone) | € 100,00 |
| • Relax Day di Coppia
Massaggio Rilassante di Coppia e Percorso SPA completo (3h) | (per due persone) | € 130,00 |
| • Serenity Day di Coppia
Delizioso Pediluvio aromatico, Massaggio Rilassante, Cocktail alla frutta, Percorso SPA Completo (4h) | (per due persone) | € 150,00 |
| • Rituale Goloso di Coppia al CIOCCOLATO
Fonduta di Coppia al Cioccolato e Tisana aromatica,
Massaggio di Coppia con olio al Cioccolato, Percorso SPA Completo (4h) | (per due persone) | € 180,00 |
| • Benessere "diVINO" per la Coppia
Massaggio rilassante e Trattamento Corpo ai VINI DOC,
Degustazione Vino, Percorso SPA Completo (4h) | (per due persone) | € 190,00 |
| • Mamma e figlia insieme alla SPA
Trattamenti Viso o Massaggi, Manicure, Pedicure, Percorso SPA Completo | (per due persone) | € 190,00 |
| • La Magia delle Spezie
Rituale di coppia: Pediluvio alle spezie, Peeling alle spezie, Impacco Corpo alle spezie, Spiced Candle
Massage di Coppia, infusi e tisane speziate, Percorso SPA di Coppia (3.5h) | (per due persone) | € 190,00 |

Idee da € 45,00

- **Massaggio Aromaterapico Corpo completo (45')** **PROMO**
- **CALLUSPEELING Piedi MAVEX** **PROMO** **NEW**
& **CND Vinylux** **PROMO** **NEW**
Trattamento professionale per la bellezza del piede & Manicure con smalto CND Vinylux
- **Anti Age Mani & CND Vinylux** **PROMO** **NEW**
Trattamento Mani ANTIMACCHIA alle cellule Staminali di Stella Alpina & Pedicure con smalto CND Vinylux
- **Peeling**
Trattamento esfoliante corpo (45')

Idee da € 50,00

- **Massaggio Californiano**
Massaggio Corpo avvolgente con oli caldi (45')
- **BioReset VISO**
Pulizia profonda e ossigenazione cellulare con burro di Karité e Olio di Squalano
- **Massaggio al Cioccolato**
Massaggio completo Corpo con olio al cioccolato (45')

Idee da € 65,00

- **Relax Day:**
Rituale Relax con Massaggio Antistress e Percorso SPA (3 h.)
- **Pulizia del Viso & Trattamento Mani Antimacchia** **PROMO** **MAVEX** **PROMO**
- **HOT KARITÉ SPA** **PROMO**
Rituale Relax con Massaggio al burro caldo di Karité Bio e Stone Therapy (1 h.)
- **Viso Prima Luce** **BIOLINE** **PROMO**
Trattamento e Peeling Viso esfoliante, rinnovante, illuminante



Il 4 Dicembre
VIA ANIELLO BAL
SANT'AGN

La spesa. Tranquilli

**Buone
Feste**



ore 9.00
SAMO, 8/10
IELLO

Il parcheggio è gratuito



sole365.it

Follow us



URLO



UOMO

C.SO ITALIA, 118 - PIANO DI SORRENTO

M Christi

URLO



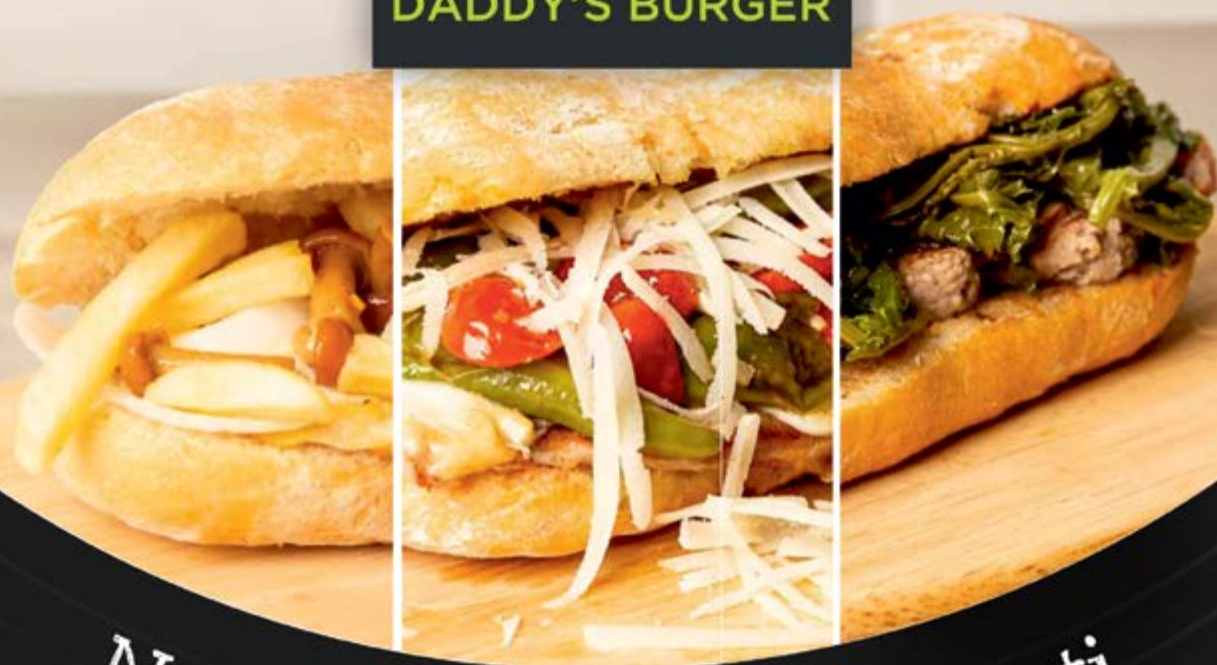
donna

C.SO ITALIA, 263 - PIANO DI SORRENTO

erry
tmas!



DADDY'S BURGER





Ne abbiamo per tutti i gusti

SOLO ordinando
sulla nostra App
consegniamo
direttamente a casa tua!



Via Francesco Ciampa, 3
Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081 1813 8575

Seguici sui nostri gustosissimi canali social  

AUGURI DI BUONE FESTE DALLO STAFF



Sai perché?

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



Perché
i mattoncini
Lego
si chiamano così?

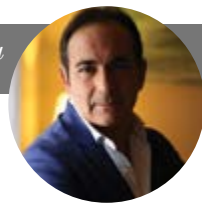
Un prodotto eccellente è sostenuto dal nome giusto: semplice ed efficace, LEGO un bisillabo facile da memorizzare e da pronunciare anche per i più piccoli. Inventore del gioco Lego è Ole Kirk Christiansen, un umile falegname di Billbund in Danimarca che nel 1929 cercando un sistema per abbassare i costi di produzione, ebbe l'idea di fabbricare i suoi prodotti riducendone le dimensioni. Nel 1932 infatti, oltre ad attrezzi e arredi, Christiansen inizia a ideare giocattoli. Inizialmente chiamati Automatic Binding Bricks, nel 1934 Christiansen conia per i suoi giocattoli il nome LEGO la contrazione dell'espressione "leg godt" che significa "gioca bene". Per quanto riguarda l'italiano, il nome LEGO è il perfetto corrispettivo di quello che si fa mentre si lavora a una costruzione con i mattoncini: si legano uno all'altro. Qualche curiosità: più di 60 il numero di differenti colori usati nella produzione di mattoncini, i mattoncini prodotti dal 1958 sono perfettamente compatibili con quelli di oggi, 6 mattoncini LEGO "2x4" possono essere combinati in più di 915 milioni di modi possibili.

Perché
al cinema si
mangiano
i popcorn?

Quest'abitudine nata nelle sale cinematografiche degli Stati Uniti durante la crisi economica degli anni '30 fu pensata per combattere il drammatico calo degli spettatori, ai quali veniva offerto insieme alla visione del film anche uno snack a buon mercato da consumare all'interno della sala. L'idea si rivelò vincente perché gli introiti permisero di salvare l'intero settore in quanto il mais costava pochissimo, si conservava a lungo senza problemi e garantivano un alto margine di guadagno. La vendita di popcorn si diffuse poi anche in Europa dove l'usanza di gustarli durante la visione di un film al cinema è ancora molto seguita.

Perché
il cattivo esempio
è più forte
del buono?

Una ricerca dell'Università del Missouri ha preso in esame la natura delle amicizie di mamme con figli adolescenti di età compresa tra i 10 e i 17 anni. Mamme e figli hanno risposto a diversi questionari sulla qualità delle loro relazioni più importanti. E' emerso che se la mamma si irritava spesso e aveva la tendenza a litigare, anche i figli si comportavano in modo simile con i coetanei. Mostrare conflittualità con gli amici trasmette ai figli il messaggio che si tratti di un comportamento accettabile e normale. Se invece la mamma ha rapporti sereni non è automatico che il figlio ne imiti il comportamento perché secondo gli studiosi restano più impressi i picchi di aggressività che una costante armonia.



Gina Lollobrigida Storia di una Diva

Carissimi lettori, oggi voglio regalarvi in pillole qualche curiosità su un'icona italiana del cinema e dell'arte, una personalità poliedrica ed eclettica: Gina Lollobrigida.

Luigia Lollobrigida nasce a Subiaco, in provincia di Roma nel 1927. Il padre Giovanni era un produttore di mobili caduto in disgrazia a causa di un bombardamento americano.

La sua passione per l'arte si manifesta fin dagli esordi, infatti si iscrive all'Accademia di Belle Arti a Roma e per aiutare economicamente la famiglia in miseria, comincia addirittura a vendere caricature disegnate a mano.

Presto però arriva la svolta: nel 1947 convinta da un amico, partecipa a Miss Roma ed arriva seconda, garantendosi così la partecipazione diretta alle finali di Miss Italia dove ottiene il terzo posto. Da quel momento Gina si lancia nel mondo della recitazione e dopo gli anni Cinquanta giunge a Hollywood, diventando protagonista di tantissime produzioni. Il 2 febbraio del 2018, le verrà dedicata una stella sulla celebre Hollywood Walk of Fame, divenendo così la quattordicesima personalità italiana a ricevere tale prestigioso riconoscimento.

Prima vincitrice in assoluto del David di Donatello nel 1956, riceve un premio esclusivo in occasione dei 50 anni dal primo David vinto.

La vita sentimentale di Gina è tormentata: nel 1949 sposa il medico Milko Skofic dal quale avrà un figlio, Andrea, col quale non rimane in buoni rapporti: nel 2013 per la prima volta infatti questi chiede al Tribunale che venga nominato un amministratore di sostegno per la madre e nel 2014 il procedimento si conclude con la vittoria di Gina.

A seguito del divorzio col primo marito l'attrice decide di ritirarsi dal mondo dello spettacolo per dedicarsi al giornalismo, alla fotografia e all'arte. Nonostante questa scelta l'artista appare in altre produzioni come la serie americana "Falcon Crest" che le vale la nomination al Golden Globe per miglior attrice non protagonista in una serie.



**“DEVI
PARTIRE?”**

Da Work Line Sorrento
la miglior Qualità
anche per le
divise da Marina

www.worklinesorrento.com

Via degli Aranci, 164/E - SORRENTO (NA)
Tel.: 081 807 4440
e-mail: worklinesorrento@alice.it



Abbigliamento da lavoro Work Line Sorrento



Vendita all'ingrosso e al dettaglio
di vini tipici campani

Etichette personalizzate
per locali ed eventi

Confezioni regalo



Via Metrano, 2
Monticchio di Massa Lubrense (Na)
Giovanni 3338412686
Giuseppe 3382677801
CONSEGNE A DOMICILIO

Nel 2003 Gina torna a far parlare di se rivelando l'intenzione di sposare Javier Rigau, un imprenditore spagnolo più giovane di lei di 34 anni, ma col quale era già fidanzata in segreto.

Il matrimonio, però, non si celebrerà: l'uomo decide infatti di rompere con lei mediante il suo avvocato. Ha avuto numerose storie d'amore con uomini famosissimi: tra loro Frank Sinatra, Yul Brinner.

Nel 2018 l'attrice ha rivelato che, a 18 anni, sarebbe stata **vittima di uno stupro da parte di un famoso calciatore della Lazio** ed ha rivelato anche di essere stata in più occasioni vittima di molestie da parte di alcuni uomini famosi del mondo dello spettacolo, ma di essersi sempre difesa. Sembra che Marilyn Monroe fosse intimorita dalla Lollobrigida, tanto da dirle «mi chiamano la Lollobrigida americana».

Nel corso della loro lunga carriera, **Sophia Loren e Gina Lollobrigida sono state spesso messe in competizione dai media**. Un odi et amo tra le due Dive spesso espresso con frecciate e commenti, per il godimento delle testate giornalistiche: «Tra di noi non c'è nessuna rivalità, la numero uno sono io. A differenza sua, io ho conquistato il successo completamente da sola, senza un produttore alle spalle», ha affermato una volta la Lollobrigida riferen-

dosi a Carlo Ponti, il marito di Sofia Loren che ha investito moltissimo su di lei agli esordi.

La Lollo ha sempre affermato di essere diventata un'attrice per sbaglio, perché avrebbe in realtà desiderato esplorare e dedicarsi alle arti figurative, ma «il cinema è un'arte più immediata, ti fa avere successo subito. Per le sculture e i dipinti diventi famosa dopo 500 anni». Nel 1992 una sua scultura (un bambino che cavalca un'aquila) dal titolo "Vivere insieme" ha rappresentato l'Italia all'Expo di Siviglia. Dal Presidente Mitterand è stata insignita della Legion d'onore della Repubblica Francese per il complesso delle sue doti artistiche. In Italia è Accademica Onoraria dell'antica 'Accademia delle Arti del disegno' di Firenze.

Molto impegnata anche nel sociale per l'UNICEF, l'UNESCO, la Lollo è anche Ambasciatrice della Fao.

Dal 2007 è cittadina onoraria di Pietrasanta, dove ha organizzato la sua prima mostra di scultura. Una vita intensa che ho voluto condividere con Voi! A presto a tutti!

Pietro Aiello Cilento D'Altavilla
è su  **seguici**
www.pietroaiello.com



D & G **VILLANI**
PARRUCCHIERI

Augura Buone Feste

oraio continuato
Corso Italia 130 - **META** Tel. 081 4242734

  Villani Parucchieri



LA SOMMINISTRAZIONE DI *farmaci a scuola*

La somministrazione di farmaci in orario scolastico si rende necessaria per alunni affetti da condizioni patologiche per le quali è indispensabile assumere la terapia durante le ore di frequenza scolastica. E' giusto che venga garantita la somministrazione di farmaci a questi studenti per consentire loro la continuità scolastica e il diritto allo studio (altrimenti dovrebbero restare a casa per assumere i farmaci a quell'orario) e per tutelarne la salute in caso di emergenza clinica.

La somministrazione di farmaci a scuola è disciplinata dalla Circolare MIUR del 25/11/2005 (Rif. Ministero della Pubblica Istruzione prot. 2312 del 2005) che produce delle Raccomandazioni contenenti le "Linee Guida per la definizione degli interventi finalizzati all'assistenza di studenti che necessitano di somministrazione di farmaci in orario scolastico". Tali Raccomandazioni, emanate congiuntamente dal MIUR e dal Ministero della Salute, sono ad oggi l'unico documento che tratta l'argomento.

La somministrazione può avvenire solo dietro richiesta formale (scritta) avanzata dai genitori dell'alunno e corredata da apposita certificazione medica attestante lo stato di malattia dell'allievo con la prescrizione specifica dei farmaci da assumere (conservazione, modalità e tempi di somministrazione, posologia).

Il dirigente scolastico, ricevuta la richiesta da parte dei genitori, non può rifiutarla, e deve attivarsi affinché la stessa venga soddisfatta, per cui: individua il luogo idoneo



KinderLand

Auguri di Buone Feste

Corso Italia, 279 - Piano di Sorrento (Na)

Tel. 081 235 81 73

segui su 

DO. FRA. COSTRUZIONI S.R.L.

Elardino Pasquale e Bocca Fortuna



CHIAMA

ENTRO IL 31 DICEMBRE 2019

E RISPARMIA
SUI TUOI LAVORI

Buone Feste!

20%

NOLEGGIO
PIATTAFORMA AEREA
RAGNO CINGOLATO

SU TUTTI I TIPI DI LAVORO
DAL NOLEGGIO A
RISTRUTTURAZIONI
*CON ACCONTO



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

segui su



per la conservazione e somministrazione dei farmaci; autorizza, qualora richiesto, i genitori dell'alunno ad accedere ai locali scolastici durante le ore di lezione per la somministrazione dei farmaci; verifica la disponibilità del personale docente e ATA a somministrare i farmaci all'alunno, qualora abbiano il requisito di aver seguito corsi per Addetti al Primo soccorso o altri corsi di formazione organizzati dalle Aziende Sanitarie competenti (che possono essere promossi dalla Scuola stessa).

Al personale scolastico la possibilità di somministrare i farmaci va proposta ma non può essere imposta. Il dirigente scolastico, qualora non vi sia disponibilità del personale, può stipulare accordi e convenzioni con altri soggetti istituzionali del territorio (Assessorati per la Salute e per i Servizi Sociali), o, se anche tale soluzione non risulta possibile, con Enti ed Associazioni di volontariato (es. Croce Rossa Italiana, Unità Mobili di Strada).

Se nessuna delle soluzioni sopra indicate fosse possibile, il DS ne dovrà dare comunicazione alla famiglia e al Sindaco del Comune di residenza dell'alunno per cui è stata avanzata la relativa richiesta. La somministrazione di un farmaco può essere erogata da parte di personale adulto non sanitario nei casi in cui essa si configuri come un'attività che non richiede il possesso di cognizioni specialistiche di tipo sanitario, né di discrezionalità in relazione ai tempi, alla posologia e alle modalità di somministrazione e di conservazione del farmaco: deve essere tutto riportato nella certificazione del medico.

