

LeggimiGratis

ANNO 1 N. 4 - Diffusione Gratuita

Ed. Penisola Sorrentina
e AgroNocerino

RISTORANTE - PIZZERIA Crawford

parco giochi - ampie sale per cerimonie - aria condizionata



Via Crawford, 8/10 - S. Agnello (NA)
Tel. e Fax 0818772689
www.ristorantecrawford.com



MICHELIN

YOKOHAMA TIRES



BRIDGESTONE

AVON
TYRES

MOMO

O.Z.
RACING

OMP

TOYO TIRES

Piazza della Repubblica, 11 - Piano di Sorrento
Piazza Matteotti, 11/19 - S. Agnello
www.gommautoemoto.it - Tel. 081.8786807



SOL LEVANTE

divertenza



ristorante

SARNO



Feste di Compleanno

Feste di Laurea

Cocktail Party

Addio al Celibato

Matrimoni

Comunioni

Battesimi



Direttore:

Francesco Tedesco

Info 338.46.41.996 - Fax 081.856.47.88

Via Cannellone, 22 - Sarno (SA)

RISTORANTE PIZZERIA 7 BELLO

NUOVA
GESTIONE

Via Bagnuolo, 79 Tel. 0815321924
Piano di Sorrento

SERATE
CABARET



SORRENTO INFO

Appartamenti, Ville & Bed and Breakfast
in Penisola Sorrentina e Costiera Amalfitana

Internet POINT

Via Tasso, 19 - Sorrento (NA)
Tel. 081.8074000 - www.sorrentoinfo.com

ENAP

**CORSI DI FORMAZIONE
AUTORIZZATI DALLA
REGIONE CAMPANIA
ART. 14 LEGGE 845 DEL 21/12/78**



...dal 1984 al servizio dei giovani

SCUOLA



TEST CENTER

- ✓ Operatore di Computer
- ✓ Programmatore per elab. dati
- ✓ Web Master
- ✓ Agente Affari in Mediazione
- ✓ Sicurezza sul lavoro (legge 626/94)
- ✓ R.P.C. (Requisito Prof. per il Commercio)
- ✓ R.A.C. (Rappresentante Agente di Commercio)
- NEW** ✓ Guida Subacquea
- NEW** ✓ Coordinatore Amministrativo
- NEW** ✓ O.S.A. (Operatore Socio Assistenziale)

PATENTE EUROPEA DEL COMPUTER

la scuola festeggia **20** anni
di attività e per l'occasione offre
la patente europea del P.C.

GRATIS

a tutti gli iscritti ai corsi di informatica

Castellammare di Stabia (NA) - Via Simmaco, 1 - ☎ 081.872.70.48

Torre del Greco (NA) - Via Marconi, 27 - ☎ 081.881.46.75

info@enapscuola.com - www.enapscuola.com

SOMMARIO

Bellezza	Pag. 4
Se ne parla	Pag. 5
Top Film.....	Pag. 7
Ma perchè?	Pag. 8
Le lingue.....	Pag. 9
La linea del tempo.....	Pag. 10
L'importanza del cardiofrequenzimetro.	Pag. 11
E' pronto in tavola	Pag. 12
La posta di Horus	Pag. 13
PC tips	Pag. 14
Test	Pag. 15
Giochi	Pag. 16
Relax	Pag. 17
Osserviamo il cielo	Pag. 19
Sport	Pag. 20
Olimpiadi	Pag. 21
News	Pag. 22
Accadde	Pag. 24
Annunci	Pag. 26
Soluzione dei giochi	Pag. 30

LeggimiGratis

Periodico a diffusione Gratuita
di Annunci Economici, Cultura,
Attualità e Pubblicità.

Reg. Trib. di Torre Annunziata n. 17 del 10/3/04

ANNO 1 N. 4 - 1 Settembre 2004

Direttore Responsabile: Giulio Frisoli

Editore: Erminio Ricciardi

Tiratura: 20.000 copie

Redazione: Piazza Cota, 25

80063 Piano di Sorrento (Na)

Tel. 0818788347 - Fax. 0815323799

info@impatto.biz - www.impatto.biz

info@leggimigratis.it - www.leggimigratis.it

Stampa: International Printing S.r.l. - Avellino

La partecipazione a LeggimiGratis è assolutamente volontaria e gratuita. Per motivi organizzativi, tutto il materiale ricevuto non verrà restituito ed entrerà 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 pubblicarne solo una parte e/o di farlo in un numero della rivista a sua scelta o di non pubblicarlo affatto. L'editore si riserva comunque il diritto di impaginare il materiale nella maniera più consona alla struttura della rivista in modo da garantirne una corretta visualizzazione e presentazione.

E-print

CON I NOSTRI PREZZI RISPARMI OLTRE IL 50%

distributore
automatico
di cartucce
24h su 24h

Tecnologia Printer tape



E-print di Marco Keller
Corso Italia, 260b 80067 Sorrento (Na)
E-mail: e-print@sorrentoservice.com
Tel./Fax: 0818071687 - 0815329113



Cartucce
compatibili.com



ABBRONZATURA: COME MANTENERLA

Le ferie sono finite, ma non per questo è il caso di abbandonare assieme alle vacanze anche l'abbronzatura tanto pazientemente conquistata dopo ore ed ore al sole. Sappiamo tutti perfettamente che è inutile tentare di trattenere la tintarella ad oltranza, ma è lecito farla durare il più a lungo possibile. Tanto più che un bel colorito, oltre a donare avvenenza alla nostra pelle, contribuisce al benessere del nostro lato interiore perché restituisce un'immagine migliore di noi, capace di influire positivamente sull'autostima.

Ecco come fare per conservare un bel colorito dorato il più a lungo possibile.

1. L'acqua non porta via l'abbronzatura, per cui si a docce e bagni. No ai detergenti troppo aggressivi che doccia dopo doccia seccano la pelle e sbiadiscono il colore, si invece a prodotti specifici per pelli abbronzate, come potrebbe essere un olio emolliente, in grado di idratare direttamente la cute dalla superficie non lavando via l'abbronzatura. Per un buon bagno il consiglio è di versare nella vasca una tazzina di olio di cocco e immergersi per una decina di minuti nell'acqua intorno ai 35 gradi, quindi uscire e tamponare la pelle senza strofinare.
2. Idrata molto la pelle ogni giorno, al mattino e alla sera prima di andare a letto, perché se viene idratata a fondo si mantiene elastica, compatta e il colore dura di più, se invece è secca finisce per squamarsi. In tal caso non esitare a rimuovere le cellule morte in modo delicato: potrebbe sembrare che faciliti e velocizzi la perdita dell'abbronzatura, in realtà ridona luminosità e splendore alla pelle. Utilizza un doposole, o se vuoi tornare al tuo prodotto abituale, controlla gli ingredienti. La crema non deve contenere né il retinolo, né gli AHA, né l'acido glicolico: sono sostanze a rischio per l'abbronzatura che possono togliere i pigmenti dalla pelle.
3. Continua a mangiare tanta frutta e verdura per assumere liquidi e bevi almeno 1 litro e mezzo d'acqua ogni giorno: l'idratazione comincia dall'interno.
4. Riserva un'attenzione particolare al viso. Detergilo con dei prodotti delicati e applica regolarmente una maschera nutriente: durante le prime settimane dopo il rientro ripeti questa operazione anche ogni due giorni. Te ne indichiamo una: grattugia una carota cruda e mescolala a un cucchiaino di panna fresca. Applica il composto sul viso per mezz'ora, poi risciacqua con acqua tiepida. Oltre a regalare una sfumatura dorata alla pelle, la rende morbida e vitale.
5. Infine, non dimenticare che anche in città o nei weekend all'aria aperta, perfino se il cielo è nuvoloso, la pelle riceve i raggi solari, per cui puoi usare a giorni alterni al posto delle abituali creme per il corpo e per il viso degli acceleratori dell'abbronzatura, che hanno anche una leggera azione autoabbronzante.



Le Fer

PREZIOSI

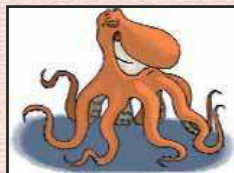
Cash&Carry di Roma / Via C. Colombo 11 / Tel. 061.8718183

Per i nostri Clienti parcheggio custodito gratuito

Info@lefer.it / www.lefer.it

Se ne parla

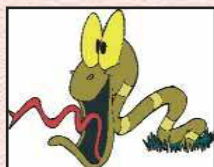
IL DOCILE POLPO



Il polpo avrà anche un aspetto sinistro, ma non è come sembra. Sebbene si difenda quando viene aggredito, in effetti il polpo è un animale timido e inoffensivo. Inoltre è molto bravo a risolvere problemi. Una volta gli scienziati hanno allettato due polpi con un'aragosta chiusa in un vasetto di vetro: i polpi hanno subito imparato a togliere il coperchio! Inoltre, una famiglia riferisce come un polpo domestico faceva in modo di ricevere da mangiare: di solito gli davano da mangiare prima di cenare. Quando la famiglia si dimenticava di dargli da mangiare prima di sedersi a tavola, il polpo si attaccava con tutti e otto i tentacoli al vetro e cambiava rapidamente colore per richiamare l'attenzione. E se questo non serviva, prendeva dal fondo dell'acquario un sassolino e batteva con insistenza sul vetro finché non si ricordavano di lui e gli davano da mangiare.

BANDITI ARMATI DI SERPENTI

Alcuni ladri hanno preso di mira gli abitanti di una cittadina del Nicaragua usando serpenti velenosi. La banda raccoglieva serpenti a sonagli nei campi vicini, toglieva loro il veleno e poi derubava la gente che viaggiava sulle strade fuori città minacciandola con i serpenti. Una ragazza, che svenne alla vista dei denti del serpente, quando riacquistò i sensi scoprì che le erano state rubate le catenine d'oro. La banda aveva anche rubato cibarie e contanti ai contadini.



TIGRI CONFUSE

Le circa 500 tigri del Bengala presenti nella riserva del Sundarbans in India uccidevano una sessantina di persone all'anno. Nel tentativo di ridurre il numero delle vittime, il Servizio Forestale indiano ha adottato un nuovo provvedimento. Siccome si è riscontrato che le tigri attaccano l'uomo solo da dietro, il Servizio Forestale ha provveduto a chi lavora nella

riserva delle maschere da portare dietro la testa. In un periodo di tre anni, nessuno di quelli che portavano la maschera è stato ucciso. Le persone uccise dalle tigri in quel periodo invece erano tutte prive di maschera. Infatti un taglialegna è stato aggredito alle spalle da una tigre quando si è seduto per il pranzo e si è tolto la maschera. Tra la gente del posto c'è chi afferma che le "tigri sono furbe e non si potranno imbrogliare ancora per molto".



UN'AQUILA SEQUESTRA UNA RADIO

Una rivista di scienze naturali narra uno strano episodio avvenuto nella Repubblica del Kirgizistan. Un giorno un pastore, mentre sorvegliava le sue pecore in una gola, sentì della musica provenire dal nido di un'aquila, su un alto dirupo. Subito capì dov'era finita la sua radio a transistor. Si pensa che l'aquila fosse piombata giù e avesse afferrato la radio, portandola nel nido. La rivista diceva pure che per diversi giorni e diverse notti la famiglia dell'aquila ascoltò la musica, ma quando le batterie si furono esaurite e la radio tacque, gli uccelli la spinsero giù dal dirupo.



UN SISTEMA RAPIDO PER INVECCHIARE IL VINO

Si afferma che alcuni tecnici cinesi siano in grado di trasformare il vino nuovo in vino di un'annata più vecchia nel giro di pochi minuti. Secondo il quotidiano di lingua inglese China Daily, il processo è stato messo a punto in una fabbrica di apparecchiature radio di Qiqihar, una provincia nordorientale della Cina. Richiede l'uso di onde radio ad alta frequenza, ultrasuoni e raggi ultravioletti. In dieci minuti, essi danno al vino nuovo lo stesso bouquet (gusto e corpo) che avrebbe dopo un anno di invecchiamento. Si afferma che venti società usino questo metodo.





SestoSenso

Abbigliamento
&
Complementi
di Starace A.



Via Marion Crawford, 5 - Sant'Agnello

MOSTRA IL MEGLIO DELLA TUA AZIENDA

IMPATTO

agenzia pubblicitaria - casa editrice

CONTATTACI PER LA TUA PUBBLICITÀ

Piazza Cota, 25 - Piano di Sorrento (NA) - Tel. 0818788347 - Fax 0815323799 - www.impactto.biz - info@impactto.biz



TOP FILM



PROSSIMAMENTE A NOLEGGIO



BIG FISH

Le storie di una vita incredibile
 Trama: William Bloom (Billy Crudup) sta cercando di conoscere meglio la storia del padre morto, grazie a tutte le storie che è riuscito a mettere insieme durante tanti anni. Attraverso queste storie comincia a conoscere le grandi imprese e i grandi fallimenti del padre.



KILL BILL - VOL.2

Trama: Bill è il boss di una banda di killer tutta al femminile, che come nomignoli hanno nomi di serpenti velenosi. Il film racconta la resurrezione della "Sposa" (Uma Thurman), uccisa il giorno delle nozze proprio da Bill, suo capo e amante. In realtà non è morta ma è rimasta in coma cinque lunghi anni. Quando torna alla vita il suo obiettivo è solo uno: uccidere Bill.



NON TI MUOVERE

Trama: In seguito ad un incidente stradale, la figlia di un neurochirurgo finisce in coma, il fatto dà l'occasione al padre per confidare alla figlia la sua vita passata e in particolare per parlare di una relazione extraconiugale avuta tanti anni prima.



SECRET WINDOW

Trama: Uno scrittore viene accusato di plagio da uno strano individuo. Quest'ultimo pur di ottenere giustizia è disposto persino ad ucciderlo.



TERRA DI CONFINE

Trama: Un ex-pistolero è costretto a riprendere le armi quando un uomo della legge minaccia il suo bestiame.



LA PASSIONE DI CRISTO

Trama: Il film rivive le ultime 12 ore compresa la crocifissione di Gesù Cristo.

VIDEOSTAR

SPECIALE PROMOZIONE

Piazzetta delle Rose
 Piano di Sorrento (NA)
 Tel. 081.5322472

**MOLTIPLICA
 IL TUO
 CREDITO**

**con 10 € avrai
 15 € di ricarica**

Affrettati!! Offerta valida fino al 30 settembre 2004

Ma Perché?

PERCHÉ LE CIPOLLE FANNO PIANGERE?



Quando si affetta una cipolla vengono rilasciate delle sostanze. Nella parte anteriore della cornea dei nostri occhi sono presenti delle terminazioni nervose che rilevano queste sostanze irritanti e sollecitano il nervo ciliare che solitamente invia messaggi di dolore. Il cervello interpreta questa attività nervosa come una sensazione di bruciore provocata da un'irritazione dell'occhio, che in realtà non si verifica, e invia comunque segnali. Le ghiandole lacrimali, credendo di essere in presenza di sostanze irritanti, producono lacrime che hanno lo scopo di pulire e disinfettare l'occhio.