Il personale dipendente dall'Istituto scolastico che offre la propria disponibilità alla somministrazione del farmaco è sollevato da qualsiasi responsabilità penale e civile derivante dagli effetti della stessa, se effettuata secondo le modalità previste dal medico. Nei casi di emergenza clinica, che comportano la necessità di somministrazione di farmaci salvavita, la succitata circolare del MIUR del 2005 e la Legge n°104/92 (Legge-quadro sui diritti delle persone con disabilità) precisano che i farmaci di emergenza, come quelli di

fondo, vanno somministrati dal personale addetto al primo soccorso, previa sempre formale richiesta dei genitori all'Istituto scolastico, corredata da certificazione medica. Dunque, per il personale scolastico non addetto al primo soccorso, la mancata somministrazione di farmaci (compresi i farmaci salvavita) non configurerebbe omissione di soccorso.

Difformemente da questo orientamento, l'Inail, sul testo del MIUR intitolato "Gestione del Sistema Sicurezza e cultura della prevenzione nella scuola" del 2013 cita che: "il rifiuto, da parte del personale scolastico, di somministrare farmaci salvavita in situazione di emergenza per paura delle eventuali conseguenze, non trova giustificazione, dal momento che non gli è riconosciuta alcuna responsabilità, se sono state seguite correttamente le indicazioni del medico, mentre potrebbe configurarsi come omissione di soccorso (art. 593 c.p.) la mancata somministrazione, essendo comunque tenuto a garantire la necessaria vigilanza sul suo benessere".

Anche la Cassazione nelle sue sentenze in merito interpreta che, tra gli obblighi assunti dall'istituto scolastico nel vincolo negoziale con i genitori, sia implicito "il fare le loro veci", compreso la tutela della salute, per cui la non somministrazione di un farmaco di emergenza potrebbe configurare il delitto di abbandono di persona minore previsto e punito dall'art. 591 c.p.

Tra le cause più frequenti di necessità di somministrazione di farmaci a scuola, le crisi epilettiche. Circa il 30% delle crisi epilettiche si manifesta in classe. Inoltre, il 40% delle chiamate ai numeri di emergenza 112 e 118 che partono dalle scuole è proprio per casi di crisi epilettica. La terapia anti-epilettica a scuola può essere quella cronica di fondo, per la prevenzione di nuove crisi epilettiche, e quella acuta, per il controllo della singola crisi, se di durata superiore a 4 minuti. Per quanto la crisi possa essere impressionante da vedere, nella maggior parte dei casi recede senza lasciare nessun esito e non rappresenta quasi mai un pericolo per la vita, se

non per il rischio di trauma che il paziente può provocarsi cadendo a terra o urtando. Preventivamente, nel caso di un ragazzo epilettico, è consigliabile abbia qualcuno a fianco che possa proteggerlo in caso di eventuale crisi quando fa le scale o prende l'ascensore o fa sport. Per sedare la crisi, si somministra per via rettale (microclisteri) un ansiolitico a base di una benzodiazepina, che di solito fa rapidamente effetto.

Altra malattia cronica che può richiedere farmaci in orario scolastico è l'asma. Si stima che soffra di asma un bambino su dieci in età scolare. **L'asma è una delle più frequenti cause di assenza dalla scuola.** Poiché un bambino/ragazzo asmatico, come tutti i suoi coetanei, vive un terzo della sua giornata a scuola, è facile che la crisi asmatica si manifesti in orario scolastico. Inoltre, **l'aula può contenere fattori scatenanti l'asma** come allergeni (acari, muffe, pollini provenienti dall'esterno) o inquinanti atmosferici ad azione irritante (detergenti, disinfettanti, profumazioni, materiali usati per la didattica, impianti di riscaldamento, stampanti e fotocopiatrici, attrezzi usati in palestra, materiali di costruzione di muri e mobili, tendaggi, libri, giornali, poster, giocattoli, moquette, tappeti, parati, colle, solventi e adesivi, cappotti, piante, fumo passivo); alcune crisi possono essere scatenate anche dall'esercizio fisico. Il bambino può aver bisogno di usare farmaci antiasmatici di fondo, che vanno presi regolarmente per evitare l'insorgenza dei sintomi asmatici, o all'occorrenza in caso di crisi (broncodilatatori a rapida azione e cortisonici), o pre-mediezioni prima dell'attività fisica (broncodilatatori a rapida azione). In caso di crisi, il docente deve assicurarsi che il bambino assuma il broncodilatatore a rapida azione per via inalatoria immediatamente e correttamente e/o il cortisone per via orale, secondo l'indicazione (scritta) del medico, mantenere la calma e confortare il bambino, invitandolo a respirare lentamente e profondamente, valutando se non migliora di recarlo in ospedale.

Altra malattia cronica dei bambini è il **diabete mellito tipo 1, insulino-dipendente.** Questi alunni potrebbero avere due tipi di

emergenze, una crisi di ipoglicemia o di iperglicemia. La glicemia dovrebbe essere fra 90 e 110 mg/dL prima e lontano dai pasti e tra i 140 e i 180 nelle due ore seguenti ai pasti. Il ragazzo diabetico deve misurare la glicemia prima dei pasti, a orari prefissati fra un pasto e l'altro e quando ha dei sintomi di malessere, per cui **potrebbe aver bisogno di effettuare la misurazione anche nel corso della lezione.**

L'iperglicemia non rappresenta un'emergenza, la si può correggere aumentando la dose di insulina, invece l'ipoglicemia può causare sudorazione, pallore, irritabilità, nervosismo, pianto, confusione, nausea, fame eccessiva, cefalea, difficoltà di concentrazione, mancata coordinazione, stanchezza, tremori, fino alla perdita di coscienza e al coma. Per contrastare l'ipoglicemia l'alunno deve assumere prontamente una dose di zucchero, per questo è importante che abbia sempre a disposizione caramelle zuccherate o zollette di zucchero o bibite zuccherate, come succhi di frutta, coca-cola, aranciata, o una fialetta di Glucosprint. Una volta risolti i sintomi dell'ipoglicemia, per prevenire un nuovo calo di glicemia, il bambino/ragazzo deve mangiare alimenti contenenti carboidrati complessi, quali biscotti, pane, fette biscottate, e dopo circa 15 minuti di benessere può riprendere le normali attività.

Nel caso di grave ipoglicemia, con perdita di coscienza, va iniettato per via intramuscolare un farmaco chiamato glucagone. Attualmente, molti giovani con diabete utilizzano uno strumento chiamato microinfusore o pompa di insulina che infonde l'insulina direttamente sottocute senza le iniezioni. L'alunno diabetico può, anzi deve fare esercizio fisico, ma è necessario che misuri la glicemia prima e dopo l'attività: se la glicemia è bassa o molto alta sarà opportuno non svolgerla. Durante l'esercizio, è comunque opportuno avere a disposizione alimenti contenenti zuccheri semplici, come caramelle zuccherate o del succo di frutta, in caso di ipoglicemia. Se l'alunno non è in grado di misurare da solo la glicemia, decidere la dose e iniettarsi l'insulina, la Scuola non è tenuta a questo servizio, tuttavia la famiglia può chiedere al Dirigente

Dolci Idee Regalo

Confezioni Natalizie

Dolci Tipici



Vieni a provare il nostro PANETTONE

Per tutti i partecipanti

della CACCIA AL TESORO SORRENTO 2019

una dolce colazione scontata



Bar Nuccio
**PASTICCERIA
GELATERIA**

Via Artemano, 3 - Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 808 35 12

Via Corso Italia, 75 - Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 19245996 - Cell. 334 87 69 877

kalamarè

— Ristorante e Sky Bar —

APERTO
TUTTI I
GIORNI



PRENOTA
IL TUO CENONE
DI FINE ANNO
VISTA MARE.



RISTORANTE PANORAMICO
HOTEL KLEIN WIEN

Via Ripa di Cassano, 45
Piano di Sorrento (NA)

PER INFO E PRENOTAZIONI:
Tel: 081 532 1825

scolastico di informarsi se qualcuno – fra il personale docente o tecnico ausiliario – si mette a disposizione, a titolo volontario, dopo aver ricevuto una formazione ad hoc, le istruzioni del caso e – se lo richiede – una lettera di esclusione dalle eventuali responsabilità.

Infine, nel caso di **bambini allergici a rischio di shock anafilattico**, la famiglia deve comunicare formalmente alla Scuola la condizione di rischio del minore, verificando con il Dirigente Scolastico la possibilità di attivare nell'ambito del Piano di Primo Soccorso interno le procedure necessarie in merito alla problematica segnalata, e coordinare col servizio mensa la dieta che deve seguire, nel caso il ragazzo mangi a scuola. La famiglia deve fornire al Dirigente tutta la documentazione medica e l'autorizzazione alla eventuale somministrazione del farmaco salvavita "adrenalina auto-iniettabile" in caso di emergenza anafilassi, compresa una confezione di "adrenalina auto-iniettabile", verificando-

ne periodicamente la validità. Il DS valuta le condizioni per organizzare un piano personalizzato di intervento per la gestione dell'emergenza anafilassi nell'ambito del Piano di Primo Soccorso interno, verifica la disponibilità in forma volontaria tra chi opera nella scuola alla somministrazione dell'adrenalina auto-iniettabile in caso di emergenza, verifica l'idoneità dei locali scolastici per la conservazione dell'adrenalina auto-iniettabile. Indi, dispone l'organizzazione del personale scolastico: ruoli/compiti di ognuno (chi fa che cosa) in caso di emergenza, attua le procedure per la conservazione del farmaco salvavita "adrenalina auto-iniettabile" e le relative procedure di controllo, informa e forma il personale su come riconoscere e trattare le reazioni allergiche, controlla il rispetto delle diete nella ristorazione scolastica.



TramedelBio

**ALIMENTI DA AGRICOLTURA BIOLOGICA
E PRODOTTI NATURALI**

SENZA GLUTINE / VEGANI / VEGETARIANI / PER L'INFANZIA



**SOLO IL MARTEDÌ,
GIOVEDÌ E IL SABATO
DALLE ORE 14:00
ALLE ORE 17:00**

I COMUNI IN CUI
È POSSIBILE EFFETTUARE
LE CONSEGNE SONO:

- VICO EQUENSE
- META DI SORRENTO
- PIANO DI SORRENTO
- SANT'AGNELLO
- SORRENTO
- MASSA LUBRENSE

* Per una spesa minima di € 50,00. Per importi inferiori è previsto un contributo di soli € 5,00 che sarà interamente devoluto a:



Vasta scelta di prodotti per celiaci, rimborsabili.



Quel fastidioso ronzio alle orecchie: *terapia dell'acufene*

Da anni la sintomatologia dell'acufene è oggetto di numerosi studi di specialisti del settore. **L'acufene (o tinnito) è la percezione di un suono che non origina da nessuna fonte sonora esterna.** Il soggetto può percepire un suono simile ad uno scampanello, un ronzio, un rombo o un sibilo. Si è visto che **circa il 10/15% della popolazione mondiale soffre di acufeni** e l'85% è causata da patologie legate all'udito. Gli individui con acufeni significativi lamentano **l'impatto fortemente negativo che questo ha su vari aspetti della loro vita**, quali difficoltà nello stile di vita, la salute e soprattutto l'umore, tanto da richiedere un consulto clinico. Alcuni studi hanno valutato come nello specifico le maggiori difficoltà sono la comprensione del parlato, disordini del sonno, difficoltà nelle relazioni sociali, mal di testa frequenti, depressione e perdita di concentrazione.

La percezione dell'acufene è ritenuta il stretta correlazione con i cambiamenti dell'attività del sistema uditivo centrale che causa così la percezione di questi suoni interni in assenza di stimolazione esterna. Molteplici possono essere le cause di questa sintomatologia: l'esposizione a suoni molto intensi, traumi cranici, uso di farmaci o patologie dell'orecchio. Alcune cause possono essere trattate clinicamente in maniera risolutiva come: tappi di cerume, otite media, disfunzioni dell'articolazione temporo-mandibolare o disfunzioni car-



dott.ssa Tea Maione

TEMACUSTICA



Ascolta la VITA!
Screening audiometrico
GRATUITO
Controlla il tuo udito!

SORRENTO Via degli Aranci 116
Tel. 081.878.45.47



De Gregorio
System s.r.l.

www.degregoriosystem.it

ANCHE TU SEI
ALLE PRESE CON
I NUOVI REGISTRATORI
TELEMATICI?



DE GREGORIO SYSTEM
TI ACCOMPAGNA
NELL'EVOLUZIONE



**I REGISTRATORI TELEMATICI
SOSTITUIRANNO
BEN PRESTO GLI SCONTRINI,
DIVENENDO ENTRO IL
1 GENNAIO 2020 UNA REALTA'
PER TUTTE LE ATTIVITA'
COMMERCIALI**

CONTATTACI



Via Bagnulo 78/82
Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081.8088073, 081.8088972
Fax: 081.8088973
info@degregoriosystem.it

diovascolari.

Gli approcci al trattamento clinico o alla gestione degli acufeni sono vari, dato che i meccanismi fisiologici che lo causano, ad oggi, non sono ancora del tutto noti.

Parlando nello specifico di **acufeni legati ad un abbassamento uditivo, oggi la tecnologia da un supporto fondamentale**. Si è visto già come andando a recuperare la perdita uditiva con apparecchi acustici gli acufeni si riducevano in maniera significativa, ma oggi i moderni apparecchi acustici oltre a riabilitare la riduzione uditiva permettono, grazie ad un programma specifico, di andare ad attuare una terapia di riadattamento all'acufene, che può comportare la **scomparsa totale dell'acufene**. Si tratta di un mascheramento totale tramite l'utilizzo di un suono che impedisce al paziente di percepire l'acufene, il suono utilizza-

to viene calcolato in maniera specifica in base al tono di acufene che presenta il paziente, che viene identificato dall'audioprotesista tramite **un test chiamato acufenometria**. L'efficacia di questo tipo di approccio è stata dimostrata da ricerche scientifiche che hanno dimostrato come il beneficio del mascheramento totale comporti un immediato sollievo al paziente.

Risulta fondamentale in caso di sintomatologia da acufene, rivolgersi immediatamente ad uno specialista per poter svolgere un esame audiometrico ed un acufenometria.

■

Dott.ssa Tea Maione

Via degli Aranci 116 - Sorrento

Tel. 081.878.45.47

OVER TECH

PIAZZA VITTORIO VENETO, 11
META

Tel. 081 808 6597
Cell. 331 251 3693



RIPARAZIONI IN SEDE IN TEMPO REALE

VENDITA E ASSISTENZA TECNICA
DI SMARTPHONE, NUOVI E USATI,
TABLET, NOTEBOOK, PC DESKTOP,
CONSOLE VIDEOGAME



SAMSUNG



XBOX



OTTICA

Ar Giò

SUNGLASSES OUTLET



Occhiale da vista
completo
con lenti antiriflesso

a partire da € **49,00**

Occhiale da vista
completo
con lenti progressive
antiriflesso

a partire da € **120,00**

Wish
you
Merry
Christmas

✦ & ✦
HAPPY NEW YEAR



Corso Italia, 252/C - SORRENTO
Tel. 081 187 05 816 - 333 7117578



Buone Feste

tra gusto e tradizione



NON SOLO PIZZA...

AMPIA
SALA

CONSEGNA
A DOMICILIO



Dal Ceppone Pizzeria-Bar

Per info e prenotazioni

Via Guglielmo Marconi 48/54
80062 Meta (Na)

Tel. 081 5321722
cell. 345 592 5285
infodalceppone@gmail.com



Prescrizione buono fruttifero postale

Che fare?

Tra i documenti di mia nonna, da anni affetta da demenza senile, ho trovato un buono fruttifero postale che aveva disposto nel lontano 2002 in mio favore. Sul buono non era indicata né la serie né la scadenza, così mi sono recato all'ufficio postale che però si è rifiutato di rimborsarmelo perché a loro dire prescritto. Posso ricevere qualche tutela?

I buoni fruttiferi postali (BFP) sono strumenti di risparmio emessi e garantiti da Cassa Depositi e Prestiti S.p.A. (CDP) e collocati sul mercato da Poste Italiane S.p.A.. La sottoscrizione dei suddetti titoli prevede nei BFP ordinari una scadenza unica ventennale e nei BFP a termine una o più scadenze, da cui decorre il termine per la prescrizione del diritto al rimborso, sia del capitale investito che degli interessi maturati. Siffatto **termine prescrizione** è fissato in dieci anni dal D.M. 19 dicembre 2000, dopodiché, una volta perfezionatasi la prescrizione, il denaro investito nei Buoni Fruttiferi Postali emessi dal 14 aprile 2001, in forma cartacea, confluisce in un fondo costituito presso il



Ministero dell'Economia e Finanze e diventa generalmente irrecuperabile.

Nel caso in esame deve essersi trattato di un buono a termine ma, essendo privo di informazioni indispensabili come la serie e la scadenza, Poste Italiane è incorsa in un evidente inadempimento informativo. Questo errore permette al risparmiatore la tutela prevista dal Codice del consumo (D.Lgs. 6 settembre 2005, n. 206), esperibile solo in caso di condotta "scorretta", perché contraria a buona fede, o inadempiente su determinati profili, imputabile all'intermediario che ha collocato i BFP sul mercato, ovvero Poste Italiane.

Sarà pertanto possibile dapprima presentare un reclamo scritto e, trascorsi trenta giorni, ricorrere all'Arbi-

trato Bancario Finanziario. Qualora entrambi questi rimedi non producano i risultati sperati si potrà sempre adire il Giudice con una causa ordinaria assistiti da un avvocato.