PERCHÉ SE SI ACCENDE UN FUOCO IN UN IGLOO QUESTO NON SI SCIOLGIE?

Perché gli igloo (le case di ghiaccio) sono formati da due elementi diversi: il ghiaccio delle pareti e l'aria all'interno, elementi che hanno una diversa capacità termica. L'aria calda, arrivata nei pressi delle pareti interne, si raffredda velocemente; il ghiaccio, invece, ha bisogno di un elevato apporto di calore per passare allo stato liquido e per questo motivo resiste!

PERCHÉ SI FA LA LINGUACCIA IN SEGNO DI DERISIONE?



Perché il bambino piccolo apprende rapidamente che il modo più efficace per rifiutare il cibo è tirare fuori la lingua irrigidendola. Da qui si fa presto a passare da rifiuto a derisione.

PERCHÉ IN ASIA HANNO GLI OCCHI A MANDORLA?



Secondo gli antropologi, questo accorgimento anatomico sarebbe un'eredità dei gruppi umani stanziati in Siberia durante l'ultima glaciazione e poi migrati in tutta l'Asia. Infatti sembrerebbe che questo particolare anatomico, che è uno strato adiposo supplementare, sia stata un'evoluzione per ottenere maggiore protezione dal freddo e dal vento gelido.

PERCHÉ SI RUSSA?



Il palato superiore è formato da due parti: una dura, delimitata dai denti dell'arcata superiore, e l'altra molle, situata all'interno, che si chiama palato molle o velopendolo. Quando ci si addormenta, soprattutto se si è distesi sulla pancia, questo, per effetto del peso, sporge nel fondo della gola, al punto che può ostruire la faringe. In questo caso l'aria che arriva durante l'inspirazione dal naso fa vibrare la volta, producendo il caratteristico ronzio più forte quanto il passaggio dell'aria è ostacolato.

Sorrento Lingue
Centro Linguistico Internazionale
Riconosciuto dal Ministero della Pubblica Istruzione

INGLESE Francese
SPAGNOLO TEDESCO
Giapponese

Esami riconosciuti in sede

iscrizioni entro il 30 settembre 2004
sconti del 10% per gli iscritti entro il 15 settembre 2004

Via San Francesco, 8 - SORRENTO (NA)
Tel. 0818075599 - Fax 0815324140

www.sorrentolingue.it

Al Giardino Renato Giudone
di Elvy



Fiori - Pianta
Bomboniere
Articoli da Regalo
Addobbi



MOIANO DI VICO EQUENSE
Via R. Bosco, 599 - Tel. 0818023397

LE LINGUE

A scuola abbiamo appreso che prima di Roma c'è stata Atene e prima ancora i Sumeri, ma ora Merritt Russell della Stanford University della California, dopo 30 anni di ricerche, in **SULLE ORIGINI DELLA LINGUA MADRE**, sostiene a ragione che tutte le lingue, e quindi la stessa civiltà, derivino da una proto-lingua che si parlava lungo il Fiume Indo un 10.000 anni fa.

Avendo, negli anni ottanta, un ingegnere genetico riscontrato sostanziose somiglianze fra le cellule del midollo spinale di noi dell'Italia Meridionale e di individui delle vallate del detto Fiume Indo, nel senso che noi ne abbiamo molte di quelle genti ed esse nessuna delle nostre, è sorprendente la correlazione fra alcuni vocaboli che venivano usati nella penisola sorrentina sino agli anni cinquanta e quelli che ancora si usano in quella stessa lontana area: il Punjab. Cioè il travaso è avvenuto da Oriente verso Occidente, e non viceversa.

Da quelle aree, alcuni ardimentosi ci hanno recato il grano, l'erba medica (il foraggio che i nostri contadini coltivavano per le mucche e che assieme alla graminacea che ci dà la farina, fu selezionata dai Medi e dai quali deriva anche il termine medico), i miti e le parole, e qua bisognerebbe risalire al perché quel vocabolo, specificante quella cosa o quell'oggetto, venne a formarsi ed a stabilizzarsi proprio con quei fonemi che, salvo poche variazioni, si ritrovano eguali in tutte le lingue di questo pianeta, in quanto le parole, veri e propri monumenti viventi, assieme ai primi ritrovati dell'agricoltura e della tecnica, trovarono un loro modo di diffondersi. Quando un vocabolo cessa di essere usato, è parte della storia del mondo che scompare.

Prendiamo il termine Cataro. Era questi un artigiano che da noi faceva tini, barili e botti di legno.

La Via San Michele, proseguendo dopo la chiesa, diventa Via Francesco Saverio Ciampa, in cui sulla sinistra, al numero civico 32, all'altezza della traversa per il rione di Gottola, è un prestigioso palazzo con due rampe di scale e noto sino ai miei verdi anni come O' palazzo 'ro cataro. Il cataro era l'artigiano Vincenzo Maresca che coi proventi del figlio Salvatore, comandante di velieri, costruì il detto palazzo.

In lingua Punjabi carpentiere in legno: cate, ed in inglese tagliare: to cut. Tale vocabolo evoca il suono di un'ascia che colpisca un legno.

I primi a scontrarsi con la realtà che tutti gli idiomi del pianeta, inclusi quelli tuttora in uso nell'Alaska, nel Mato Grosso e nelle Isole del Pacifico, derivino da una sola lingua, furono i missionari cattolici quando, giunti nelle valli lungo il Fiume Indo, furono sorpresi nell'udire quelle genti esprimersi in una lingua molto prossima al latino. Essi erano semplicemente giunti nel posto dove aveva avuto origine la lingua che aveva fatto da base, oltre che al Latino, al Greco, al Sanscrito, all'Aramaico ed a tutte le altre.

Ve ne renderete conto analizzando quanto nella lista qui a lato, tratta dal Punjabi-English English-Punjabi Dictionary di Krishan Kumar Goswami Stampato dalla Rajkamal Electric Press, Delhi.

Vito Maria D'Abundo

Adaa Grazia Bellezza
Aji Oggi
Akkh Occhio
Allaa Dio
Aman Pace
Ammaa Mamma
Andar Stanza Interno
Azeez Caro Figlio
Captaan Capitano
Chehraa Faccia
Chutar Natiche Fianchi
Deu Dio
Dil Cuore
Din Giorno
Dwaar Porta
Faringee Straniero
Fotaa Testicoli
Ishak Passione
Istree Donna
Gaun Andare
Haner Oscurità
Janglee Selva
Kasbaa Città
Haspataal Ospedale
Kafaan Bara
Kalaa Arte
Kameez Camicia
Kamraa Stanza
Kanoon Legge
Khaatee Carpentiere
Kapaal Testa
Khasam Marito
Laaraa Sposa
Lugat Dizionario
Maarkaa Marca
Maastar Insegnante
Maataa Mamma
Mat Dogma
Matreaa Sorellastra
Man Mente
Mubaarak Benvenuto
Naa Barca
Nawaan Nuovo
Nikkaa Piccolo
Nirvana Salvezza
Oorgia Energia
Paer Piede
Pajaamaa Pantaloni
Pet Stomaco
Piaar Amore
Pio Parente maschio
Pishaab Urina
Rabb Dio
Safar Viaggio
Salaam Saluti
Sanskriti Cultura
Sant Santo

LA LINEA DEL TEMPO

di Erminio Ricciardi

Da sempre l'uomo sogna di viaggiare nel tempo per rivivere il passato o vedere il futuro. Vi sorprenderebbe sapere che, in un certo senso, si viaggia nel tempo ogni giorno? Prendiamo per esempio un uomo d'affari che da Tokyo va a New York in aereo per una riunione. Se ha il volo a mezzogiorno, dopo aver viaggiato senza sosta arriverà a destinazione, quasi dall'altra parte del mondo, la stessa mattina apparentemente prima di quando è partito.

È davvero possibile fare un lungo viaggio e arrivare prima di quando si è partiti? In realtà no, ma città molto distanti fra loro hanno fusi orari diversi. Infatti, attraversare la linea internazionale del cambiamento di data, una linea immaginaria del globo, significa attraversare un confine che per convenzione separa i giorni del calendario. È un'esperienza che lascia confusi! A seconda della direzione in cui si viaggia, è come perdere o guadagnare un giorno in un istante.

Supponiamo che nel viaggio di ritorno l'uomo d'affari di Tokyo parta da New York nella tarda serata di martedì. Quando scenderà dall'aereo, circa 14 ore dopo, in Giappone sarà già giovedì. Avrà saltato un giorno intero!

Nel 1522, quando gli uomini dell'equipaggio di Ferdinando Magellano completarono la prima circumnavigazione del globo arrivarono in Spagna Domenica 7 settembre, dopo tre anni trascorsi in mare, ma dal giornale di bordo, però, la data risultava essere sabato 6 settembre. Facendo il giro della terra nella stessa direzione del sole avevano visto un'alba di meno rispetto agli abitanti della Spagna.

Lo scrittore Giulio Verne sfruttò questo fenomeno all'inverso per la trama del suo romanzo "Il giro del

mondo in ottanta giorni". Per vincere una grossa somma di denaro, il protagonista doveva compiere il giro del mondo in 80 giorni. Alla fine della sua avventura giunse a casa deluso perché era troppo tardi, anche se si trattava di un giorno solo, per ricevere la lauta ricompensa. O almeno così credeva. Rimase sbalordito nell'apprendere che, in realtà, aveva rispettato la scadenza. Senza saperlo aveva guadagnato un giorno sul suo itinerario, e ciò unicamente perché aveva fatto il giro del mondo andando verso est.

COME FUNZIONA? Per capire come è possibile perdere o guadagnare un giorno attraversando la linea di data, immaginate di fare il giro del mondo con un'imbarcazione. Diciamo che dovete andare verso est. Forse non ve ne rendete conto, ma per ogni fuso orario che attraversate guadagnate un'ora. Quando infine completerete il giro del mondo, avrete attraversato 24 fusi orari. Senza una linea internazionale del cambiamento di data arrivereste un giorno prima rispetto all'ora locale, ma questa linea corregge questa discrepanza. Un po' confuso, vero? Non c'è da meravigliarsi se sia l'equipaggio di Magellano che Phileas Fogg, il personaggio inventato da Verne, sbagliarono a calcolare la data in cui avevano completato il loro giro del mondo!

Coloro che hanno attraversato la linea conoscono la strana sensazione di avere all'improvviso perso o guadagnato un giorno. Ma senza la linea del cambiamento di data i viaggi intorno al mondo sarebbero ancora più confusi.



L'Incontro
garden bar



Via M. Costellano, 15 - Sant'Agnello di Sorrento - Tel. e Fax 0818773744
incontrogardenbar@libero.it - www.incontrogardenbar.it

L'IMPORTANZA DEL CARDIOFREQUENZIMETRO

Che cos'è la frequenza cardiaca?

La frequenza cardiaca è la frequenza delle pulsazioni del cuore e cioè il numero delle pulsazioni in un minuto.

Perché misurarla?

Perché è un indicatore preciso e personalizzato dell'intensità dell'attività fisica. E' bene ricordare che livelli diversi di intensità d'attività fisica producono risultati diversi. Prima di impostare qualsiasi programma di allenamento è fondamentale che tu abbia chiaro in mente qual è il tuo obiettivo:

- Obiettivo 1: Perdita/controllo del peso;
- Obiettivo 2: Miglioramento della condizione generale;
- Obiettivo 3: Miglioramento delle proprie performance atletiche.

A ciascuno di questi obiettivi corrisponde una fascia di frequenza cardiaca che garantisce un allenamento finalizzato ed efficace.

La frequenza cardiaca massima è il numero massimo di battiti che il cuore può raggiungere in un minuto, sotto sforzo. Allenarsi con una frequenza cardiaca fra il 60% ed il 70% della frequenza max determina un ottimale consumo delle riserve di grasso.

Allenarsi con una frequenza cardiaca fra il 70% e l'80% della frequenza max determina le migliori condizioni per un allenamento cardiovascolare mirato al miglioramento della forma fisica e della capacità aerobica.

Per trovare la propria frequenza cardiaca si può effettuare una prova di sforzo massimale in presenza di un medico sportivo; un sistema di calcolo della FC max certamente meno preciso, ma attendibile, si basa sulla seguente formula: $220 - \text{età dell'individuo}$.

Per esempio, in linea di massima, una persona di 40 anni dovrebbe avere una FC max di 180 battiti ($220 - 40$). Precisiamo che questo è un semplice calcolo matematico e non può essere considerato molto preciso. Dopo aver calcolato la FC max non resta che fare un paio di calcoli per trovare le zone di frequenza allenanti più adatte! Se prendiamo l'esempio della persona di 40 anni, la sua zona "Aerobica" sarà (70%-80% della FC max) dai 126 ai 144 battiti oppure la zona più adatta al consumo dei grassi (60%-70% della FC max) sarà dai 108 ai 126 battiti.

Daniele Fiorile





VASTO ASSORTIMENTO DI INTEGRATORI





SCONTI
DEL 20%

potrai ordinarli grazie al sito:
www.centopercentofitness.it

se sei interessato al nuovo catalogo richiedilo *gratis* al numero 800980956 e ti verrà inviato direttamente a casa

Corso Garibaldi, 57

Salerno - Tel. 089222103

Corso Italia, 254

Sant'Agnello (Na)

Tel. - Fax. 0815342167

E' Pronto in Tavola

PAPPARDELLE AI GAMBERI

Ingredienti per 4 persone:

300 g di pappardelle all'uovo
200 g di gamberi già sgusciati
150 g di funghi
2 pomodori maturi
½ dl di vino bianco secco
30 g di burro
1 spicchio d'aglio
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
Sale
Pepe
Tempo: 45 minuti



Pulite con un panno umido i funghi, eliminando la parte terrosa, e affettateli. Scottate i pomodori in acqua bollente per un minuto, spellateli, privateli dei semi e tagliateli a pezzetti. Tritate l'aglio e rosolatelo a fuoco dolce per 3-4 minuti in un tegame con 2 cucchiaini d'olio. Unite poi i funghi, sale e pepe a picare e cuocete per 10 minuti. Fate saltare i gamberi in una padella con il burro per un paio di minuti, quindi bagnateli con il vino, che lascerete evaporare a fuoco vivace. Aggiungete i funghi e i pomodori e lasciate insaporire per qualche istante. Lessate le pappardelle in acqua bollente salata, scolatele al dente, mescolatele con il condimento preparato e servite.

Un consiglio un più: un trucco valido per tutti i tipi di pasta all'uovo è aggiungere all'acqua di cottura della pasta un cucchiaino di olio extravergine d'oliva. Fatelo anche per le pappardelle, così non si attaccheranno le une alle altre.

Pietro a Metrano

Soggiorno - Bar - Pizzeria - Cucina Casereccia



www.pensionemetrano.net



a 10 km da Sorrento



www.ristorantisorrento.it

Via Nicola Pacifico, 4 - Monticchio - MASSA LUBRENSE (NA) - Tel. e Fax 0818081900

Da noi puoi tentare la fortuna ai dadi, e se esce il 12 avrai gratis le bibite.