Avv. Patrizia Cappiello

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

**Pitturazioni
CACACE**
di Cacace Antonio

**LAVORI DI PITTURAZIONE
INTERNI ED ESTERNI
PARATI
CORNICI DI GESSO
CONTROSOFFITTURE**

Per info e preventivi
339 3324718

Via discesa Monte di Torca, 9 – 80061 Massa Lubrense (Na)

ACQUISTA
una cucina **NOI** ti
REGALIAMO

CUCINE
LUBE

CREO
KITCHENS

NEW
DE IULIO DESIGN

New De Iulio Design Sede operativa: Corso Italia, 293 - 80063 Piano di Sorrento (NA)

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

PROMO
1



+



+



+



=

~~€5'000,00~~

€0

FRIGORIFERO

LAVASTOVIGLIE

PIANO COTTURA

FORNO

GLI ELETTRODOMESTICI VE LI REGALIAMO NOI


a Natale...

**Non fermatevi solo al prezzo,
fermatevi da Creo.**

DAL **01** AL **31** DICEMBRE

CREO KITCHENS

CORSO ITALIA 123, META (NA)

 **081/5323499**



**METÀ
CUCINA
IN REGALO!**
SOLO NEI GIORNI DI PROMOZIONE

GRUPPOLUBE

CREO
KITCHENS

Amiamo
COCCOLARE
i tuoi capelli!



Sant'Agnello (Na)

Corso Italia 220 - trav. Chiesa S. Biagio

Tel. 081 3774393



Monte Parrucchieri

4 ricette alternative alla solita cioccolata calda

Cioccolata calda cercasi... Come resistere a queste gustose ricette per una golosa coccola al sapore di cioccolato.

Cioccolata al peperoncino

Ingredienti per 2 tazze

250 ml latte intero, 2 cucchiari rasi di zucchero bianco o di canna integrale, 1 - 2 cucchiari cacao amaro, 2 cucchiaini di amido di mais, 40 gr di cioccolato fondente extra, 1 pizzico peperoncino

Preparazione

Scaldare il latte in un pentolino o nel microonde, porre l'amido di mais, il cacao setacciato, lo zucchero in un altro pentolino e mescolare per bene. Aggiungere poco alla volta, mescolando, il latte bollente e mettere sul fuoco per far addensare, continuando sempre a mescolare. Una volta addensata, togliere dal fuoco, aggiungere il cioccolato fondente grattugiato e un pizzico di peperoncino.

Cioccolata al vino

Ingredienti per 2 tazze

1 tazza di vino rosso, 1 tazza e mezzo di latte parzialmente scremato, 1/3 tazza di scaglie di cioccolato fondente.

Su un noto blog di cucina è apparsa la ricetta della cioccolata calda più gustosa e originale di sempre con un ingrediente extra davvero super: il vino rosso. Una ricetta da sogno molto semplice: In una casseruola sciogliere le scaglie di cioccolato con il latte fino ad ottenere una cioccolata cremosa. Unire il vino e mescolate bene.

Cioccolata al cocco

Ingredienti per 6 tazze:

500 ml di latte di cocco, 120gr di cioccolato

→



fondente, 20 gr di cacao amaro in polvere, 20 gr di Zucchero, 15 gr di amido di mais (maizena),

Preparazione

Iniziare tritando finemente il cioccolato fondente. Versare il latte di cocco in un pentolino, accendere il fuoco medio e unire l'amido di mais; mescolare continuamente con la frusta. Unire il cacao amaro e continuare a mescolare. Versare anche lo zucchero e portare a bollore senza smettere di mescolare; ci vorranno pochi minuti. Spegnerne poi il fuoco e versare per ultimo il cioccolato tritato che farete sciogliere sempre mescolando con la frusta.

Ciocolata bianca

Ingredienti per 6 tazze:

500 ml di latte vaccino o vegetale, 150 grammi di cioccolato bianco, 20 grammi di farina 00 (in alternativa maizena e la farina di riso)

Meglio non aggiungere zucchero, il cioccolato

bianco è già molto dolce, per cui si rischierebbe di avere una bevanda stucchevole.

Preparazione

Riscaldare in un tegamino 400 ml di latte, tritare il cioccolato con un coltello e poi aggunderlo al latte caldo. Mescolare con cura in modo che il cioccolato si scioglia senza attaccarsi al pentolino. A parte stemperare la farina nei restanti 100 ml di latte freddo. Non appena il cioccolato si è sciolto e il liquido inizia a bollire, aggiungere il composto ottenuto unendo la farina al latte. Continuare a mescolare a fiamma dolce (attenzione: se è alta si rischia di bruciare il tutto) fino a quando la cioccolata ha raggiunto la consistenza desiderata. Regolare la densità aggiungendo latte o riducendo la farina. Si può renderla ancora più gustosa con una spolverata in superficie di cannella o vaniglia in polvere.

■

PASTICCERIA
Da Brillante
 SINCE 2010
 PIANO DI SORRENTO

Finalmente ci siamo
SIAMO TORNATI

L'unico "Brillante"
 lo potete trovare solo in
 Via Rivolo S. Liborio, 17
 Piano di Sorrento (NA)

Contatti: 081 18110720 - 333 4129840

PASTICCERIA-DA-BRILLANTE

BAR e TABACCHI

**Sharon
Cafè**

CENTRO SCOMMESSE

intralot

PAGAMENTO UTENZE

RICARICHE



**Via del Salvatore 15/17
Piano di Sorrento (Na)
Tel. 081 808 77 22
3314023914 (Armando)**

SEGUICI SU  





Bod Store

Curiamo la tua bellezza!

Questo Natale
il regalo
ve lo facciamo noi!

UNO STORE
TUTTO
NUOVO!



OFFICIAL POINT

NAMED
Nutrition & Performance

WHY
SPORTS & NUTRITION

ELITE
SPORT NUTRITION

YAMAMOTO
SPORT NUTRITION

ovwhite

PIANO DI SORRENTO Corso Italia, 96
SORRENTO Viale Nizza, 22 Tel. 081 19001215

FOLLOW US



BodyStore Sorrento

LIMITARE I PASTI può far aumentare la voglia di fare sport

Digiunare può far aumentare il desiderio di fare esercizio fisico. È questa la straordinaria scoperta di un gruppo di ricercatori dell'Università giapponese Kurumu che ha analizzato i livelli della grelina, l'ormone che favorisce l'appetito. Lo studio è stato condotto su topi di laboratorio divisi in due gruppi: il primo poteva mangiare liberamente ogni volta che lo desiderava mentre il secondo era sottoposto a delle restrizioni, poteva alimentarsi solo due volte al giorno e per un tempo limitato. **Nell'arco della giornata entrambi i gruppi mangiavano le stesse quantità di cibo, ma solo i topi sottoposti a restrizioni alimentari sono risultati essere i più attivi.** Dallo studio è quindi emerso come un migliore controllo della dieta messo in atto con una limitata assunzione di cibo ai pasti o praticando un digiuno a intermittenza, potrebbe aiutare chi ha problemi di peso a dimagrire e seguire un allenamento più regolare. Gli esperti hanno sottolineato che i dati sono relativi a esemplari animali, ora sarà necessario verificare questi dati con ulteriori ricerche per **capire se l'organismo umano risponde in maniera affine alla grelina.** Dati che dovrebbero arrivare entro breve visto la serie di approfondimenti in programma dalla stessa équipe di ricercatori giapponesi che intendono capire in che modo la grelina agisce sul cervello umano e come riesce a influire sulla voglia di consumare cibo o di fare esercizio fisico. Con più risultati in merito **sarà più facile mettere a punto trattamenti efficaci per la prevenzione dell'obesità.**

■





VECCHIE AMALGAME DENTALI

Rischi e Sicurezza

La rimozione delle otturazioni in amalgama contenenti mercurio, riconoscibili per il caratteristico colore grigiastro, è un problema da non sottovalutare. **I rischi per la salute derivanti da un'intossicazione da mercurio sono molto gravi.** Essendo estremamente pericoloso, da diversi anni sono stati banditi anche i vecchi termometri a mercurio in quanto questo metallo pesante è inquinante non solo per l'ambiente, ma dannoso pure per il sistema nervoso centrale e periferico, cervello, cuore, reni e sistema immunitario. **La vecchia amalgama dentaria era composta da Mercurio, Argento, Stagno, Rame e Zinco.** Una otturazione dentale in amalgama poteva contenere fino a 440 mg di Mercurio che ogni giorno viene **rilasciato per fenomeni di abrasione durante la masticazione.** Il sale, le acque gasate, i cibi acidi sono tutti alimenti che incrementano ulteriormente la disgregazione dell'amalgama denta-



Non tutti sanno che la scarsa maturazione degli impasti è la causa principale della **pesantezza di stomaco** e della **sete esagerata**, motivo per cui noi della **Pizzeria 49** dedichiamo estrema attenzione alla produzione e lavorazione dei nostri impasti. Le nostre tecniche di lavorazione, i metodi di lievitazione, l'uso di piccolissime dosi di lievito e le nostre miscele di farina di alta qualità... ci consentono di offrirvi una **piazza fragrante e altamente digeribile**, senza rendervi la fastidiosa sensazione del gonfiore stomacale e della sete esagerata.



A Natale regala bellezza

Scegli il tuo pacchetto: "Strenna con la Renna"

PACCHETTO
COMETA

€ 25

Cera gamba intera +
Inguine parziale

PACCHETTO
BALLERINA

€ 25

Special "together"
2 Semipermanenti
mani

PACCHETTO
FULMINE

€ 30

Rimozione +
Semipermanente
mani + Scrub mani +
massaggio mani con
crema Vit. E (10 min)

PACCHETTO
DONNOLA

€ 35

Pulizia viso +
Massaggio Viso
40 min in tutto

PACCHETTO
FRECCIA

€ 40

Manicure + Pedicure
normali + Thai Foot
Massage o Thai Back
Massage (30 min)

PACCHETTO
SALTARELLO

€ 45

Semipermanente mani
+ Piedi + Thai Foot
Massage o Thai Back
Massage (30 min)

PACCHETTO
RUDOLPH

€ 45

Scrub schiena+
braccia o solo gambe +
massaggio finale con
olio elasticizzante
alle mandorle
50 min in tutto

PACCHETTO
CUPIDO

€ 90

3 massaggi Thai da 45
minuti (a scelta,
rilassante o
decontratturante)



AL  **OE**
Thai Massage & Beauty Care

Via degli Aranci 46 - SORRENTO
Tel. 081 18 17 71 36
www.aloemassaggithaisorrento.it



ria contenente questo metallo pesante. Il mercurio rilasciato si deposita nei tessuti cellulari della cavità orale ed è **assorbito dall'organismo, esponendo a grossi rischi per la salute**. La raccomandazione è quella di **rimuovere l'otturazione il prima possibile e sostituirla con nuove otturazioni in composito o porcellana**. Quest'operazione va fatta in sicurezza presso uno studio odontoiatrico specializzato **previo montaggio della Diga di gomma che previene l'ingestione dei frammenti di amalgama** così da evitare l'assorbimento del mercurio nell'organismo di paziente, specialista e personale che assiste al trattamento. Sottoporsi a un trattamento di **rimozione protetta dell'amalgama** è utile

non solo in caso di otturazioni fratturate, infiltrazioni, trattamenti canalari, patologie locali, ma soprattutto per necessità cliniche generali, come allergie, intolleranze o intossicazioni.

■

Dott. Danilo Trapani

Via Capo 5 - Sorrento

Tel. 081.877.19.56

Cell. 347.35.83.718

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

Spaghetti ubriachi

La ricetta degli spaghetti ubriachi prevede tra gli **ingredienti principali del condimento il vino**. Un primo piatto semplice della cucina povera ideale per una cena con gli amici ai quali proporre una ricetta insolita, di quelle che si preparano nel tempo in cui cuoce la pasta. Caratteristica inconfondibile è il colore rosastro che la pasta assume al termine della cottura. Tra gli accorgimenti necessari la scelta preventiva del tipo di vino da utilizzare infatti il gusto sarà decisamente più intenso tanto più è buono il vino. E' meglio optare per un rosso corposo, caratterizzato da un bouquet intenso, fruttato e speziato, ma con poco tannino per evitare una componente amara spiccata.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Pasta (spaghetti) 320 gr, Vino rosso 500 ml, Parmigiano 2 cucchiaini abbondanti, Prezzemolo 1 ciuffo, Olio extravergine di oliva q.b., Sale e pepe q.b.,

PREPARAZIONE

Versare il vino rosso all'interno di una padella capiente e accendere la fiamma: fate bollire per 5 minuti. Nel frattempo scaldare l'acqua per la cottura degli spaghetti: una volta giunta a bollore salare e calare la pasta. Lasciar cuocere per soli 3 minuti, scolare gli spaghetti (tenendo da parte qualche mestolo della loro acqua di cottura) e trasferirli nella padella con il vino rosso. Unire parte dell'acqua tenuta da parte e continuare a cuocere per i minuti restanti richiesti dal tipo di spaghetti utilizzati. Ad un minuto da fine cottura aggiungere il parmigiano, un filo generoso di olio extra vergine di oliva, pepe nero appena macinato e prezzemolo fresco sminuzzato. Fare mantecare. Trasferire nei piatti da portata, decorare con prezzemolo fresco e servire.

VARIANTE SPAGHETTI UBRIACHI

Una possibile variante del piatto è rappresentata dagli spaghetti ubriachi **con pancetta**: per prepararli basta mettere a cuocere i cubetti di pancetta in un tegame a parte con mezza cipolla appena rosolata quindi unire il vino e procedere seguendo gli altri passaggi della ricetta originale.



Atlantis

Swim - Gym - Spa

DA NOI IL NATALE E' GIA' ARRIVATO...

**SCONTO
SCONTO**

**OFFERTA CORSI ADULTI
CON ISTRUTTORE
NUOTO MORNING
MARTEDI' E GIOVEDI'
ORE 11:00 & ORE 12:00**

DICEMBRE - GENNAIO - FEBBRAIO

TOTALE 3 MESI SOLO € 149,00

Disponibili in sede
Swim & Gym Box
per idee regalo
natale

Offerta non cumulabile, non retroattiva e valida per
iscrizioni ricevute entro il 15.12.2019



ATLANTIS SWIM GYM & SPA – VIA REOLA, 07 – 80064
SANT'AGATA SUI DUE GOLFI MASSA LUBRENSE (NA) –
SORRENTO COAST - Tel. 0818780377
info@wellnessatlantis.com – Follow us FB ATLANTIS PISCINA

Michael

BERKEL



**SUPERVALUTIAMO
IL TUO USATO**

**Scontrino Telematico
CI PENSIAMO NOI!**

EPSON
SINCE YOUR VISION

RCH

CUSTOM

Corso Italia 1 - Meta (NA)
www.berkelcampania.com



081 808 65 70



BerkelCampania.it



[Berkelcampania](https://www.instagram.com/Berkelcampania)



Salute naturale

cause e rimedi per colon irritabile

Come alleviare in maniera naturale una delle sindromi più fastidiose: il colon irritabile?

Questa sindrome viene definita in molti modi: da colite a colon spastico, a nevrosi intestinale fino a indigestione nervosa. La sindrome del colon irritabile o IBS, così definita nel gergo medico, è **caratterizzata da dolori al basso ventre e alterazioni delle feci**.

Come si può intervenire e quali rimedi naturali sono più indicati per curare questa fastidiosa sindrome?

Le cause del colon irritabile

Si presenta con una casistica di sintomi, che interessano l'intestino crasso e colon, che variano a seconda del soggetto o persona e che **si aggravano con lo stress o in seguito all'assunzione di certi cibi**. La caratteristica di tale sindrome è il **malfunzionamento dell'apparato digerente**.

In una situazione normale di funzionamento fisiologico dell'organismo, gli scarti dell'alimentazione sono trasportati al retto grazie alle contrazioni ritmiche della peristalsi. Quando, però, l'intestino non è a posto, la peristalsi diventa irregolare sia per movimento che per frequenza. La conseguenza è che ci si alterna a **scariche diarroiche e a stitichezza**. A ciò si possono accompagnare anche **dolore, crampi e gonfiore**. A volte, i movimenti peristaltici sono così forti e violenti che non si riesce a trattenere le feci. Chi



soffre abitualmente di colite, ha una soglia del dolore del tratto intestinale molto più bassa. Questo può essere un problema quando si è fuori casa.

Anche se gli studi continuano sulle cause che portano a questa sindrome, ne sono stati riconosciuti almeno 5.

Tipo di alimentazione – Quella dei fast-food o a base di cibi non sani e salutari, industriali e lavorati non aiuta il nostro apparato digerente a rimanere sano.

Allergia o intolleranza grave a uno o a più alimenti. Se avete questo sospetto dopo aver ingerito dei cibi non esitate a eliminare questi cibi che creano malassorbimento e impoverimento dei nutrienti ma rivolgersi a un esperto che potrà con esami clinici o test, aiutarvi a conoscere e correggere la vostra alimentazione.

Scarsa quantità e qualità di batteri buoni che popolano la nostra flora batterica intestinale. Questi batteri aiutano anche a mantenere funzionale il sistema digestivo ed eliminare correttamente le scorie accumulate.

La difficoltà di gestire lo stress o stati emotivi. Le persone che sono più sensibili a questi due fattori hanno più probabilità di sviluppare reazioni a livello del sistema nervoso che influiscono sull'insorgenza del colon spastico. Lo stesso succede per quelli che si portano dietro traumi del passato non ancora risolti.

Infezioni croniche del tratto digerente. Sono responsabili soprattutto, infezioni batteriche, parassiti e candidosi.

Le anomalie nella struttura dell'organismo. Un disallineamento della colonna vertebrale può ostruire il percorso dei nervi del tratto intestinale e di conseguenza rendere più difficile la digestione.