LA POSTA DI HORUS

Bellezza e benessere psico fisico

Estate, tempo di mare, sole, vacanze ma anche, e soprattutto, non dimentichiamoci: caldo e afa. Si cerca refrigerio con bibite ghiacciate, gelati, ventagli, ventilatori, aria condizionata. Spesso si finisce con l'esagerare nell'esporre ad eccessivi metodi refrigeranti con conseguenti raffreddori e non di rado torcicollo.

Con il termine torcicollo, genericamente, ci riferiamo al caratteristico dolore localizzato al collo, che colpisce di solito un gruppo muscolare da uno, o più raramente, da entrambi i lati del collo. Esso provoca una quasi assoluta impossibilità dei movimenti di flessione e di rotazione del capo, che induce chi ne è colpito ad assumere un atteggiamento caratteristico, con flessione del capo verso il lato dolente e spostamento con tutto il corpo per voltarsi a guardare. Il torcicollo può avere diverse origini, ma in questo caso insorge per l'esposizione prolungata all'eccessivo quanto anomalo refrigerio. I rimedi in questo caso possono essere solo naturali se ci troviamo di fronte a forme piuttosto lievi o associate a quelli della medicina classica.

I rimedi naturali sono vari, ma molto utili ed efficaci si rivelano le frizioni con olio canforato. Meglio ancora sarebbe sottoporsi ad un buon massaggio eseguito da mani esperte (operatore specializzato) con olio di arnica o semplicemente con olio di mandorle dolci o di oliva. Nei casi più seri questi rimedi possono essere associati, senza alcuna controindicazione, ad opportune terapie farmacologiche prescritte dal medico curante.



HORUS RISPONDE...

Carlo M. Soffre di irrigidimento ai muscoli dorsali e del collo e chiede se vi sono rimedi naturali per ovviare a ciò. Per risolvere problemi di contrattura muscolare a carico della schiena consiglio massaggi mirati, ginnastica, ma soprattutto nuoto. Considerando che è ancora estate gli consiglio di approfittarne per fare salutari nuotate.

Santina I. Chiede se esistono erbe depurative dell'organismo capaci di proteggere anche dalle varici. Esistono numerose erbe con tali proprietà. Nel suo caso posso suggerire di preparare una tisana di millefoglie (due pizzichi per tazza). Questa tisana oltre che un ottimo depurativo dell'organismo, protegge dalle varici, regolarizza le mestruazioni, previene le ragadi al seno.

Se avete richieste o quesiti inerente le varie discipline olistiche vi invito a scrivermi tramite email: m.pascariello@libero.it

Marilena Pascariello

BRACCIO DI FERRO

PIZZERIA

ROSTICCERIA

GASTRONOMIA

Via Ripa di
Cassano, 8/10

Tel. 0818786503

PIANO DI SORRENTO



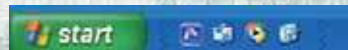
COME DIVENTARE PROPRIETARI DI UNA CARTELLA

WINDOWS XP: Alcune volte non ci è permesso accedere ad alcune cartelle perché non godiamo dei diritti di accesso, possiamo saltare questo ostacolo semplicemente diventando proprietari della cartella stessa. Tutto sta nel modificare le autorizzazioni impostandole a noi stessi. Per prima cosa accediamo come Amministratori poi con il tasto destro del mouse andiamo sulla nostra cartella e scegliamo Proprietà – Protezione – Avanzate – Proprietario. Se la scheda Protezione non è visualizzata la possiamo attivare andando su Esplora risorse – Strumenti – Opzioni Cartella – Avanzate e togliendo la spunta alla voce Utilizza condivisione file semplice. Nell'elenco sottostante Nome facciamo clic sul nome utente con cui siamo entrati oppure clicchiamo sul gruppo administrators Da qui basta mettere la spunta su Sostituisci proprietario in sottocontenitori ed oggetti e dare OK. Dopo il messaggio "Non si dispone dell'autorizzazioni per leggere il contenuto....." diamo Sì ed OK quindi impostiamo la protezione e le autorizzazioni desiderate per la cartella e il suo contenuto.

COME NAVIGARE NELLA TASKBAR SENZA L'UTILIZZO DEL MOUSE.

Ecco la combinazione di tasti da premere per poter navigare nella taskbar di windows senza utilizzare il mouse (da premere in sequenza):

- CTRL+ESC
- ESC
- TAB



ora potete spostarvi con i tasti SINISTRA , DESTRA e TAB.

COME DISABILITARE I MESSAGGI DI ERRORE ALL'AVVIO

Con questa semplice modifica al Registro di Sistema è possibile sopprimere ogni messaggio di errore che appare all'avvio di WindowsXP. Questo messaggio solitamente notifica il malfunzionamento di una periferica oppure di un servizio.

Per rimuoverlo aprite il registro (start->esegui->regedit) e poi troviamo la seguente chiave:

**HKEY_LOCAL_MACHINE\SOFTWARE\Micr
osoft\Windows NT\CurrentVersion\Windows**

Creiamo poi una nuova DWORD chiamandola "NoPopUpsOnBoot" e settiamo a 1 il valore per disabilitare il popup.

Adesso creiamo una DWORD supplementare chiamata "Error Mode" e settiamo il valore a:

- 0 = Nessuna soppressione
- 1 = Soppressione degli Errori di Sistema
- 2 = Soppressione di tutti gli errori

a seconda di quali messaggi noi vogliamo bloccare. Ricordatevi sempre di riavviare il PC. Questo trucco è valido sia per WindowsXP, sia per Windows2000.



**RIVERSAGGIO
DA VIDEOCASSETTA
A DVD**



OFFERTA IRRIPETIBILE!

**C.so Italia, 317
Piano di Sorrento
Tel. 0815342135**





**5,00 €
PER OGNI ORA**

Vendita e assistenza pc a domicilio

TEST

QUAL'E' IL VOSTRO STILE NELL'AFFRONTARE I PROBLEMI?

Tutti abbiamo delle capacità, spesso però non le riconosciamo. Questo test vi aiuterà a scoprire qual è il vostro modo di affrontare le difficoltà e come migliorarlo.

La tua auto sbanda: come reagisci?

- A. Sei paralizzato/a dal terrore
- B. Urli, ma intanto cerchi di fermarla
- C. Rimani freddo/a e non perdi la calma

Quando sei in difficoltà:

- A. Ti deprimi
- B. Ti arrabbi
- C. Ti dai da fare

Come riemergi dalla confusione dovuta a un imprevisto?

- A. Succede senza sapere come
- B. Ti concentri
- C. Cerchi di distrarti

Il rubinetto del bagno perde:

- A. Telefoni ai tuoi
- B. Chiami un idraulico
- C. Provi a smontarlo

Un collega di lavoro ti aggredisce sottilmente, senza alzare la voce:

- A. Te ne accorgi solo dopo un po'
- B. Ci rimani male ma non dici nulla
- C. Rispondi con feroce ironia

Tuo figlio cade e si fa un taglio alla mano:

- A. Ti metti a piangere insieme a lui
- B. Sei spaventato ma lo nascondi
- C. Lo tranquillizzi e guardi se ha bisogno di un medico

Un cassiere della banca ti tratta con poca cortesia:

- A. La prossima volta cambi sportello
- B. Lo maltratti
- C. Vai immediatamente a fare le tue rimostranze al direttore

Hai deciso di chiedere un aumento al tuo capo. Come ti senti subito prima?

- A. Come Fantozzi
- B. Ripassi il discorso
- C. Bevi un bicchierino

In autobus ti hanno rubato il portafoglio:

- A. Non sai come dirlo a casa
- B. Fai una denuncia
- C. D'ora in poi starai molto più attento/a

C'è qualcosa che desideri tantissimo e non hai mai osato fare?

- A. Moltissime cose
- B. Tutte quelle che considero davvero trasgressive
- C. Qualcosa sì, ma è solo questione di tempo.

Assegna adesso 1 punto a ogni risposta A, 2 a ogni risposta B e 3 alle C. Fai la somma e leggi il tuo ritratto a pagina 30.

Abbigliamento per Lei

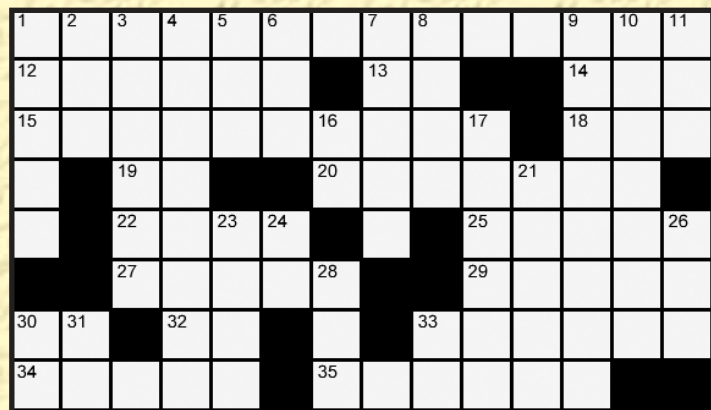
TIMES DONNA

VESTE LA DONNA DALLA TAGLIA 40 ALLA 54

VIA DEI GOTI, 1 - ANGRI (SA) - TEL. 081 5134531

CRUCIVERBA

Questa settimana il cruciverba ci è stato fornito da
PATRIZIA CAPPIELLO



ORIZZONTALI

1. Complesso di esercizi ginnico-aerobici. 12. Chi vive comodamente. 13. TAC agli estremi. 14. Uomo inglese. 15. Rendere bianco. 18. Una allo specchio. 19. Consonanti in bile. 20. Strumento a fiato. 22. Altro nome di Ascanio. 25. Innalzare (terza persona singolare). 27. Uso... Latino arcaico. 29. Stare anagrammato. 30. Dato che. 32. Ugo Tognazzi. 33. Recipiente in terracotta per conservare vino. 34. Fiera, festa popolare. 35. Accorto, acuto.

(Soluzioni del cruciverba e del quiz a pag. 30)

OGNI LIBRO AL SUO POSTO

Sapreste disporre i sei libri menzionati nelle seguenti informazioni sfruttando queste ultime? Il saggio si trova a destra del libro delle favole, ma non a fianco; Il romanzo è posto a fianco sia del giallo che del libro di avventura; Il thriller si trova ad una estremità ed a fianco del saggio; Tra il libro delle favole e il giallo compaiono due libri.

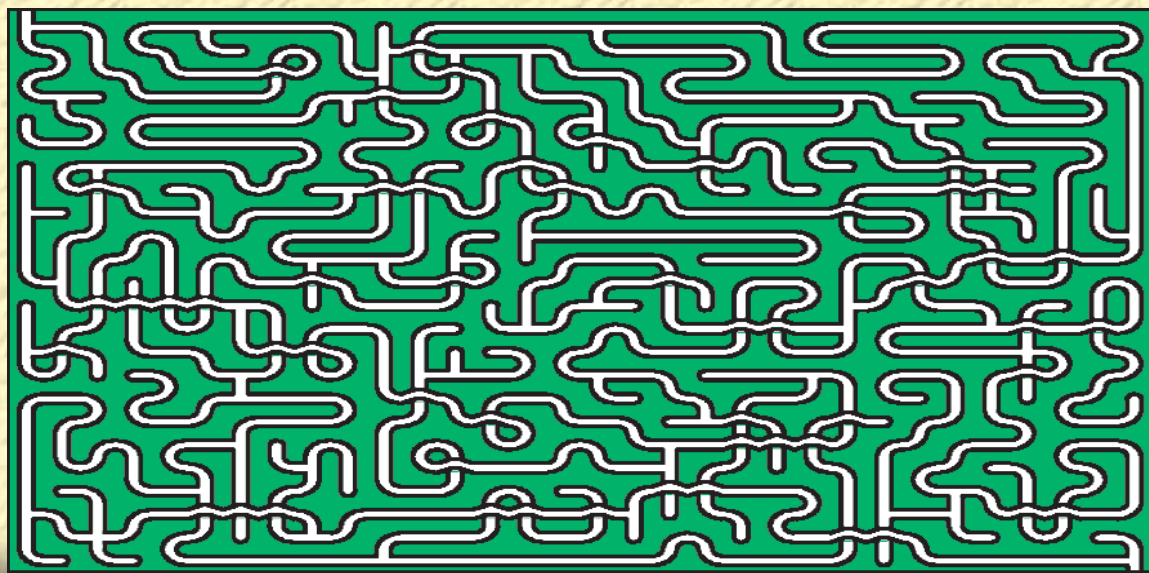
VERTICALI

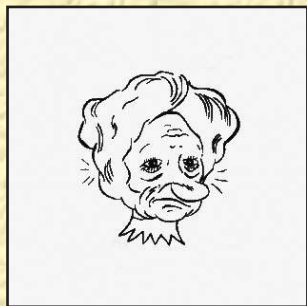
1. Fratello di Abele. 2. Organismo Geneticamente Modificato. 3. Uccello rapace diurno. 4. Completo da donna. 5. Mezza carota. 6. Noto cantante. 7. La patria di Ulisse. 8. Colore giallo-rosso. 9. Essere agitato. 10. Impegnato uomo d'affari. 11. Organizzazione Nazioni Unite. 16. Como. 17. Opinione assurda e insostenibile. 21. L'opposto di carri. 23. Busta senza testa. 24. Sopra. 26. E' tenera quella dei bambini. 28. Richiesta di aiuto. 30. Sassari. 31. Le vocali in erba. 33. Sono doppie nel saggio.

IL SUGHERO

Un amico vi mette davanti un bicchiere pieno a metà di acqua e vi fa galleggiare un tappo di sughero. Come inevitabilmente accade, il tappo si sposterà verso la parete del bicchiere.

"Ora" dice vostro amico, "devi fare in modo che il tappo resti stabilmente al centro del bicchiere. Non hai a disposizione altri elementi che il bicchiere, acqua e il tappo". Come risolvi il problema?





Un'immagine, se capovolta, può risultare decisamente diversa



I colori della prima immagine sembrano più "accesi" di quelli della seconda immagine perché sono delimitati da un bordo nero. Inutile dire che sono gli stessi i dentici colori.

ECCO A VOI ALCUNE TRA LE SCOPERTE PIÙ BUFFE MA VERE CHE SIANO MAI STATE FATTE

E impossibile per un uomo leccarsi il gomito.

Gli orsi polari sono mancini

Uno scarafaggio può vivere più di una settimana senza testa

Le stelle marine non hanno il cervello

I maiali non possono fisicamente guardare il cielo

Se cercassi di starnutire con gli occhi aperti ti uscirebbero dalle orbite.

I ratti e i cavalli non possono vomitare.

Il maschio della mantide religiosa deve essere decapitato per accoppiarsi.

E infine...

**CIRCA IL 90% DI QUELLI
CHE HANNO LETTO
QUESTO ARTICOLO
HANNO CERCATO DI
LECCARSI IL GOMITO!**

RAGIONI PER CUI SI EVIDENZIA IL SESSO FEMMINILE DEL COMPUTER

Una volta acquistato ci spendi sopra milioni in "accessori".

Incominci a passarci le serate, tralasciando i divertimenti e gli amici.