Rimedi naturali più indicati

In erboristeria si troveranno diversi composti per il gonfiore addominale o antinfiammatori. Da preferire le piante **di finocchio, malva, melissa, tarassaco (solo se vi è stipsi), zenzero.**

Eccellente è **la curcuma** che svolge attivi-

tà antinfiammatoria a livello intestinale.

Olio essenziale di dragoncello: che ha un effetto calmante sugli spasmi e le tensioni muscolari. E' ottimo in caso di crampi addominali e interviene anche a calmare ansia e nervosismo.

Si può massaggiare il ventre con olio essenziale di dragoncello insieme a o.e. di camomilla romana, maggiorana e lavanda. Potete diluire qualche goccia di ognuno, in un flacone di olio da massaggi e applicare qualche goccia sul ventre 3 volte al giorno e massaggiare.

Vi sono anche gli enzimi digestivi. Essi possono aiutare ad alleviare la sintomatologia del colon irritabile e reflusso gastrico, perché prevengono **il meteorismo e l'eccesso di gas intestinali.** Alleggeriscono lo stress dello stomaco e degli altri organi e aiuta a digerire le macromolecole delle proteine o il glutine.

Menta, melissa e zenzero. Si tratta di piante officinali che hanno grandi benefici per il colon irritabile. L'olio essenziale di menta piperita riduce i gas intestinali e i crampi. Non usarla se si soffre di reflusso gastroesofageo che può accentuarlo. La melissa è una pianta carminativa, che è in grado di eliminare i gas intestinali e lenire i dolori ad essi associati.

Lo zenzero ha la proprietà di ridurre i gas intestinali, gonfiore, e migliora la funzionalità gastrica e la diarrea.

Buona abitudine farsi una tisana con queste piante sia mattina che sera.

Ricordarsi che ogni persona è unica e che la salute va salvaguardata...sempre!!!



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



DA DICEMBRE VIENI A PROVARE
IL NOSTRO NUOVO #MENUINVERNO



Cambiamo il Menù almeno 4 volte l'anno
per assicurarvi la **freschezza e la qualità dei prodotti** in base alla stagione.

DAL LUNEDI AL GIOVEDI
12:30-15:30 / 18:30-23:30

VENERDI E SABATO
12:30-15:30 / 18:30-24:00

DOMENICA
chiuso a pranzo / aperti dalle 18:30 alle 23:30

Piazza della Repubblica, 27
(P.zza Mercato) PIANO DI SORRENTO (NA)

Tel. 081 1881 5758 seguici su  

CAFFIERO CAFÈ



E' L'ORA DELL'
HAPPY HOUR

ogni domenica a pranzo
Prosecco e Aperitivo Buffet

5€



Piazza della Repubblica 49/55 Piano di Sorrento

E' ARRIVATO IL PANETTONE ARTIGIANALE.

Classico - Mandorlato- Cioccolato
Agrumi della Costiera - Frutti di Bosco - Pistacchio
Albicocche e Cioccolato

UR

fet



Difendi la tua auto da freddo e gelo

Per affrontare le basse temperature di questo prossimo inverno ed evitare guasti alla propria auto bisogna mettere in pratica qualche piccolo accorgimento. È necessario **non farsi cogliere impreparati da freddo e gelo prevenendo da subito eventuali problemi** che potrebbero comprometterne il regolare funzionamento e mettendone a rischio la sicurezza.

RADIATORE. In mancanza dell'antigelo nel radiatore, l'acqua si congela provocando una crepa nel radiatore e si rischia così di perdere il liquido di raffreddamento.

OLIO. Occorre sempre controllare gradazione, fluidità e livello dell'olio in base alle indicazioni stagionali, per evitare il rischio di sottoporre il motore ad un eccessivo stress. In caso di condizioni climatiche particolarmente avverse è possibile utilizzare oli appositamente studiati per il freddo.

BATTERIA. Non c'è niente di più frustrante che girare la chiave nel quadro e constatare che la batteria ci ha abbandonato! Questa, soprattutto se datata, tende a scaricarsi molto velocemente quando fa freddo. Il rischio è di ritrovarsi fermi al freddo senza possibilità di riavviarla. È possibile evitare questo spiacevole contrattempo verificando l'indicatore di carica, o sostituendo la batteria periodicamente, in contemporanea al liquido di raffreddamento.

FRENI. I freni sono un elemento importante da mettere a punto per l'inverno. È necessario controllare l'usura di pastiglie e dischi e, se l'auto non è nuova, il livello del liquido frenante, per non farsi cogliere impreparati dal fondo stradale insidioso per pioggia o ghiaccio. Con pozze e strade allagate, l'acqua può finire nel circuito dei freni. In casi estremi, questo potrebbe mandare in tilt la centralina dell'auto e quella relativa agli airbag. Occorre far controllare da un esperto il cablaggio dell'auto.

TERGICRISTALLI. Se non vengono sostituite periodicamente le gommine sistemate sui tergicristalli dell'auto si rischia che una volta azionati servano a poco. Sotto la pioggia battente, con un parabrezza non spazzato a



*A Natale
regala la bellezza!*



YVES ROCHER

f Emanuela Cuomo

Consulente di bellezza-Vendita prodotti Yves Rocher



emanuela_cuomo



324 079 2795



MOTO *Story*

MACNA

Airoh
HELMET

VENDITA PROMOZIONALE

DAL 1 AL 31 DICEMBRE



KYMCO



Benelli



ROYAL ENFIELD



SUZUKI

Via S. Giuseppe, 12-20, Sant'Agnello (NA)
Tel. 081 1966 6144

dovere, la visibilità si riduce notevolmente. Oltre all'usura delle lame in gomma, fango e polvere depositati sul parabrezza possono causare la rottura delle spazzole che vanno controllate con cura prima che cominci la stagione fredda e in ogni caso sostituite ogni sei mesi. Non dimenticare di riempire il serbatoio del liquido per il lavaggio dei vetri con un detergente antigelo.

PNEUMATICI. La pressione delle gomme delle auto va tenuta sotto controllo più in inverno che in estate. Questo succede perché quando fa più freddo l'aria diventa più densa, occupa minor volume all'interno degli pneumatici e quindi la pressione scende. Guidare con la pressione bassa nei pneumatici comporta una serie di problemi: spazio ridotto di frenata, usura più veloce delle gomme e un aumento del consumo di carburante. E' buona norma controllare spesso e volentieri che le atmosfere nelle gomme siano quelle indicate sul libretto d'istruzioni per evitare usura anomala e pericolosi scoppi.

LIQUIDI. Col termometro sotto zero, antigelo, fre-

ni, olio motore e fluidi di trasmissione diventano più densi: la ridotta viscosità impedisce un ricircolo ottimale negli impianti. E' importante lasciare accesa l'auto una decina di minuti prima di partire e controllare che i livelli siano corretti.

CARBURANTE. La condensa che si forma a livello del serbatoio favorisce il congelamento dei tubi, specialmente se si è in riserva. Se la benzina non riesce ad arrivare al motore e si rimane a piedi. Il gasolio, inoltre, contiene paraffina che congela al di sotto dei 2 gradi centigradi, provocando un blocco dell'afflusso di gasolio al motore. Per questo i distributori nel periodo invernale erogano un tipo di gasolio in grado di restare liquido fino a una temperatura (del serbatoio) di 10-12 gradi sottozero.



Da Nello
Take-Away

SPECIALE PIZZA PER 2 €15

FRITTELLE E PATATINE x2
MARGHERITA O MARINARA
BIBITA IN LATTINA A SCELTA

Siamo aperti il 26 dicembre ed il 1 gennaio

Offerta valida per tutto il mese dicembre

Via degli Aranci, 29 - SORRENTO (NA)
Tel. 081 8784611 Seguici su

Madama Doie

ACCESSORI MODA



CORSO ITALIA 97
PIANO DI SORRENTO



Postura, o portamento?

Da un po' di tempo si è fatto strada un nuovo vocabolo nel linguaggio quotidiano, la postura e suoi annessi, ginnastica posturale, posturologo e postura funzionale. Ma cosa c'è dietro a questi vocaboli così "medicales"? Una parolina dei tempi romantici: il **portamento**, l'eleganza nel muovere il corpo mentre si cammina, quando si sta seduti, quando si gioca, o si parla in pubblico, vis à vis con una nobile donna, un gentile uomo, la leggerezza con cui si indossa e si vive un bel vestito. Ricordate l'avvocato Agnelli o il film colazione da Tiffany? **La postura è l'insieme dei segmenti ossei e il loro rapporto con lo spazio.** Essa può essere attuata in posizione eretta (in piedi), da seduto e in decubito (steso a terra) e per ognuna di queste posture ci sono delle varianti. **Partecipano alla postura molteplici apparati anatomici**, in primis il sistema nervoso centrale, il cervelletto, l'apparato vestibolare organi di senso. Pensate alla vista e quanto essa sia importante per la postura in movimento, o in altre situazioni dinamiche in cui servono dei punti di riferimento al di fuori del corpo. **Il piede importantissimo** perché interagisce in modo intimo e pressoché dipendente dalla base di appoggio su cui si trova, pensate ai diversi tipi di manto stradale, al tipo di terreno con le sue pendenze ed inclinazioni, alle sue caratteristiche fisiche, quindi secco, sdruc-ciolevole, al tipo di scarpe che si indossa: con tacchi più o meno alti, a pianta larga o le comodissime da running. La pianta del piede è ricca di recettori che analizzano una infinità



di dati rilevanti le condizioni di equilibrio e staticità, questa analisi di dati è svolta in cooperazione con il gastrocnemio e soleo (polpaccio). Questi dati vengono inviati al cervello, da lì elaborate le risposte posturali da mettere in atto. **Ma la postura non è solo questo, è una cosa ben più complessa, in essa si ravvisano inclinazioni caratteriali, stati d'animo, intenzioni, emozioni; essa è un linguaggio, parla di noi, è la nostra firma nel mondo, rappresenta la nostra soggettività, il nostro essere individui.** Scusate la piccola nota biografica, io, che sono fortemente miope, riconosco figure a me familiari da come camminano o posturano il loro corpo, risparmiandomi così saluti mancati. Poi ci sono, le varie alterazioni morfologiche del rachide, vedi scoliosi, ipercifosi, iperlordosi, schiena piatta, spalle chiuse, ma queste le inquadrerei più tra le deformità del rachide che nel quadro posturale.

Visto la complessità della postura e il fascino degli studi di questa scienza, con ancora tante funzioni fisiologiche da studiare e ricercare, credo che un approccio multidisciplinare ai problemi posturali sia la strada più adatta ad una loro risoluzione, una figura professionale che deve essere tenuta in debita considerazione e di cui si parla ancora poco nell'uso quotidiano è l'**ortottista**, che collaborando con il chinesiologo e altre figure professionali di riferimento in ambito posturale, saranno in grado di creare delle sinergie professionale e funzionali allo studio e la risoluzione dei problemi posturali.



Domenico Aliperta

Dott. In Scienze delle Attività Motorie
Preventive - Adattative - Riabilitative
Cell. 33343064530
email. domenico.aliperta@gmail.com

BARBIERE
da **MASSIMO**

Buone Feste

Piazza Cota, 61
80063 Piano di Sorrento (NA)
f Massimo Manco

CHEF ON THE ROAD

Officine del Gusto

Chef Ciro Palomba



 S.S. 145 - PUNTA SCUTOLO

 TUTTI I GIORNI DALLE 19:00

Vieni a gustare

la novità

solo da noi

IL PANINO
MARADONA

 PANINI GOURMET



 PANINI TRADIZIONALI

 TAGLIATA DI MANZO

 TAGLIERI MISTI

Buone Feste

SERVIZIO CATERING | PARTY | FESTE PRIVATE
NEL WEEK-END APERTI ANCHE A PRANZO

 chefontheroadsorrento@gmail.com |  371 31 28 731 |  



un sereno natale

il modulo
arredamenti
Sorrento

2020

HAKUNA MATATA





Osteopatia e coliche neonatali

Sempre più genitori si rivolgono all'osteopatia per disturbi che insorgono già nei primi giorni di vita dei loro bambini.

Circa il 10% dei neonati soffrono di coliche che li portano a piangere in modo smisurato, ciò provoca sicuramente uno stress sia al neonato sia ai genitori che, impotenti, si ritrovano a perdere il sonno intenti a dare conforto e aiuto ai loro piccoli.

Qui l'osteopata può dare delle risposte, soprattutto quando il pediatra non riscontra problematiche di natura patologica ma effettua diagnosi con presenza di **coliche** e quando ai genitori viene detta la famosa frase "con il tempo passerà, abbiate pazienza".

Capiamo meglio cosa sono le **coliche neonatali**: di solito l'esordio della crisi di pianto è in serata o durante la notte, soprattutto se il bambino viene allattato con il biberon e sempre più o meno al solito orario, facendo passare notti insonni a tutta la famiglia per il pianto inconsolabile del piccolo.

Il periodo di insorgenza va dalla 4°-5° settimana di vita fino ai 3-5 mesi per poi cessare. Il sintomo che purtroppo i genitori dei bimbi che ne soffrono conoscono molto bene è **pianto inconsolabile**, che esordisce senza una causa apparente, con il bimbo che può diventare bianco o cianotico mentre stringe i pugni e flette le gambe sull'addome, non trovando sollievo né col ciuccio, né col seno della mamma. I bambini in genere **si calmano con l'emissione di gas che distende l'addome**.

Alla diagnosi di colica gassosa si arriva





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, epicondilita, 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

BLACK FRIDAY

...continua

CON SCONTI
FINO AL

60%

REACTION RETAIL

VIALE NIZZA 37
SORRENTO (NA)

Tel.081-8770613
reaction.sorrento@gmail.com

**IDEE
REGALO**

a partire da

2€




Glitter
Accessori

borse e accessori
bigiotteria
accessori per capelli
e tanto altro...

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

dopo visita pediatrica, importante per l'esclusione di altre cause. Bisogna pensare a questo problema se il bimbo, sano e ben nutrito, presenta pianto per 3 ore al giorno, per 3 giorni a settimana per almeno 3 settimane (Regola del 3 del dottor Wessel).

La coliche gassose non sono una patologia, quindi non interferiscono con la naturale crescita del neonato. **Il dolore provocato dalla colica, avviene a causa della rapida distensione della parete intestinale dovuto al transito di bolle d'aria.** Ciò determina nel neonato: agitazione, chiusura delle mani a pugni stretti arrossamento del viso, inarca la schiena e alza le gambe.

Le cause di tale disturbo in medicina sono ancora incerte, ma attraverso degli studi, si sono avanzate diverse ipotesi:

- fattori allergenici (allergia al latte materno o artificiale);
- deglutizione eccessiva di aria dovuta a problematiche di coordinazione della suzione o alla troppa voracità del neonato nel prendere in latte.
- ansia dei genitori;

Cosa può fare l'osteopata?

Valutata la condizione di salute del neonato e diagnosticate le coliche da parte del pediatra, l'osteopata si avvarrà di valutare attraverso tecniche cranio-sacrali e strutturali e quindi il cranio e la colonna del bambino, al fine di intervenire sul sistema neuro-vegetativo.

L'approccio delicato sul cranio, consentirà di individuare eventuali disfunzioni craniche che possono manifestarsi a causa del parto o per il mal posizionamento del feto durante la vita intrauterina.

L'attenzione verrà concentrata da parte dell'osteopata sul cranio in modo da poter intervenire su delle zone specifiche dove passano dei nervi cranici deputati all'innervazione del sistema gastrointestinale e della coordinazione della suzione (ad esempio il nervo vago) oltre che rilassare il neonato. Queste manovre dolci aiuteranno a decomprimere la zona e di conseguenza il nervo craniale corrispondente, interrompendo l'informazione nocicettiva data in questo

caso all'intestino.

L'altra zona di valutazione sarà la colonna del neonato e in maniera specifica:

- - il complesso articolare OAE (occipito-atlantico epistrofeo) che dà passaggio al nervo vago;
- - le vertebre di transizione del tratto dorsale e dorso-lombare per l'innervazione dell'intestino (colon e intestino tenue). L'osteopata effettua in questa zona delle manovre di inibizione con digitopressioni e di stimolazione con manovre di mobilizzazione articolare.

Palpazione e massaggio osteopatico addominale per il rilasciamento delle pareti viscerali, stimolando e facilitando il passaggio dell'aria intestinale e il transito delle feci.

I trattamenti hanno cadenza settimanale per le prime 2 settimane. Nella seconda fase di stabilizzazione una volta ogni quindici giorni; nella fase di mantenimento una volta al mese fino a riduzione o scomparsa del sintomo.

Spesso, l'osteopata, tratta nella stessa seduta il neonato prono sul grembo della madre distesa a sua volta sul lettino. Questa metodica ha la funzione di creare maggior sinergia tra la neo-mamma e il neonato con molteplici emozioni (contatto, calore, battito cardiaco, respirazione) che l'osteopata, durante il trattamento, stimola e gestisce.

Questa bellissima metodica favorisce la riduzione dello stress emotivo della madre e di conseguenza il rilassamento del piccolo.

Non ultima, durante il trattamento Osteopatico, **è fondamentale la partecipazione attiva dei genitori a cui verrà insegnato a massaggiare il proprio bambino a livello addominale**, favorendo così un relax delle pareti addominali, andando a rendere più fisiologico il passaggio di aria e feci.



Dott. Silvio Giglio

**Fisioterapista Osteopata D.O.m.Ro.I
Il Trav. S.Michele 7 - Piano di Sorrento
Cel. 338. 83.17.708**



Prenditi cura dei tuoi capelli con la spazzola giusta

Quotidianamente si usano le spazzole per districare i capelli e abbellire la chioma. Ma non sono tutte uguali. Ogni spazzola ha una funzione specifica per un certo tipo di capello. **Scegliere una spazzola sbagliata può rivelarsi controproducente.** Sei sicura di conoscerne tutti gli utilizzi? Per scegliere la spazzola giusta per i tuoi capelli è fondamentale conoscere tutte le differenze.