Pur sforzandoti, a volte, esegue "procedure" che proprio non riesci a comprendere.

Sei tu che ti devi adattare al suo funzionamento, non il contrario.

Si dice che non può sbagliare, è infallibile!

Si ricorda sempre di tutto quello che hai fatto fin nei minimi particolari.

Con gli amici, parli spesso di argomenti "attinenti".

Ha il potere di farti sentire uno stupido, sembra sempre che ne sappia una più di te!

Quando sbagli qualcosa, rischi di perdere tutto!

E spesso non puoi tornare indietro!



RAGIONI PER CUI IL SESSO DEL COMPUTER NON PUÒ ESSERE FEMMINILE

Ha un pulsante "spegni"

Ne puoi utilizzare più di uno contemporaneamente, in rete, per aumentare le "prestazioni".

Puoi non usarlo per mesi, ma quando ne hai bisogno è pronto a servirti.

Con una semplice password, puoi evitare che altri lo utilizzino e dormire tranquillo.

Possiede parti "rigide" (hard disk).

Lo cambi, senza troppe spese, quando diventa obsoleto e non all'altezza delle tue pretese.

Pur avendo una (scheda) madre, non esiste una (scheda) suocera.

Puoi tranquillamente averne uno a casa e uno in ufficio senza dover mantenere segreti.

Spesso sei tu che dici... "no, non ora... ho il mal di testa!!!"

L'Incanto

Matrimoni
Comunioni
Battesimi

Inaugurazioni
Feste per tutte
le occasioni

Allestimenti Centri Commerciali
Party e Feste a tema

*effetti speciali con cannoni sparacoriandoli
ed i mitici fuochi per il tuo spettacolo pirotecnico fai da te*

Via M. delle Grazie, 188 - S. M. la Carità (NA) - Tel. 0818708173

OSSERVIAMO IL CIELO

L'uomo è stato sempre profondamente affascinato dallo spettacolo celeste. Una tale grandiosità è risultata sempre inspiegabile e coinvolgente allo stesso tempo, tanto da ricollegarla a qualcosa di sovraumano, divino. Perciò gli antichi congiunsero le stelle più luminose con linee immaginarie e costruirono figure che ritraevano i personaggi della mitologia: nacquero così le costellazioni.

La costellazione più nota è l'Orsa Maggiore. Spesso è anche indicata come Gran Carro, anche se questo nome identifica solo la sua porzione maggiormente visibile. Guardando l'immagine capirete subito perché gli è stato attribuito tale nome.

Il Gran Carro è facilmente individuabile a Nord-Nord-Ovest (nei pressi del Vesuvio), osservando intorno alle 21:00.

Dopo una panoramica generale, puntiamo il nostro binocolo

7x50 su Mizar (vedi figura). Scorgerete, vicinissima ad essa, una stella meno luminosa: Alcor. Questi due astri ruotano l'uno intorno all'altro in tempi lunghissimi: affinché uno dei due compia un giro completo intorno all'altro, sono necessari più di un milione di anni! Oggetti di questo tipo sono detti "stelle doppie".

Una curiosità: se riuscite a vedere Alcor ad occhio nudo potete vantare una vista perfetta!

Se prolunghiamo la congiungente tra le stelle α e β per circa tre volte la distanza tra queste ultime due, rintracceremo la stella Polare. Prima dell'avvento della bussola essa era usata dai naviganti per orientarsi, poiché in qualsiasi stagione indica approssimativamente il Nord celeste. Anch'essa è una stella doppia, ma in tal caso la sua duplicità non è visibile al binocolo.

La Polare è la stella principale di un'altra costellazione: l'Orsa Minore detta anche, a sua volta, Piccolo Carro.



Emma Ruocco

**DD
KEYS**

DUPLICAZIONE CHIAVI
INCISIONI E
PREMIAZIONI SPORTIVE
RIPARAZIONE E VENDITA SERRATURE

VIA DEI GOTI, 6 - 84012 ANGRI (SA)

SPORT

CAMPIONATO 2004-2005: COSI' AL VIA

12 settembre: data di inizio del campionato di serie A 2004-2005, quest'anno composto da 20 squadre. Il Milan, Campione D'Italia uscente, dovrà difendere il titolo, ma sarà un'ardua impresa, visto che nell'ultimo calciomercato Inter e Juventus hanno messo a segno colpi importanti, rafforzando le loro rose. L'Inter con gli acquisti di Veron e Davids e Cambiasso, quest'ultimo proveniente dal Real Madrid, ha dato qualità e sostanza al centrocampo. L'allenatore sarà Roberto Mancini, tecnico giovane, ma che negli ultimi anni sulla panchina della Lazio ha dimostrato di essere all'altezza della situazione. La Juve ha inserito in una squadra già solida il brasiliano Emerson, forte centrocampista ex Roma, e proprio in extremis ha messo a segno altri due colpi, Fabio Cannavaro dall'Inter e Zlatan Ibrahimovic, attaccante svedese dall'Ajax, a segno contro l'Italia negli ultimi europei con uno spettacolare colpo di tacca. Non è stato a guardare il Milan, un organico già fortissimo è stato arricchito con gli arrivi di Stam in difesa, Dhorasoo a centrocampo, e Hernan Crespo in attacco, autore di ottimi campionati con le maglie di Parma, Lazio, ed Inter.

Un gradino più giù c'è la Roma, ha ceduto elementi importanti come Samuel ed Emerson. I giallorossi si affideranno al nuovo tecnico, il tedesco Voeller, ai nuovi arrivi Mexes e Mido, ma in particolare per essere competitivi dovranno contare sul capitano Francesco Totti, già in forma strepitosa. Da valutare il nuovo Parma di Baldini, ha acquistato molti giovani interessanti ed è riuscita a trattenere il bomber Gilardino. Le sorprese di questo campionato potrebbero rivelarsi la Fiorentina e il Palermo, tornate in A quest'anno. La Fiorentina a messo a segno colpi importanti, quali il giapponese Nakata, il giovane talento spagnolo Portillo e Miccoli dalla Juventus. Il Palermo si affiderà ad una squadra ed un gioco già collaudati, sotto la guida di Guidolin. La Lazio, a causa di gravi perdite finanziarie, si è dovuta privare di giocatori importanti, ma dall'Inghilterra è ritornato alla corte biancoceleste Paolo Di Canio.

Un buon campionato lo disputeranno sicuramente Udinese e Sampdoria, squadre solide, autrici di un ottimo campionato l'anno scorso. Tutte le altre, Atalanta, Brescia, Bologna, Cagliari, Chievo, Lecce, Livorno, Siena, Messina, Reggina, si contenderanno i posti per non retrocedere.

Massimo Iannone



INSTALLATORE



**Impianti Elettrici
e Satellitari
Riparazioni e Vendita
Elettrodomestici**

Vendita Materiale Elettrico - Telefonia Mobile

Corso Italia, 45 - META DI SORRENTO - Tel. 0818786620

OLIMPIADI



Le olimpiadi nascono nel mondo greco e, la loro storia ci è narrata in larga misura dalle due opere ascrivibili ad Omero: L'Iliade e L'Odissea nelle quali si raccontano le vicende legate alla città di Troia, colonia greca. Quattro erano i giochi grandi che si svolgevano. Erano riservati ai cittadini di cultura greca. I quattro giochi grandi erano distinti in: OLIMPICI (dedicati a Zeus/Giove); PITICI o DELFICI (dedicati ad Apollo); NEMEI (dedicati a Zeus/Giove); ISTMICI (dedicati a Poseidone/Nettuno). L'essere dedicati ad un Dio era tra le caratteristiche di questi giochi. La loro importanza era tale che gli anni cominciarono a contarsi a partire dalle Olimpiadi. In questo modo il 776 a.c. era chiamato il 1° anno dei primi giochi olimpici; il 775 a.c. 2° anno dopo i primi giochi olimpici; 774 a.c. 3° anno dopo i primi giochi olimpici; 773 a.c. 4° anno dopo i primi giochi olimpici; 772 a.c. 1° anno dei secondi giochi olimpici e così via.