Tangle Teezer

Sono le spazzole di nuova generazione, vendute anche in molte colorazioni originali. Da quando sono state inventate nel 2007, ma commercializzate su scala mondiale nel 2014, le Tangle Teezer ha subito riscosso un grande successo. **Dall'inglese tangle, "groviglio", queste innovative spazzole hanno notevoli capacità districanti:** grazie alle loro setole fitte, ma sapientemente collocate e distribuite tra loro, le Tangle Teezer sono perfette per sciogliere i nodi con facilità. Possono essere utilizzate anche sui capelli delicati delle bambine e da chi porta extensions, in quanto riducono al minimo il rischio di spezzarle. Nella sua variante Aqua Splash può essere usata anche per pettinare i capelli bagnati dopo lo shampoo, la piscina o il mare.

Spazzola piatta

La struttura ampia rende questa spazzola **adatta per pettinare i capelli lisci, soprattutto lunghi e folti.** Da usare con un movimento che segue la direzione naturale del capello: dalla radice alle punte. Ideale durante l'asciugatura poiché permette di ottenere una piega setosa e veloce. Sceglila in plastica e ceramica perché riduce l'effetto crespo e districa perfettamente senza spezzare le lunghezze.

Spazzola cilindrica

Usata per fare la classica piega spazzola e phon, la spazzola cilindrica è **l'accessorio più complicato da usare in quanto richiede una certa abilità con le tecniche di asciugatura.** La spazzola cilindrica serve per lisciare i capelli mossi, conferendo loro volume;

Prenota il tuo makeup per Capodanno



Trucco e Piega Fast

IN 1 ORA E 30 MINUTI

€ 50

Effe  **STYLE**
di Staiano Fortunata

Corso Italia, 315 (Casermone) **Piano di Sorrento** (Na)

Tel. 081 19911593 - Cell. 339 2591221




**Prenota
il Cenone
di
Capodanno**

Il Gambero

Ristorante e Pizzeria



Via Nicola Pacifico, 25 Massa Lubrense (NA)
Tel.: 081 808 2035

 Giovanni Miccio

ma anche per creare onde e boccoli dall'effetto naturale. Esistono in commercio spazzole con diverse misure di larghezza che variano in base al tipo di boccoli e onde più o meno ampi da realizzare. Possono essere in metallo, in ceramica ma anche legno e setole di cinghiale. La versione in metallo è studiata per ottenere pieghe definite (sia lisce che mosse), infatti le fibre resistenti al calore permettono di modellare le ciocche a piacere. Altro vantaggio annullano gli effetti crespi e troppo svolazzanti.

Spazzola sferica

Presenta una pallina o sfera alla punta con una dentellatura non omogenea. Studiata per asciugare i capelli velocemente e donare loro un effetto volume mosso e molto naturale, non è adatta però per sciogliere i nodi, a tal scopo, è sempre indicato il pettine a denti larghi.

Con setole naturali

Solitamente realizzata con setole di cinghiale, questa spazzola è un accessorio valido nel pettinare i capelli da asciutti. È la spazzola perfetta da accompagnare allo shampoo secco: rimuovere benissimo i

residui di prodotto rendendo i capelli come appena lavati.

Agli ioni attivi

Si tratta di una normale spazzola a denti larghi di forma rettangolare che ad ogni passaggio rilascia ioni attivi per dire addio ai capelli crespi ed elettrizzati e dare il benvenuto ad una chioma sana e luminosa. Pulizia delle spazzole

Nelle spazzole per capelli si annidano molti germi che facilmente potrebbero migrare dalle setole alla cute, perciò vanno pulite regolarmente. Tra i metodi più efficaci per la pulizia si consiglia una soluzione a base di acqua tiepida e bicarbonato. Immergere le spazzole per qualche minuto in una bacinella con la soluzione naturale, quindi lasciare asciugare quelle in plastica all'aria aperta, mentre le spazzole in legno è preferibile asciugare con phon o fonti di calore più potenti. ■

Fortuna Staiano

Hair Stylist

Corso Italia, 315 - Piano di Sorrento

Cel. 339.25.91.221

COSTANTINO

DALL'8 DICEMBRE APERTI ANCHE LA DOMENICA

Preziosi
VINGI



*Tovaglie da Tavola, Copritavolo,
Runner, Quadrati, Copriforno, Grembiule
Cucina, Strofinacci Presine, Set Spugna,
Varie Confezioni Natalizie*



VIA SAN MICHELE, 44/46 - PIANO DI SORRENTO



PROMOZIONE LASER DI ULTIMA GENERAZIONE

LASER CUBE 3 - K LASER

Riduce il dolore
dopo la prima seduta

**PRENOTA LA TUA
PROVA GRATUITA**



La terapia K-Laser Cube 3 è l'innovazione mondiale della Terapia Laser, in quanto completa il target della lunghezza dell'onda, erogandone fino a 15 combinazioni diverse.



CALDAIA NO PROBLEM

LA MIGLIORE
ASSISTENZA
PER LA TUA
CALDAIA

PRONTO INTERVENTO
CALDAIE

TRASFORMAZIONE DA GPL A METANO
Rivolgiti a noi!

gas



clima

CHIAMA ORA

Tel./Fax 081 19259307

Cell. 338.4695674

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



Army

l'urgenza creativa di un "cantautore indie"

Armando Fusco, in arte Army, cantante napoletano di rara sensibilità e creatività, residente da anni nella provincia di Avellino, si ripresenta quest'autunno sulla scena musicale italiana con il **nuovo singolo "Nel cuore di qualcuno"**, scritto da lui e arrangiato dal suo **fidato collaboratore Francesco Aiello di Poggiomarino**, musicista e tecnico del suono, che in passato ha musicato altri suoi pezzi, come "Quaderni bianchi", "Napule amica", "Mamma Aurora".

Il nuovo brano arriva dopo un periodo di pausa a seguito del grave lutto della perdita, nel giro di un anno, di entrambi gli amatissimi genitori. Amante come sempre delle contaminazioni e delle sperimentazioni, nel sound come nell'immagine, **Army ha scelto per questo pezzo sonorità reggaeton e uno stile più acustico e ritmico rispetto alla sua precedente produzione, decisamente pop.**

I testi di Army, che scrive personalmente, sono sempre molto intimi e introspettivi, come versi strappati dal suo diario del cuore, e anche questa ultima canzone racconta un desiderio sincero e profondo, il **bisogno di entrare nel cuore di qualcuno** con cui intraprendere una conoscenza vera e costruttiva, abbattendo il muro che lo ha volontariamente relegato negli anni giovanili in una dimensione egocentrica e introiettiva che ormai, giunto al traguardo dei cinquant'anni, gli sta stretta.

Parlo di Army non solo perché è un mio amico di antica data e apprezzo il suo modo di fare musica, ma anche per discutere della tendenza che rappresenta, i **"cantautori indie", cioè "indipendenti"**, una realtà emergente quanto vincente del panorama musicale italiano. La parola "indie" non identifica un genere, ma il fatto che **questi artisti non sono prodotti da case discografiche o lanciati da un talent show televisivo**, ma "si fanno da soli", auto-producendo le proprie composizioni e promuovendole attraverso i social, sen-



Qualità da oltre un secolo

Olio
Extra Vergine
di Oliva
ai limoni e
arance
di Sorrento



*Vieni a scoprire
i nostri Cesti Natalizi
e le nostre idee regalo*

Novità
Realizza
la tua
bomboniera

soluzioni sfiziose, gustose e
personalizzabili al 100%

FRANTOIO GARGIULO

Via Nastro d'Argento, 9 - Sant'Agnello (NA)

Tel. 081 8072300 Cell. 333 80 70 242

info@frantoiogargiulo.it www.frantoiogargiulo.it



Siamo aperti dal lunedì al Sabato dalle 9:00 alle 18:00 orario continuato


Vuoi guadagnare dalla tua casa?
trasformala in un B&B
o in una casa vacanza



Tre dy .it

Rilassati

Via C. Colombo, 106 - Meta di Sorrento (Na)

 081 5321145 - 081 5341600

 info@tredy.com

www.tredy.it

za filtri o limitazioni.

Il fenomeno, iniziato intorno agli anni 2000, grazie poi all'esplosione di YouTube e Facebook, ha consentito ad artisti sconosciuti di farsi apprezzare, emergere, e talvolta passare poi, visto il successo virale sul web, sotto contratto con le etichette "major". Sono nati in questo modo divi del calibro di Calcutta, Coez, Levante, solo per fare qualche nome. Sia gli artisti ormai diventati famosi che quelli - la maggioranza - che restano di nicchia, **i cantanti "indie" stanno comunque lasciando un'impronta significativa nella storia della musica italiana, svecchiandola con innovazioni, sonorità e proposte che, esulando da logiche commerciali, risultano originali e talvolta rivoluzionarie.**

Per questo vi invito a prestare attenzione all'universo della musica indie italiana, di cui Army è degno rappresentante. Army è infatti un cantautore indipendente che, nonostante notevoli riscontri iniziali come passaggi radiofonici su Rai Isoradio e addirittura una **lettera di Mina a lui dedicata sulle pagine del giornale Vanity Fair**, coltiva la passione per la musica in maniera del tutto personale, collezionando dischi, suonando la tastiera, ed esibendosi dal vivo in rare ma sempre apprezzabili performances. Con l'entusiasmo di un adolescente, Armando/Army conserva immutata la voglia di dare sfogo al suo estro artistico che non segue regole prestabilite a tavolino né leggi di mercato, solo l'urgenza creativa che come un impero interiore si sublima in note e parole. Per lui essere "indie" è sinonimo di autonomia ma anche di libertà, la scelta di vivere la sua dimensione musicale innanzitutto come emozione intima e personale e come ricerca interiore piena di passione e tormento, eventualmente poi da condividere, cosa che ha iniziato a fare nella piena maturità personale e artistica, ma in maniera distaccata dai canoni commerciali che impongono visibilità e coinvolgimento: la musica, insomma, come cocente passione da vivere in modo totalitario e integrale.

Il suo essere "artista" è qualcosa di assolutamente profondo e autentico, intrinseco alla sua identità, tanto è vero che sin da piccolo, e per tutta la vita, **Armando si è espresso con vari canali quali scrivere racconti, poesie, canzoni, disegnare, cantare, ballare, recitare...** anche se poi la sua parte razionale lo ha portato in parallelo a **seguire un altro percorso, si è laureato in Giurisprudenza e specializzato in Criminologia**, materie che forniscono nuovo humus alla scrittura artistica. Una scrittura nella quale la sofferenza ha sempre un ruolo cruciale, fondante la sua ispirazione: poesie, racconti, testi di canzoni dell'artista rivelano sempre una potente vena malinconica con forti capacità di introspezione.

La musica e l'arte in generale sono sempre state le sue uniche vere compagne, in una vita non facile, resa ancora più sofferta dalla sua smisurata sensibilità. Dotato di una personalità complessa, piena di contraddizioni e conflitti, da un lato colto, ironico, bisognoso di comunicare ed entrare in empatia con gli altri, amante della vita, della natura, della gioia, dall'altra schivo, melanconico, introverso, solitario, con un mondo interiore perennemente in tumulto, smosso da emozioni contrastanti, **Armando riflette, nelle sue canzoni, il suo inconscio passionale e tormentato**, regalando brani intensi nei testi e nelle sonorità, che non lasciano indifferenti.

L'artista ha conosciuto il dolore più disperante, ma ha sempre avuto la forza di riemergere, di ricominciare, di inventarsi una nuova speranza. Cantare è il suo modo di celebrare la vita tante volte matrigna, che però ama con tutto se stesso, incommensurabilmente, e nei suoi brani mette tutto, contrasti, delusioni, sensazioni, emozioni, pensieri, esperienze, rabbia, angosce, sogni, sublimandoli in note, melodie, catarsi poetica di un'anima dannata che non ha scelto di esserlo, vittima solo della colpa di "aver provato a sollevarsi a livelli più alti", come recita un suo verso.

Armando ha osservato la vita, più che averla vissu-

→

f

LEGGIMI *Gratis*

WWW.LEGGIMIGRATIS.IT

PER LA TUA PUBBLICITÀ

08119171216 **3803067686**

ta, come ha raccontato lui stesso, e ha convertito il dolore suo e del mondo in scrittura, disegno, musica: Arte pura. La Musica, ha dichiarato l'artista più volte, lo ha sempre aiutato tanto: a sognare, a sperare, addirittura a sopravvivere nei momenti più bui, quando la solitudine che lo ha sempre marchiato lo inchiodava come una condanna ma nello stesso tempo diventava spunto creativo. La Musica che sostituisce l'amore che manca: "L'amore non cerca me", dice una sua canzone, ma per fortuna lei resterà per sempre: "La musica non finirà", è il titolo di un altro bellissimo brano. **Le canzoni hanno riempito le sue giornate sin da ragazzino**, portandolo a conseguire una cultura musicale ponderosa, prima di cimentarsi in prima persona ad incidere dischi.

A cantare, Armando, appassionato e colto fruitore di musica, ha cominciato a due anni coi 45 giri della Carrà, ed è cresciuto cibandosi di TV e spettacoli, a casa ha migliaia di dischi e ne acquista ancora. Avendo avuto nel tempo l'occasione di rapportarsi con amici musicisti, ha avuto la possibilità di diventare lui stesso un artista, ma rimanendo nell'intimo, ha detto in una intervista, lo stesso bambino sognatore di un tempo.

La sua vita è un po' racchiusa nel brano che ha lanciato prima di quest'ultimo, **"Un'anima sola", sempre scritto da lui e arrangiato da Mauro Perrotti, alias il quotato DJ Mauro Fire**. Un pezzo caratterizzato da una cifra stilistica decisamente elettropop, come i brani di maggior successo dell'artista, quali Vanità, il suo fortunato esordio, Amore nero e La mela.

Army si definisce infatti un cantante "pop", ma dà a questo genere un valore molto ampio, rigettando l'etichetta di sottocultura che gli attribuiscono in molti, bensì intendendolo come tradizione, melodia, ricchezza di stile. Comunque, spinto dalla sua curiosità, voglia di sperimentare e cambiare, **ha amato cimentarsi in diversi generi musicali, spaziando dal pop al rock, al melodico, alla new wave**, dimostrando grande coraggio nel correre trasversalmente tra generi e stili, senza limitazioni e compartimenti stagni, ma restando fedele sempre al suo personaggio schivo e allo stesso tempo diretto. Ha esordito come seconda voce dei talentuosi HUECO nel 2008 nel loro primo album "Living in a bathroom (pensando all'amore)", e si è poi dedicato intensamente all'attività di solista. I suoi EP di inediti (come "I gusti grigi della solitudine",

→



ALFORT S.r.l.
Materiale Elettrico

Piazza della Repubblica 28/30
Piano di Sorrento
Tel. 0818771892





MATERIALE ELETTRICO CIVILE E INDUSTRIALE



DOMOTICA

I nostri servizi: AUTOMAZIONE E SICUREZZA - MATERIALE ELETTRICO CIVILE E INDUSTRIALE DOMOTICA - ILLUMINAZIONE



HOME COOKING
ristorante cucina tipica casereccia
...cucinare con amore

Augura Buone Feste

*Prenota in anticipo il tuo cenone di capodanno
Tombolata con premi*

ti aspettiamo

Via Fronte Canale, 3/5 - Sant'Agata sui due Golfi (NA)
Cell. 3426209491 - 3387887151





ORTOFRUTTICOLA
Flli Federico
S.A.S.
Ingrosso e dettaglio

a Natale
regala la bontà

Sorrento (NA) . Via S. Renato, 25/27

Tel. e Fax 081 87 3462 - Tel. 081 807 4897

Vincenzo: 340 35 44 284 - Fabio: 338 25 33 065

2011, "Elettrifichi il mio cuore", 2012, "A forza di fuoco", 2013) sono piccole gemme il cui comune denominatore è un pop elettronico sofisticato ed elegante, atmosfere cupe ed oniriche, testi emotivi e letterari capaci di sondare le maglie più tormentate e nascoste dell'inconscio.

Il primo singolo, "Vanità", del 2010, la sua più grande hit, è stato trasmesso assieme ad "Amore Nero" anche da Rai Isoradio, e molto ascoltato in steaming anche nei Paesi stranieri; pubblicato in versione inizialmente "dark wave", l'ha poi riproposto in chiave più pop. Altri singoli di successo sono stati: "Quaderni bianchi", nel 2011, un brano dall'atmosfera rockeggiante che rivendica l'importanza della parola scritta (è una delle poche escursioni nella sua carriera nel rock made in Italy); il suo unico pezzo in inglese "Fading Love" (Amore Sfuggente), del 2013, con un arrangiamento pop dance stile anni '80; i singoli del 2014 "Disorientami tu" e "La mela", quest'ultimo dal sapore spiccatamente pop, apprezzato dalla grande Mina; "Napule Amica" (2015), un viaggio tra le strade della propria città, per la prima volta in napoletano; il brano dedicato alla madre scomparsa, "Mamma Aurora (I Promi-

se)", del 2018. Scritto da lui e arrangiato da Francesco Aiello, Mamma Aurora, un bel rock melodico, è dedicato alla madre Vittoria all'indomani della tragica scomparsa, paragonandola, con versi toccanti, all'alba di un nuovo giorno in cui l'artista ripone le sue speranze di salvarsi ancora, nel segno della sua imperitura memoria, mentre rievoca i laceranti ricordi dell'ultima estate trascorsa assieme.

Army ha ricevuto in questi quasi dieci anni di carriera articoli, interviste e recensioni su giornali importanti tra cui Il Mattino di Napoli, Il Roma, e Raropiù, rivista per collezionisti, oltre che su tantissimi blog musicali on line, e il "Premio Gallo D'Oro" per la musica nel 2012 presso la città di Mariglianella. Armando ha anche interpretato da protagonista il corto "La solitudine dell'attore" con la Valenzo film production, mentre come scrittore ha pubblicato un testo di spessore, "La mia testa danzante", con sue struggenti liriche e racconti. Insomma, Army, sono fiero di esserti amico!

■

FitClub
di Carlo Amato

competenza, professionalità e passione...

DIFFIDATE DALLE IMITAZIONI...

Augura buone feste

Corso Italia, 26 - Meta - Tel. 081.808.83.18

**PENISOLA SORRENTINA**

Vendita licenza di tabaccheria, giochi, lotto, gratta e vinci, ricariche in genere e articoli vari.

EURO 180.000,00

**PIANO DI SORRENTO**

In contesto signorile appartamento semindipendente disposto su 2 livelli, piano terra: soggiorno con angolo cottura, 2 camere, bagno e cortile pavimentato. Primo piano: camera da letto. Classe energetica G.

EURO 235.000,00

**SORRENTO - CORSO ITALIA**

Locale commerciale di 50 mq fronte strada, completamente ristrutturato con predisposizione per attività di somministrazione di alimenti. Classe energetica G

EURO 300.000,00

**MASSA LUBRENSE - CENTRO**

Appartamento completamente ristrutturato e soleggiato composto da: cucina abitabile, 2 camere da letto, bagno, e 3 balconcini. Classe energetica D epi 155,3 Kwh/m2 anno.

EURO 310.000,00

**VICO EQUENSE - MONTECHIARO**

Appartamento di 75 mq con ingresso indipendente e posto auto composto da: salone doppio con angolo cottura e terrazzo vista mare, camera da letto, cameretta e doppio servizio. Cortile pavimentato. Buone condizioni. Classe energetica G.

EURO 350.000,00

**MASSA LUBRENSE**

Soluzione semindipendente di 90 mq ristrutturata composta da: soggiorno, cucina abitabile, camera da letto, cameretta, 2 bagni, lavanderia, ampio terrazzo pavimentato, giardino e posti auto. Possibilità di permuta. Classe energetica G epi 338 KWh/m2 anno.

EURO 398.000,00

**META - CENTRO**

Appartamento di 116 mq composto da: ampio ingresso, cucina, 4 camere, bagno, terrazzo e sottotetto. Da ristrutturare. Classe energetica G.

EURO 440.000,00

**SORRENTO - ZONA COLLINARE**

Casa colonica di 200 mq da riattare, disposta su due livelli oltre sottotetto, giardino e comodo accesso carrabile. Classe energetica G.

EURO 480.000,00

**PIANO DI SORRENTO**

Soluzione semindipendente di 85 mq composta da: ingresso, soggiorno, cucina abitabile, 2 camere da letto e bagno. Ampi spazi esterni, giardino ben tenuto, box auto, cantina, lavanderia e ripostigli vari. Possibilità di permuta. Classe energetica G.

EURO 485.000,00



IL GIARDINO mediterraneo

di Apreda Antonino

AUGURA BUONE FESTE E FELICE ANNO NUOVO



VASTA SCELTA DI PANETTONI

al pistacchio, frutti di bosco,
pan di stelle, kinder bueno,
albicocca
e ... tipici dolci natalizi
Panettone di Natale
con Burro di Bufala

ROCCOBABBÀ

ESCLUSIVA IN
PENISOLA SORRENTINA

direttamente da

Emilio
il
pasticciere
CASAL DI PRINCIPE



Via degli Aranci, 48-50 **SORRENTO** Tel. 081 878 33 44

Bowling
Sorrento



IL BOWLING dei
Campioni d'Italia
2014


FAI
Strike
E VINCI!



CON BIRILLO BANANA

SI VINCE PER TUTTO IL PERIODO NATALIZIO
UN PANDORO O A SCELTA UN PALLONE DI CUOIO

Via S. Antonio,8 - SORRENTO - Cell. 333 87 29 628 - bowlingsorrento@alice.it

seguici su  BOWLINGSORRENTO



Storie e leggende della Sirena

opera prima dell'autrice
Patrizia Scognamiglio

“Storie e leggende della Sirena” è una creazione letteraria che attraversa una ‘gestazione’ lenta ed articolata. Tutto ha inizio con la preparazione di una **visita d’istruzione** della Classe della Scuola Primaria di Napoli nella quale è docente la scrittrice, **presso il Museo di Capodimonte**. Nei giorni precedenti ella, insegnante di Storia, si reca presso il bookshop del sito prescelto alla ricerca di una guida illustrata adeguata ai suoi giovanissimi visitatori, per appassionarli alla bellezza e alla conoscenza delle innumerevoli opere d’arte racchiuse nel monumento che si apprestano a conoscere. Alcuni mesi dopo la visita, traendo spunto dall’accattivante testo illustrato acquistato, **l’autrice, insieme ai suoi alunni, decide di realizzare un copione teatrale che mostri le bellezze e l’importanza del Palazzo Reale di Capodimonte, presentando, in maniera vivace e realistica i personaggi e le vicende che lo riguardano.**

Trascorrono circa vent’anni e il copione, ormai dimenticato, casualmente rinvenuto dall’autrice, viene da lei rimaneggiato, ampliato e arricchito di personaggi e vicende di notevole rilevanza storico-culturale. Vengono presentati altri ‘siti’ della città partenopea allo scopo di incuriosire il lettore e suscitare in lui la “smania” di visitarli per conoscere di più e meglio altre bellezze meno note o non adeguatamente apprezzate, tanto da permettere di gustarne appieno la notevolissima

→



rilevanza. I luoghi e le vicende presenti in questo scritto fluttuano tra realtà storica e leggenda, tutti i personaggi sono realistici e palpitanti anche se le situazioni nelle quali essi agiscono, talvolta, sono immaginarie e puramente funzionali alla narrazione di fatti realmente accaduti.

L'intento è quello di raccontare, con apparente leggerezza, le vicende ed i fatti della bella Napoli senza alcuna pretesa storico-scientifica, suscitando un sorriso, provocando una riflessione, aprendo ad una prospettiva di 'operosa speranza' verso una rinascita della sempre giovane e vivace Partenope. Questo lavoro letterario può essere utile allo spirito e gradevole alla lettura, oltre che portare lustro ai valori ed alle consuetudini tanto misconosciuti e talvolta bistrattati della Nostra Terra Oltre alla presente forma discorsiva dell'opera, è disponibile la versione ad uso di copione teatrale, utilizzabile nei circuiti scolastici e di drammatizzazione ad ogni livello. Consapevole

della positività della propria fatica letteraria, l'autrice è in cerca di una Casa Editrice che intenda ricavarne una pubblicazione sia cartacea che digitale. Patrizia Scognamiglio nasce a Napoli nel 1957. Diplomata all'Istituto Magistrale, dopo l'Anno Integrativo, s'iscrive all'Istituto Universitario Orientale nella Facoltà di Lingue e Letterature straniere. Nel 1994 consegue il Diploma Universitario con indirizzo Magistrale presso l'Istituto Superiore di Scienze Religiose Donna Regina di Napoli. Lavora come Insegnante di base nella Scuola Primaria, presso Istituti Comprensivi e Circoli Didattici della sua città. Appassionata di Teologia, di Arte, di argomenti storici e filosofici, ella ama particolarmente la storia di Napoli, le vicende e i personaggi che agiscono in essa. ■



Gruppo Castelli
praticar s.n.c.

Pratiche Auto...

- immatricolazione
- rinnovo e duplicati di patenti in sede
- estratti e visure
- trasferimenti di proprietà veicoli



Pagamento bolli auto e moto

Via Casa Rosa, 59 - Piano di Sorrento (NA)
Tel. 081.19201854 - praticaragenziapiano@libero.it



Dolci che passione



dolci_che_passione_

www.dolcichepassionesorrento.com

Via Crawford, 2 - 80065 Sant'Agello

Tel. +39 338 890 7607 - 334 154 1380



SCIUSCELLE®

Da una antica ricetta tramandata dalla memoria e sapientemente elaborata dalla Zia Emma nel periodo natalizio vengono preparati questi squisiti dolcetti (dalla forma che richiama il frutto dell'albero di carrubo) che da sempre deliziano il palato degli ospiti di Casa Maresca e che si vuol far conoscere agli estimatori dei sapori e dei profumi della tradizione che apprezzano l'impegno per le cose buone che nascono dalla passione e dall'utilizzo di materie genuine della terra



Corso Italia n. 236 - Piano di Sorrento (NA)

Tel. 081 878 64 74 - Cell. 339 460 7420

www.oprofessore1912.com - info@oprofessore1912.com

Prodotti con l'amore per le cose di casa e...null'altro



*Con i nostri prodotti prepariamo
varie confezioni e su richiesta vassoi
e cesti regalo con possibilità
di recapito a mezzo corriere*

Buon Natale



"IO ABITO"

Unione di Associazioni in Difesa del Diritto alla Casa e dei Diritti dell'Uomo

La vicenda delle demolizioni di prime case di necessità in Campania (così come in Sicilia), lungi dall'essere una questione di secondaria importanza a carattere regionalistico e che come tale può suscitare o meno l'attenzione delle autorità, rappresenta una piaga sociale di immani proporzioni dalle conseguenze devastanti sul tessuto economico-sociale dei paesi coinvolti che merita pertanto di essere approfondita ed affrontata da una corretta angolazione.

L'abusivismo edilizio coinvolge infatti una serie di profili problematici, affondando le radici in una molteplicità di cause che si collocano al di là della narrazione ufficiale che vuole il fenomeno ricollegabile unicamente ad una tendenza criminosa delle collettività meridionali, e come tale da reprimere incondizionatamente.

Appare significativo il dato che sta lentamente emergendo, che ha trovato del resto conforto in autorevoli pareri, sullo stato della pianificazione urbanistica in Campania.

In un recente studio realizzato dalla Scuola di Governo del Territorio sotto il coordinamento del Prof. Francesco Domenico Moccia (ordinario di Pianificazione Urbanistica all'Università Federico II di Napoli), con la collaborazione di Ance, è emerso che sono solo 71 (pari al 13% circa del totale) i comuni che hanno approvato un Piano urbanistico comunale; gli altri 479 (l'87% circa) hanno adottato un Piano regolatore generale (strumento risalente nel suo impianto originario alla fine degli '70), un Programma di Fabbricazione o sono addirittura privi di uno strumento urbanistico. Tra questi, 75 enti locali devono passare dalla fase di adozione a quella di approvazione e un terzo dei comuni campani (184 su 550, il 33% circa) non ha ancora avviato alcuna procedura di laborazione.

La ricerca fa seguito ad un'inchiesta de "il Mattino" nella quale correttamente si rilevava che su 158 comuni, in provincia di Salerno, appena 6 sono dotati di un Piano urbanistico (puc); e che ben 117 sono dotati di un piano regolatore generale (strumento come sopra specificato risalente nel suo impianto originario alla fine degli anni '70).

Ad una situazione eloquente di carenza (strutturale) di aggiornati strumenti di pianificazione territoriale, aggravata da un regime vincolistico calato "a cartina geo-

→



"Io abito"

COORDINAMENTO REGIONALE CAMPANIA

Via Sciuti n. 124 - Palermo

Cel. 329 295 8203

comitatonazionaleioabito@gmail.com

grafica”, si aggiunge l’assenza di adeguate politiche abitative atte a sostenere o promuovere l’accesso alla prima abitazione, l’assenza di proposte differenziate d’inclusione abitativa formulate sul modello delle moderne esperienze nord-europee del Social housing e che non fossero pertanto quelle dei Piani Nazionali di Edilizia Economica e Popolare, ad oggi palesemente insufficienti, (anch’essi in ogni caso caratterizzati da una gestione opaca).

Aspetti che vengono esacerbati da un contesto di mercato dove i **valori immobiliari sono notoriamente oggetto di una dinamica speculativa**, concorrendo tale elemento a rappresentare uno dei fattori preclusivi principali all’accesso (in condizioni accessibili) al bene-casa, quale bene fondamentale.

Si comprende come in un simile contesto l’abusivismo di necessità sia venuto delineandosi non come un’opzione criminale ma come una scelta di sopravvivenza. Per tali ragioni **nasce L’Associazione “lo abito”, quale presidio organizzato in difesa del diritto alla casa e dell’ambiente**, con l’obiettivo di assicurare tutela a tutte quelle famiglie vittime di un sistema che ha reso eccessivamente gravoso l’accesso ad una dignitosa abitazione in condizioni di legalità e per contrastare il

vero abusivismo di speculazione che ha costellato di alberghi, mega-strutture, di ville lussuose gli anfratti più caratteristici del nostro territorio.

Essa **nasce con l’intento di favorire**, in uno spirito di confronto e di solidarietà, il **dialogo tra cittadini ed Istituzioni**, al fine di individuare una soluzione politica condivisa ad una problematica di assoluta delicatezza che chiama in causa diversi livelli di responsabilità.

L’Associazione “lo Abito” Campania-Sicilia si prefigge altresì di **sostenere -anche- dal punto di vista consulenziale** quelle famiglie che ritengano di voler essere meglio indirizzate nell’allestimento della propria difesa legale, **mettendo a disposizione le competenze interne e l’esperienza maturata**.

L’Associazione è luogo di libero confronto, di scambio di informazioni, di pubblico dibattito, di azione necessari ad individuare una soluzione definitiva alla delicata questione delle demolizioni delle abitazioni di necessità con l’auspicio di vedere presto parificata la Campania alle altre regioni del Settentrione d’Italia, in termini di opportunità abitative, di pianificazione urbanistica e di organizzazione territoriale, di tutela dei diritti fondamentali.



GIORDANO
CALZATURE

Buone Feste

[calzature_giordano_shop](https://www.instagram.com/calzature_giordano_shop)

Calzature Giordano - Tel. 338 2106418

Via Castellammare, 240 - Gragnano

Via Casa Rosa, 2 - Piano di Sorrento (NA) - Tel. 334 7195322

giordanocalzature.com



Novità
CHIAVI
tracciate e punzonate



- MATERIALE ELETTRICO
- FERRAMENTA
- DUPLICAZIONI
- CHIAVI
- COLORI
- DETERSIVI E CASALINGHI
- STUFE ARIA IDRO
- CALDAIE
- TERMOCAMINI



Organizziamo
il tuo
PARTY*

ADDOBBI PER FESTE - LINEA PARTY
BALLOONS - TORTE DI PANNOLINI

VENDITA BICI ELETTRICHE

VENDITA PELLETT

Buone Feste

Via Nicola Pacifico, 2 - Monticchio
Massa Lubrense (Na)
Tel. 081 878 03 79





giardullo 
agenti assicurativi dal 1972

*Augura un sereno natale
e felice anno nuovo*

ACQUA & SAPONE®

Oltre la
Convenienza



acquasapone.it

OFFERTE VALIDE
DAL 26 NOVEMBRE
2019
AL 6 GENNAIO
2020

Cosmetica viso Idee regalo per lei... Le pochette



MAX FACTOR
BAG MASCARA
2000CALORIE
+ MATITA KAJAL

€11,50



RIMMEL
POCHETTE
SMALTO
3 pz.

€8,50



L'OREAL
POCHETTE
PARADISE
MASCARA
+ MATITA OCCHI

€9,90



L'OREAL
MASCARA COLLAGENE
+ ROSSETTO
ROUGE SIGNATURE
+ ZAINO

€19,90



MAYBELLINE
POCHETTE
SUPER STAY INK
2 pz.

€14,50

segui su

ACQUA & SAPONE®
Oltre la
Convenienza

acquasapone.it

PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19/21 - PIANO DI SORRENTO

P CORSO ITALIA 194 - PIANO DI SORRENTO

ORARIO CONTINUATO - DOMENICA MATTINA APERTO

FOTO

dai lettori

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

Invia la tua foto via mail all'indirizzo:
foto@leggimigratis.it

Non dimenticare di indicare il tuo nome e cognome.

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



Auguri di Buon Natale
a tutti i lettori di
Leggimi Gratis da
Gennaro Sabbatino -
PoetaCantautore

Giovanni Miccio
del ristorante "Il Gambero"
saluta la clientela

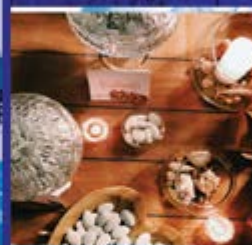




G ELEKTRONIK DI GENNARO GARGIULO

- VENDITA E RIPARAZIONE SMARTPHONE & PC •
- INSTALLAZIONE KIT VIDEOSORVEGLIANZA •
- PUNTAMENTO ANTENNE, IMPIANTI CABLATI E WIFI •

G ELEKTRONIK di Gennaro Gargiulo
C.so S.Agata, 61L - Massa Lubrense | ☎081 808 5405



Mariella Gargiulo

...e ogni
sogno
realtà
diverrà



Mariella
Gargiulo

Wedding & Party
planner



C.so S.Agata, 61L Massa Lubrense ✉ sorrentoinlove@gmail.com ☎333 3670281



Cioccolato



Farina integrale, Frutti di bosco e Zenzero



Albicocca e Amarena



Panettone Classico - Uvetta, Arancia e Cedro Diamante



Mandarino, Finocchietto e Cioccolato al latte



Un Natale Speciale



Semi di papavero e Pasta di mandorle al limone



Caffè, Cioccolato fondente e Anice stellato



Fichi e Cioccolato fondente



Mela annurca, Cannella e Noci



Nocciola, Cioccolato al latte e Fava tonka



Cacio e Pepe

FOTO

dai lettori

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

Invia la tua foto via mail all'indirizzo:
foto@leggimigratis.it

Non dimenticare di indicare il tuo nome e cognome.

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



Peppone, Anna e Samuele
salutano
tutti gli amici e parenti

Dario, Salvatore e Michele
salutano
i clienti del Cafiero Cafè



Vetrina Annunci

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

ANIMALI

Bulldog inglese cuccioli bianchi e arancio

Dolcissimi cucciolini di tre mesi, nati in casa, si cedono muniti di libretto sanitario attestante microchip vaccinazioni e trattamenti sanitari conseguiti. Offriamo un prezioso servizio di assistenza cinofila veterinaria post vendita. Possibilita' di finanziamenti foto 100% originali.

E-mail: anne001randi@gmail.com

Cuccioli bianchi di Pomerania

Inestimabili cuccioli bianchi di Pomerania per l'adozione La bella e bianca ragazza della Pomerania è alla ricerca di una buona casa. adorabile e compassionevole. Cresciuta in famiglia con bambini piccoli. Ama mangiare, giocare con altri cani e dormire da te. Papà è un piccolo Pomerania puro e la mamma è un bianco puro molto piccolo. Ha registrato, microchip, contattaci per informazioni e foto.

E-mail: amberjustin092@gmail.com

IMMOBILI

Fittasi

Affittasi lunghi o brevi periodi a

Sant'Agata sui due Golfi (Massa Lubrense) Piccolo appartamento composto da: Camera letto, bagno, cucina.

Tel: **3388630105**

Appartamento vacanze in Sardegna

Sardegna. A pochi minuti dalle rinomate spiagge di porto Istana, costa Corallina, costa dorata, porto Taverna, cala Girgolu. Nella splendida cornice dell'area marina protetta di Tavolara capo coda cavallo. a 10 km. dal porto ed aeroporto di Olbia. Cucina soggiorno, 2 camere da letto, veranda giardino, finemente arredato- Posto auto, barbecue, riserva idrica.

Prezzo: **400,00 €**

Tel: **3491989584**

Cerco casa

Cerco casa arredata con contratto annuale 4+4 anche non arredata in penisola zone centrali, max serietà ho due bimbi.

Tel: **3319022915**

Courmayeur Appartamento vacanza 6/8 posti

Courmayeur ,appartamento vacanza 6/8 posti 2 camere da letto, soggiorno con divano letto, 1 bagno, 6/8 posti letto Tranquillo ed ampio trilocale, a due passi dalla funivia e pista

da sci Al 1° piano, ha un'ampia zona giorno e 2 comode camere, soggiorno con divano letto 1 bagno con disimpegno ed 1 balcone. Posto auto dedicato. Angolo cottura (4 punti cottura, congelatore). Doccia, bidè, WC. Balcone. Mobili da balcone. 1 animale, cane ammesso. Le dotazioni aggiuntive includono: doccia, letto aggiunto, culla. Riscaldamento autonomo Si tratta di un alloggio completamente ristrutturato utilizzando le moderne tecnologie, inserito in un contesto condominiale ove sono stati ristrutturate sia la facciata che le parti interne. E' stato arredato con colori caldi fornito di ogni attrezzatura che possa rendere il soggiorno di vacanza comodo e piacevole. Il prezzo va a base del periodo. Per qualsiasi info chiamate e scrivete qui.

Tel. **3511573463**

E-mail: simonarege72@gmail.com

Fittasi

S.Agnello centrale. Fitto bilocale ammobiliato con bagno cucina e terrazzo. Solo per fitti brevi.

Tel: **3351671780**

Cerco Casa

Ricercio appartamento da acquistare nei seguenti comuni, Piano di Sor-

f

LEGGIMI *Gratis*

WWW.LEGGIMIGRATIS.IT

PER LA TUA PUBBLICITÀ

08119171216 **3803067686**



1 Frog + 
1 CARTONE
DA 150 CIALDE

€ 129,99

Buone Feste!



COFFEE & CO.
SHOP



LAVAZZA



Nestlé



NESCAFÉ



MORENO



SPINEL

ristora

Rivenditore Autorizzato Caffè Toscano **SANT'AGNELLO**

Corso Italia, 133 Tel. 08119507613

www.coffee-co.it

ACQUA & SAPONE®

OFFERTE VALIDE
DAL 26 NOVEMBRE
AL 24 DICEMBRE
2019

Oltre la
Convenienza

Acquistando due prodotti di make-up in offerta
ricevi in omaggio una pochette



L'ORÉAL
PARIS



1 LES CHOCOLATS

TINTA LABBRA

Comfort e tenuta impeccabile fino a 16h, ultra-matte, irresistibile profumo di cioccolato.

2 ACCORD PARFAIT
FONDOTINTA

Effetto naturale, si adatta perfettamente al tono della pelle. Uniforme e leggero.

3 UNLIMITED
MASCARA

Effetto solleva ciglia istantaneo. Con impugnatura snodabile per una definizione perfetta.

4 INFAILLIBLE
CORRETTORE

Più di un correttore: maxi coprenza, maxi applicatore. Per occhiaie o tutto il viso.

MAYBELLINE
NEW YORK

5 FIT ME!

CIPRIA

Cipria opacizzante per pelli da normali a grasse. Risultato che dura fino a 12 ore. Con specchietto e sounghetta inclusi nel pack!

6 THE CITY MINI

PALETTE OCCHI

Palette ispirate ai momenti iconici di New York. Colori puri ed accesi, per ogni occasione.

7 TATTOO BROW

PENNA SOPRACCIGLIA

Effetto microblading: ultra precisione da salone professionale, con la punta a tridente.



PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19-21
CORSO ITALIA, 194 **P** PARCHEGGIO
GRATUITO DI FRONTE
PIANO DI SORRENTO

ORARIO CONTINUATO
DA LUNEDÌ A SABATO - DOMENICA APERTI 09.30-13.00

Vetrina Annunci

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

rento, Sant'Agnello e Meta composto da 2 stanze più servizi.

Tel: 0818789028

Cerco appartamento in acquisto

Privato cerca appartamento in acquisto a Meta o Piano di Sorrento preferibilmente con un po di spazio esterno. Richiesta massima 250.000.00. No perditempo

E-mail: angeljacque057@gmail.com

Appartamento Superpanoramico

Colli Trinità a km.2 dal centro app. al 2° ed ultimo piano s/ascensore di mq.82(65 coperti/17terrazzino). 3 vani/2bagni e corridoio soppalcato in muratura. Completamente ristrutturato ed arredato Riscaldamento/raffreddamento autonomo Posto

auto coperto esclusivo e cantinola Condominio euro 20/mese NO AGENZIE

Prezzo: 375.000,00 €

Tel: 3332464560

E-mail: n.folliero@alice.it

Box auto Piano vendesi

Mq.16 Lung 5,40 Larg 2,90 Alt 2,85 Adiacenze 3esse Piano -2 Condominio euro 7/mese Pertinenziale Piano di Sorrento NO AGENZIE

Prezzo: 40.000,00 €

Tel: 3332464560

E-mail: n.folliero@alice.it

Vendesi Capannone

Piano di Sorrento - Via Bagnulo. Vendesi Capannone di 1.000 mq

Tel: 335 64 38 716

Bar/gelateria

Corso Italia – Sant' Agnello In pieno centro, vicino ai principali servizi pubblici e commerciali proponiamo in vendita la cessione di un bar/gelateria totalmente ristrutturata e fornita all' interno di macchinari di alto valore di proprietà pronti per l'uso. Visionabile tutti i giorni previo avviso telefonico.

Tel: 08118236351 - 3318698017

Cerco affitto

Cerco locale in affitto in penisola sorrentina per un costo tra 350€ e 400€ di fitto mensile.

Tel: 3884907142

Cerco Socia

Avviata attività di parrucchiere sita in



MOTOSERVICE

L'INVERNO TI DEPRIME? CI PENSIAMO NOI A TIRARTI SU!

Soccorso Stradale - Ritiro e consegna del veicolo a nostra cura - Revisione Statale e Rottamazione

Tagliandi e riparazioni **SCONTATISSIMI!**

aprilia

PIAGGIO

HONDA

KYMCO

SYM
Engine of Life

PEUGEOT



Sorrento (NA) - Via degli Aranci, 33

Tel./Fax 081 8772713 • email: silviamotoservice@libero.it

Vetrina Annunci

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

Piano di Sorrento, cerca collaboratrice esperta da poter inserire nella società.

Tel. 3282778361

Fitto Appartamento a Meta zona

Corso Italia

Fitto Appartamento situato in Parco Dresda a Meta zona Corso Italia. Costituito da 2 camere da letto, 2 bagni, cucina e ampio soggiorno. 2 terrazzi e posto auto nel parco.

Tel: 3392544475

Piano di Sorrento monolocale uso transitorio

Piano di Sorrento fitto monolocale uso transitorio max 12 mesi, composto da una camera matrimoniale piccolo angolo cottura e bagno, in

contesto tranquillo localita Mortora, entrata indipendente con posto auto interno scoperto. Sono comprese le utenze di acqua e gas, ideale per appoggio lavoro max 2 persone, per info mandare mail.

Prezzo: 600,00 €

E-mail: colo.rus@hotmail.com

Cerco casa

Cerco casa arredata contratto annuale zona penisola. No perditempo, max serietà.

Tel: 3319022915

Fittasi villa Massa Lubrense

Fittasi a Massa Lubrense villa spaziosa e luminosa di 7 locali, 250 m2 su 2 piani. Il primo piano è composto da salone, sala da pranzo, cucina, locale

lavanderia, una camera matrimoniale e un bagno. Il salone affaccia su un'ampia terrazza con vista panoramica sul mare. Il secondo piano è composto da 4 camere da letto, 2 terrazzi e 2 bagni. La villa è dotata anche di uno spazio esterno con forno a legno e parcheggio auto coperto. Il centro è raggiungibile agevolmente a piedi.

Tel: 3381120739

E-mail: valeria.esposito@gmail.com

Fittasi monolocale

Fittasi monolocale, zona Piano di Sorrento Marina di Cassano, periodo da ottobre a giugno, arredato.

Tel: 0818080292-3393174794

Vendo casa



Fortuna
Intimo e Biancheria

VI AUGURA BUONE FESTE
su tutta la merce
RICEVI IL 20% di sconto
per ogni **25€ di spesa.**

DAL 21 AL 24 DICEMBRE ORARIO CONTINUATO
Corso Italia, 152 Meta (NA) - Tel. 081.534.23.09



*Vieni a provare le nostre
dolci specialità natalizie*

Pane con lievito madre

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

Pane

*Cereali Antichi
Altamura · Soia · Farro
Segale · Multicereali*





Fai decollare il tuo business sul web

Ti forniremo gli strumenti giusti

Siti Web / App / E-Commerce / Web Marketing
Social Media / Grafica & Stampa / Hosting
Copywriting / Booking System / Foto & Video

www.endesia.it

Google
Partner



📍 Via Sant'Andrea, 3
80063 Piano di Sorrento (Na)

🌐 www.endesia.it
✉ info@endesia.it

☎ +39 081 808 76 18

📘📷 Endesia

Vetrina Annunci

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

Vendo casa composta da 3 camere da letto, cucina, bagno e 200 mq di frutteto. Zona Vico Equense (Massaquano)

Tel: 3664917426

Cerco box

Cerco box in affitto o vendita a Via Gennaro Maresca.

Tel: 3664390280

MOTORI

Fiat Punto 1.3mjt-km.80mila!!!

Anno 2003 Zero sinistri Frizione e Distribuzione nuovi Custodita in box privato Euro 4

Prezzo: 2.750,00 €

Tel: 3332464560

E-mail: n.folliero@alice.it

SH 150i ABS-km.2000!!!

Anno 2015 Bloccacavallo Bloccaruota posteriore fisso Tappetino in gomma 2° parabrezza estivo GIVI Custodito in box privato

Prezzo: 2.750,00 €

Tel: 3332464560

E-mail: n.folliero@alice.it

Vendo Fiat Punto

Vendo Fiat Punto prima serie dell'anno 1999, utilitaria alimentata a ben-

zina, la macchina è di colore grigio argento metallizzato, 5 porte, aria condizionata, vetri elettrici con chiusura centralizzata, servosterzo, Airbag, tappezzeria colore azzurro 5 posti a sedere, cambio manuale a 5 rapporti più retromarcia. Impianto autoradio, fendinebbia sotto il paraurti anteriore aggiuntivi, sedile lato guida e volante regolabili in altezza. Auto in buone condizioni tenuta in garage vendesi per inutilizzo. Con possibilità di effettuare impianto gpl a poco prezzo anche presso officina nella mia città, con incentivo sconto sul costo del passaggio di proprietà per i residenti in provincia di Salerno. Anche via SmS o WhatsApp.

Prezzo: 850,00 €

Tel: 388112160

CORSI

Ripetizioni offresi

Studentessa universitaria offre ripetizioni ed aiuto compiti in tutte le materie per alunni di scuole elementari e medie, materie umanistiche per alunni delle scuole superiori. Massima serietà. Zona Vico equense. Eventuale disponibilità anche a domicilio.

Prezzo: 8,00 €

Tel: 3664642194

Ripetizioni matematica

Laureata con lode, impartisco lezioni di matematica per studenti di scuole medie e superiori.

Tel: 3382885444

Doposcuola e preparazioni

Docente materie letterarie effettua doposcuola in tutte le materie per le scuole medie inferiori e scuole elementari. Per le scuole superiori: doposcuola e preparazioni in Italiano, Latino, Greco, Geostoria, Filosofia. Prezzi mensili modici. Ambiente familiare. Esperienza e professionalità. Piano di Sorrento.

Tel: 3384938278

Doposcuola

Eseguo doposcuola scuole elementari e medie presso il mio domicilio a Meta di Sorrento. Prezzi modici.

Prezzo: 6,00 €

Tel: 3319547385

Lezioni private

Impartisco lezioni private di francese e inglese (conversazione, lettura e fonetica) ad adulti e ragazzi di scuole medie e superiori. E ad immigrati da Russia, Ucraina, Georgia e Moldavia

Buone Feste

CAPBROS

www.capbros.it • info@capbros.it [Facebook icon] [Twitter icon] Tel. 081 1887 2522



Vetrina Annunci

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

impartisco lezioni di italiano. Prezzi convenienti, disponibile anche a vostro domicilio.

Tel: 3400539874

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. Disponibile anche per supporto realizzazione tesi, tesine e presentazioni Power Point. Sono garantite massima professionalità ed efficienza. Contattare anche WhatsApp.

Tel: 3343718826

Lezioni private

Laureata magistrale con lode in Letteratura Moderna impartisce lezioni private in materie letterarie e latino a studenti di scuola superiore e in tutte le materie a studenti di scuole elementari e medie. Si garantisce la massima serietà. Prezzi modici.

Tel: 3317357152

Lezioni di chitarra

Cantautore, chitarrista, autodidatta, impartisce lezioni a domicilio.

Tel: 3391753811

ELETRONICA

Ricambi per Iphone 7

Vendo ricambi Iphone 7 - flat di carica (completo) - flat fotocamera fron-

tale (completo) Nuovi e mai utilizzati! Vendo per errato acquisto.

Prezzo: 19,00 €

Tel: 3881112160

LAVORO

Cercasi Lavoro segretariato o altro

Ragazzo 37 enne diplomato in Ragioneria, ottima conoscenza PC (pacchetto Office, Internet e mailing, e qualsiasi applicativo), uso pratico delle varie tecnologie ad uso comune e non. Ottima conoscenza e padronanza lingue inglese e francese scritto e parlato, cerca urgente lavoro come segretario o anche altre mansioni da esplicare in vari uffici o studi privati, su : Trecase; Pompei; Torre Annunziata; Castellammare di Stabia; Scafati e zone limitrofe. In

VIA RONCATO, 9/11
TERMINI
MASSA LUBRENSE



TEL. 081 8081989

Cioccolata calda, Tè, Tisane



Cornetti caldi tutte le sere

Federica

Bar

APERTO H 24



SIGARETTE ELETTRONICHE E LIQUIDI

CORSO ITALIA 166 META DI SORRENTO TEL 081 36 22 160



Mercatino Natalizio

RAF **ABBIGLIAMENTO**
e PELLETERIA

dal 7/12 al 10/1

Vasto assortimento di:

**Fuochi pirotecnici – Calze della Befana
Vestiti e Cappelli di Babbo Natale
per adulti e bambini
Copriesedia di Babbo Natale
e tanti altri accessori
Natalizi**

Ingrosso e Dettaglio



Tel. 334 785 3782

Via Flavio Gioia - Meta (nei pressi della Chiesa del Lauro)

Vetrina Annunci

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

possesto di patente B. Per Info.

Tel: 347/6531265

E-mail: gennarosetaro82@gmail.com

trice esperta da poter inserire nella società.

Tel. 3282778361

lammare. Come orari mattina e pomeriggio o tutta la giornata.

Tel: 3398233191

Ulysse Wellness Experience

Ulysse wellness experience cerca barista, anche prima esperienza, con età compresa tra i 18-25 anni. Si richiede buona capacità relazionale e flessibilità sugli orari (generalmente pomeridiani). Possibilmente residente in penisola sorrentina. Per info contattare telefonare o inviare CV vial mail.

Tel. 0818774923

E-mail: ulyssebistrot@outlook.it

Operaio agricolo

Signore 52enne italiano volenteroso cerca lavoro come addetto pulizia stalle. Anche in alpeggio con possibilità di vitto e alloggio. Ore pasti serali.

Tel: 3478059496

Cerco aiutante barista

Bar località Massaquano di Vico Equense cerca aiutante barista.

Tel: 3395814825

Cerco lavoro

Cerco lavoro part-time (mattina o pomeriggio. NO venerdì e sabato) come babysitter, cameriera bar, pulizie case, uffici o appartamenti (esperienza in tutto). Zona da Vico Equense e frazioni a Sorrento.

Tel: 3465772193

Badante

Badante cerco lavoro. Servizi e assistenza qualificata infermieristica per anziani, malati e disabili. Contattare per maggiori informazioni.

Tel: 3664185913

Cerco Socia

Avviata attività di parrucchiere sita in Piano di Sorrento, cerca collabora-

Cerco lavoro

Cerco lavoro come commessa in tutta la penisola sorrentina o Castel-

Oziocreativo

Abiti su misura - Aggiusti sartoriali
Selezione Vintage - Selezione grandi Marche

Augura buone feste

Via 1° Trav. San Michele, 14 - Piano di Sorrento
Tel. 338 288 14 90

 OZIOcreativo

 Oziocreativo_

Vetrina Annunci

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

Cerco pulizie

Ragazza di 28 anni, cerco lavoro per pulizie domestiche tutta la giornata, anche in b&b oppure come cameriera tutta la giornata fino alle 19:00-20:00 di sera.

Tel: [3398233191](tel:3398233191)

Addetto alla reception

Noi della direzione del St. Regis Hotel cerchiamo di avvalerci del servizio di un receptionist esperto che accoglierà i nostri ospiti appena arrivano nel nostro hotel. Compiti comprendono Controllando gli ospiti dentro e fuori, Emissione delle chiavi, Prendere prenotazioni per telefono o e-mail, Preparazione delle fatture e gestione dei pagamenti. Fornisco agli ospiti informazioni, Rispondo alle

loro domande e gestisci i reclami. Qualità e abilità personali Discorso chiaro Un modo educato Un alto livello di presentazione personale Eccellenti capacità comunicative verbali e scritte Un buon telefono Competenze, pazienza e tatto nel servizio al cliente La capacità di essere calmo e ben organizzato, anche quando si lavora sotto pressione. Inoltro il proprio CV / curriculum via e-mail.

E-mail: careers.regishotela@gmail.com

Cerco collaboratrice domestica

Cercasi collaboratrice domestica nella Provincia di Napoli, anche part-time mattina o pomeriggio.

Tel: [3498298672](tel:3498298672)

Cerco pulizie

Pulisco uffici e/o appartamenti.

Tel: [3420747435](tel:3420747435)

Offro lavoro

Cercasi ragazza per lavoro presso il mio ristorante in zona Massa Lubrense.

Tel: [3384681628](tel:3384681628)

Lezioni private

Impartisco lezioni private di inglese e francese (conversazione, lettura, fonetica) e lavori di traduzione, per adulti e ragazzi di scuola media e superiore, inoltre a residenti in Italia di lingua spagnola impartisco lezioni di italiano. Prezzi convenienti disponibile anche a domicilio.

Tel: [3400539874](tel:3400539874)



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

Dolcemente artigianali dal 1984



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

segui su 



MAIL BOXES ETC.®

#PeoplePossible

Auguri di
Buon Natale

***Anche quest'anno
spedisci le tue strenne
e i tuoi regali con noi!***



Italia

fino a 30kg €19,90

Europa

fino a 15kg €54,90

“COMPRESO L'IMBALLAGGIO”

Siamo in Corso Italia, 259c Sorrento (Na)

Tel. 0818774703 E-mail. mbe482@mbe.it

DEGA

 - M O T O R

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

 Dega Motor

Solo a Dicembre, sconto pari
al valore dell'IVA!

Panda da 7.800 €!

Con 5 porte e clima, oltre oneri finanziari
con finanziamento Manovra Perfetta.
Anziché 9.300 € TAN 6,45% - TAEG 9,77%



Jeep Compass

Gamma Compass da
299 € al mese

Zero anticipi - Zero interessi
TAN 0% - TAEG 1,12%



Ford Blue Days

i giorni migliori per scegliere
la tua nuova auto

ECOSPORT PLUS
a € 14.950

per tutti, anche senza usato da rottamare
con € 4.850 di EcoIncentivi Ford



Vetrina Annunci

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

Raga cerca lavoro

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

Tel: 3382452021

Lavoro da casa e social

Cerco Collaboratori x attività indipendente settore marketing Benessere. Richiesta max serietà e disponibilità ad imparare. No perdetempo e poco motivati.

Tel: 3343225819

E-mail: personal.wellness.team@live.com

Contabile Informatico

Contabile Informatico residente in Meta offre aiuto alla aziende e di piccole e medie dimensioni. Nella fattu-

razione elettronica, scontrini elettronici, cassetto fiscale, pec, richiesta credenziali, servizi Inps e tutte le novità introdotte dalla recente legge di bilancio. Disponibile per tutte le esigenze. Contatti esclusivamente via mail.

E-mail: mirko.rossi869@virgilio.it

★ VARIE

Radio d'epoca

Per veri amatori vendo a malincuore stupenda collezione di riproduzioni in miniatura di radio d'epoca. Prezzo interessante da concordare.

Tel: 3296799829

Dimagrire in modo rapido e sicuro

Attenzione, se vuoi perdere peso non devi lasciarti sfuggire questa

straordinaria occasione per dimagrire in modo sicuro e naturale. Richiedi GRATUITAMENTE un test per la valutazione del peso forma e diversi altri fattori corporei. Solo per il mese di dicembre eccezionale sconto del 15 % per l'acquisto di prodotti naturali per il dimagrimento.

Tel: 3296799829

Bambole "My Doll"

Affare! Vendo splendida collezione originale bambole del cuore "My Doll" altezza 30 cm. Vendo causa mancanza spazio a prezzo eccezionale scontato del 30%.

Tel: 3296799829

Cedo quattro sgabelli Billy Ycami

Cedo quattro sgabelli Billy Ycami pari a nuovo, alti cm 85 , in solida



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

Vetrina Annunci

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

struttura in alluminio e inserti in acciaio inox, con poggia piedi, seduta comoda e morbida in vera pelle colore nero. Base con piombatura sottostante per la massima stabilità! Più eventuali spese di spedizione

Prezzo: 320,00 €

Tel: 3337927265

E-mail: esposito.spinning@libero.it

Divano angolare bianco 5 ml.

Vendo divano angolare bianco in similpelle in buone condizioni

Prezzo: 100,00 €

Tel: 3382301246

Condivido camera

Offro possibilità di condividere camera con bagno a partire da gennaio 2020. No perditempo,

Tel: 3383711009

Vendo occhiali da sole

Vendo occhiali da sole graduati Ray Ban come nuovi mai usati.

Tel: 3498298672

Acquisto banconote, monete, medaglie, francobolli

Acquisto banconote, monete, medaglie, francobolli, etc. di tutte le epoche e nazioni. Per contatti anche WhatsApp.

Tel: 3405249154

Vendo Abito da Cerminia

Vendo splendido abito da cerimonia taglia 46 indossato in una sola occasione. Nella nuance calda e avvolgente del color cioccolato con corpetto tempestato di punti luce per un effetto illuminante. Visibile in

Sorrento, prezzo piccolo piccolo.

Tel: 3394658142

Sala - palestra

Cerco palestra con sala o sala da ballo per poter effettuare corsi di ZUMBA.

Tel: 3661662164

Vendo girarrosto elettrico

Vendo girarrosto elettrico professionale capienza 36 polli.

Prezzo: 729,00 €

Tel: 3385266297

Condivido camera

Condivido camera con bagno da mese di gennaio, no perditempo.

Tel: 3383711009

Vendo Conga AMAT

Vendo conga amat anni 70 +batteria da studio dixon.



**ACCONCIATURE
UOMO-DONNA
Anna e Gianluca**



da noi trovi i profumi
**MASCHILI E FEMMINILI
2019 - 2020**
YODEYMA







**Acconciature maschili - Evolution - Piegatura
Cosmetica - Extension - Ricostruzioni
Capelli - Trattamenti Nika**

Rivenditore autorizzato 

z.one concept   

C.so S. Agata, 26 - S. Agata sui due Golfi (NA) (ex ufficio postale) Tel. 081 4249784
 Anna 339.28.07.884 - Gianluca 366.1662149 presente su 

Tattoo Old Art

di Gennaro Durante

MASSA LUBRENSE, NA

need
more

INK

☎ 3314670658
📷 Gennaro Durante
📘 Tattoo Old Art



REALIZZA CON NOI L'EVENTO DEI TUOI SOGNI!



WEDDING & PARTY PLANNER

- DEEJAY SET
- ALLESTIMENTI A TEMA
- LIVE MUSIC
- LABORATORI CREATIVI
- KARAOKE
- ANIMAZIONE PER BAMBINI

SCOPRI I NOSTRI PACCHETTI FESTA "ALL INCLUSIVE"

SUBITO PER TE. UNO SCONTO DEL 20% SE NE PRENOTI UNO ENTRO IL 31/12

339 4020175

NEW PROJECT ENTERTAINMENT

new_project_entertainment_

Vetrina Annunci

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

Prezzo: 400,00 €
Tel: 338 2209501

Vendo due sedie di legno

Vendo due sedie di legno, tipo poltrona, con seduta a schienale imbottito, ottimo stato.

Prezzo: 60,00 €
Tel: 3519408010

Vendo abito da sposa

VERO AFFARE. Vendo splendido abito da sposa con guanti, velo e cuscino delle fedi. Collezione St. Patrick in perfette condizioni. Prezzo Trattabile.

Tel. 3396495749

Occhiali Ray - Ban

Vendo occhiali da sole graduati Ray-Ban, 100% UV protection. Come

nuovi, mai usati. Vero affare.

Tel: 3400539874

Regalo credenze e tavolo circolare

Causa trasferimento in abitazione più piccola regalo due credenze di inizio 900, e tavolo circola tre piedi con marmo (stile liberty) zona Piano di Sorrento.

Tel: 0815321107

Tavolo intarsiato allungabile

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 integre, devono essere pulite. Ritiro a domici-

lio. No perditempo.

Prezzo: 325,00 €

Tel: 3922192279

Vendo oggetti vari

Vendo due damigiane in vetro da 50 l € 20; damigiane da 20 e 5 l a €10-

Tel: 3664917426

Vendo gabbie uccelli

Vendo gabbie per uccelli, misura 42 cm €7,00, gabbie da 56 cm €10,00.

Tel: 3519408010

Enciclopedia + Annuario Rizzoli

Stupenda enciclopedia più annuario della Rizzoli l'enciclopedia è tenuta in maniera impeccabile!! Può essere visionato in qualsiasi momento.

Prezzo: 100,00 €



Diablura

Tantissime
idee regalo per
il tuo NATALE

Via San Michele 21
Piano di Sorrento (NA)
Tel. 338 484 1707

Vetrina Annunci

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

E-mail: riccio.luigi1975@libero.it

Cornice intarsio sorrentino

Bellissima cornice intarsio sorrentino con vetro e cartoncino, vendesi. Dimensioni: altezza 74 cm; lunghezza 108 cm. Condizioni ottime. Spese di spedizione a carico dell'acquirente o ritiro a domicilio.

Prezzo: 60,00 €

Tel: 3922192279

Vendo album di figurine Panini incompleti

Vendo album di figurine Panini incompleti di: N°2 Storia d'Italia Enzo Biagi del 1981, N°2 Ape Maia del 1980, N°1 Animali da salvare wwf del 1986, N°1 Beverly Hills 90210 del 1993.

Prezzo: 30,00 €

Tel: 0818086736

Vendesi ancora usate vari modelli

Vendesi ancora usate vari modelli Danforth, Halle, Bruce, Ombrello per imbarcazione da diporto in vari kg,

Tel: 330946567

Vendo Culla Foppapedretti

Vendo Culla Foppapedretti mai usata, materasso, cuscino, para colpi e piumone + carillon.

Prezzo: 200,00 €

Tel: 3355855130

Pianoforte Yamaha U3, bellissimo suono.

Il pianoforte è in buone condizioni. L'ho sostituito per poter acquistare un coda. Le imperfezioni sono trascurabili. Si trova a Sant'Agnello.

Prezzo: 2.200,00 €

Tel: 3771294266 E-mail: gaetano.maresca@alice.it

Tammorra Napoletana

Si vende tammorra napoletana in legno / pelle fissa naturale, piattelli diametro 35 cm. Prezzo eccezionale.

Prezzo: 30,00 €

E-mail: lisalisaer@libero.it

Lampadario a tre luci

Bel lampadario con tre luci. Altezza 60 cm. Tre grandi bocconi di vetro con disegno, con circonferenza nel punto più ampio di 51 cm. Condizioni

ni buone.

Prezzo: 20,00 €

Tel: 3922192279

E-mail: natyjs@libero.it

Vendo chiodi per edilizia

Vendo chiodi per edilizia di cm. 6 con testina bombata (vecchio tipo) minimo 100 pacchi da €0.50 al kg.

Tel: 330946567

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. Spese di spedizione ed imballo a carico dell'acquirente o ritiro a domicilio.

Prezzo: 35,00 €

Tel: 3922192279

LEGGIMI *Gratis*

anno 16 - numero 12

Contatto Pubblicitario:
08119171216 - 3803067686
Contatto Annunci Gratuiti:
08119915355 - 3803067686

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

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

MUSIC and LAB

ASSISTENZA TECNICA AUDIO-VIDEO
SISTEMI DI VIDEOSORVEGLIANZA
FILODIFFUSIONE AUDIO
CON GESTIONE DOMOTICA
SERVICES «MUSIC AND LIGHT»
IMPIANTI TV-SAT-LAN-WIFI

Giuseppe Russo 360920856

Corso Italia, 331
PIANO DI SORRENTO (NA)
info@musicandlab.tech

 [musicandlab.tech](https://www.facebook.com/musicandlab.tech)



Associazione Culturale

MAGIC *Medley* BALLET

ACCADEMIA DI DANZA CLASSICA E MODERNA

DIREZIONE ARTISTICA: MARILINA IACONO

Via delle Rose, 36 - Piano di Sorrento tel. 0815322345



Marilina Iacono



presenta

uno spettacolo di Oroscopo in Danza



*“Sotto il segno del
Magic Medley Ballet”*

Domenica 22 Dicembre 2019 ore 19:15
presso il Centro Congressi di Villa Fondi
Ingresso Libero

TEATRO
Rosee

Le nostre idee regalo

Teatrinvito 2019/2020

abbonamento a 5 spettacoli	€ 120,00
n. 2 biglietti teatro	€ 65,00

Regala Cinema

n. 2 ingressi 2D + 2 bibite e 2 popcorn	€ 20,00
coupon 5 ingressi 2d	€ 33,00
coupon 5 ingressi 2d + 5 bibite e 5 popcorn	€ 47,00
coupon 10 ingressi 2d	€ 60,00

Regala lezioni di Musica/Teatro

un mese di lezioni di Musica	€ 70,00
due mesi di lezioni di Teatro	€ 70,00

Arriva il Natale da

BICIMANIA

EVERYTHING FOR YOUR BIKE

ASSISTENZA



eBike Service 



Via Bagnulo 39, - PIANO DI SORRENTO (NA)

E-Bike Lombardo Appia NEW EDITION



SALOPETTE
INVERNALE

DISPONIBILE IN
VARI COLORI

35 €



POLAR
M600

~~279 €~~
220 €



POLAR
V650 HR

~~279 €~~
199 €

ACQUA &

SEGUICI SU



acquaesapone.it

Cofanetti regalo per lui



NIVEA MEN SENSITIVE
SCHIUMA DA BARBA 200 ml.
+ BALSAMO D/BARBA 100 ml.
+ DEO ROLL-ON 50 ml.
+ POCLETTE

€ 9,90



MALIZIA
DEO SPRAY 150 ml.
+ DOCCIA SCHIUMA 250 ml.
+ AFTER SHAVE 175 ml.
+ POCLETTE

€ 6,90



PHYTORELAX
BARBER SHOP
DETERGENTE VISO 200 ml.
+ OLIO BARBA 30 ml.

€ 8,90



**ARROGANCE/
GMV AQUA**
EDT 30 ml.
+ SHOWER GEL 100 ml.

€ 10,90



BIOETYC
DEO SPRAY 150 ml.
+ SHOWER GEL 200 ml.
+ POCLETTE

€ 9,90

segui su

ACQUA & SAPONE
Olio di
Cassia

acquaesapone.it



ORARIO CONTINUATO - DOMENICA MATTINA APERTO

SAPONE®

Oltre la Convenienza

OFFERTE VALIDE
DAL 26 NOVEMBRE
2019
AL 6 GENNAIO
2020

Cofanetti baby



SPIDERMAN
BIKE
BAGNOSCHIUMA 250 ml.
+ SAPONE LIQUIDO 250 ml.
+ CAMPANELLO BICI

€9,90



BATMAN
DOCCIA SHAMPOO 250 ml.
+ SPAZZOLINO DENTI
+ BRACCIALE

€9,90



PJ MASK/LOL
BAGNOSCHIUMA
2D - 400 ml.

€4,90



INCREDIBLES
DOCCIA SCHIUMA 250 ml.
+ SAPONE LIQUIDO 250 ml.
+ MASCHERINA

€9,90

SPIDERMAN
EDT 100 ml.
+ SHOWER GEL 60 ml.
+ ZAINO 3D

€14,90



seguidi su

ACQUA & SAPONE
Oltre la
Convenienza

acquasapone.it

PIAZZA DELLA REPUBBLICA, 19/21 - PIANO DI SORRENTO
P CORSO ITALIA 194 - PIANO DI SORRENTO



ICONIC SCARLET

MAKE UP & BEAUTY STUDIO

Augura Buone Feste

IDEE REGALO



Trucco capodanno
euro 19,90

Trucco evento + applicazione ciglia finte
euro 29,90

Pulizia del viso con struttura
arcata sopraccigliare + trucco giorno/sera
euro 39,90

Consulenza beauty + analisi del colore
euro 49,90

Scopri qual'è la tua stagione cromocromatica!

Corso Italia 182 - 184 Piano di Sorrento (NA)
Tel.:081/2772120 - E-mail: info@iconicscarlet.com

Iconic Scarlet iconic.scarlet