Il premio per questi giochi era solo simbolico, costituito da un ramoscello intrecciato a mo di corona, con il quale si cingeva il vincitore. Ma la vittoria aveva un enorme valore per l'atleta che, tornato a casa, era trattato da eroe e poteva rivestire importanti cariche nella vita sociale della città Stato di appartenenza.

Per comprendere l'importanza attribuita a ciò, basti pensare che, in occasione dei giochi, erano sospese anche le guerre con la cosiddetta "Tregua Sacra".

I giochi si succedettero regolarmente sino al 200 a.c., successivamente si svolsero in maniera meno rigorosa sino alla loro definitiva sospensione nel 393 d.c. A decretarne la fine fu un editto dell'allora imperatore Teodosio, sotto l'influenza del vescovo di Milano Ambrogio (S. Ambrogio), essendo ormai la Grecia sotto la dominazione romana. I motivi della loro cessazione sono da ricercarsi nel fatto che rappresentavano riti pagani, quindi in contrasto con la religione Cattolica.

La ripresa dei giochi fu merito del barone Pierre de Coubertin, grande appassionato di sport che, con la sua perseveranza, ed investendo buona parte dei suoi capitali, riuscì nell'impresa di far risorgere il mito delle olimpiadi nel 1892.

La bandiera del Comitato internazionale olimpico ideata proprio da Pierre de Coubertin (cui si deve anche la celebre frase "l'importante è partecipare..."), simboleggia lo spirito di fratellanza che deve necessariamente caratterizzare una manifestazione di questo genere.

Questo è formato da cinque anelli incatenati l'uno con l'altro a dimostrare appunto la stretta correlazione tra continenti che, volenti o nolenti, coesistono in un unico pianeta.

Ognuno dei cerchi ne rappresenta uno differente: il blu è l'Oceania, il nero per l'Africa (che non per niente è detto "il continente nero"), il rosso per le Americhe, il verde per l'Europa e il giallo per l'Asia (forse per il colore della pelle della maggior parte dei suoi abitanti).

Erminio Ricciardi





NIKE AREA















Corso Italia, 232/234 - Piano di Sorrento - Tel. 0818786069

News

Madonna e i capricci da diva 11/08/2004

Si sa, e' così: più sono famose e più fanno le bizzie. Fanno leggenda le richieste più curiose fatte dalle rockstar durante i propri tour.

Le ultime stranezze ci giungono da Madonna. La popstar, impegnata in Inghilterra per una serie di concerti, ha chiesto che nel backstage dei suoi spettacoli, venga allestita una "peace room", una stanza completamente insonorizzata dove potersi isolare per concentrarsi e meditare tra pareti dipinte di verde ("è un colore che aiuta a rilassarsi" , ha dichiarato) e cuscini sul pavimento. "Non voglio sentire cadere uno spillo" ha chiesto, e senz'altro verrà accontentata.

Treviso. Bancomat legato all'auto, fallisce il tentativo di furto 03/08/2004

Ai malviventi non è rimasto altro che fuggire, con la catena ancora attaccata all'auto. Intorno alle 3 della notte una coppia di malintenzionati ha legato il bancomat con una catena di metallo a una Mercedes nera e ha messo in moto nel tentativo di "strappare" lo sportello automatico dalla Cassa di Risparmio di Venezia, ma la catena si è spezzata mandando all'aria il furto. *Il Gazzettino del Veneto*

Stati Uniti. Aggredito da un alligatore, lo stende con un pugno. 29/07/2004

Protagonista del curioso fatto un uomo di 43 anni. Si è salvato dando un pugno sul naso all'alligatore che l'aveva aggredito. Guy Daelemans stava ripulendo la riva del lago Eustis, a poca distanza da Tavares, città della Florida. Quando l'alligatore, lungo tre metri e mezzo e dal peso di circa 200 chili, l'ha attaccato, l'uomo non si è lasciato sopraffare dalla paura; al contrario, mostrando sangue freddo, ha scagliato un pugno sul naso del temibile rettile, che ha poi mollato la presa. Daelemans ha subito lievi ferite alle gambe, l'animale è stato invece ucciso poco dopo. *Il Corriere della Sera*

Firenze. A 89 anni raggiunge la cifra record di 289 multe e dichiara: "non pagherò" 19/07/2004

L'arzillo vecchietto le ha collezionate in cinque mesi di ingressi non autorizzati al centro storico di Firenze, ma non ha nessuna intenzione di pagare le 289 multe da 78 euro, pari a circa 20mila euro. Serafico, l'anziano ha anche candidamente annunciato alla polizia municipale che continuerà a varcare le porte telematiche della zona a traffico limitato senza pagare né il telepass, né le multe che - ricorda l'ottuagenario patentato - non si trasmettono agli eredi. Inoltre, servono almeno due-tre anni prima di arrivare a un eventuale pignoramento. *La Gazzetta di Mantova*

Parrucchiere - Estetica



Piazza Vittorio Veneto, 12 - Tel. 0818088444 - META DI SORRENTO

Modena. Dimenticata al supermercato, moglie rincasa con i vigili 10/08/2004

Un anziano modenese, recatosi a fare la spesa con la moglie in un supermercato di Modena ha "dimenticato" nel parcheggio la sua signora che, per tornare a casa, si è dovuta rivolgere ai vigili urbani. Ad aprire ai vigili è stato il marito "smemorato" che, tornato a casa come se niente fosse, era già in pigiama e in attesa di andare a letto. *La Gazzetta di Modena*

Modena. Evasore per 28mila euro, non pagava multe da 2 anni 27/08/2004

Era debitore nei confronti del Comune di Modena e di altri enti per 28mila euro. L'uomo, un modenese di mezza età, è risultato evasore d'imposte, soprattutto infrazioni al codice della strada. La collaborazione tra gli uffici amministrativi del comando dei vigili urbani e l'Uniriscozioni ha consentito di mettere alle strette il cittadino, che ha dovuto saldare quanto dovuto alle istituzioni. *La Gazzetta di Modena*

Napoli. Carabinieri in costume da bagno arrestano ladri di zaini. 10/08/2004

Giovani "mariuoli" sorpresi a rubare sulla spiaggia di Miseno. Carabinieri in tenuta da mare hanno sorpreso in flagrante due giovani ladri di zaini sulla spiaggia di Miseno, vicino Napoli. Ma i giovani sono riusciti a scappare, ignorando l'alt intimato dai militari. Dopo un breve inseguimento, i carabinieri sono riusciti a bloccarli. I due ragazzi sono stati arrestati per furto aggravato e gli zaini riconsegnati ai legittimi proprietari. *Il Mattino*

Brescia. Cavallo entra in autostrada, fermato dopo 5 km. 16/08/2004

Poteva finire con un brutto incidente, invece tutto si è risolto bene, con un insolito rodeo autostradale. "Pronto? C'è un cavallo in autostrada": la chiamata arrivata alla polizia di uno degli automobilisti che stavano percorrendo l'A4 in direzione di Venezia, e che si sono visti piombare sulla carreggiata un cavallo, presumibilmente scappato dai campi vicini. La fuga dell'animale è durata per circa 5 km e solo all'altezza di Rovato la polizia stradale è riuscita a catturarlo in un piazzale. Illeso l'equino, e nessun danno alle automobili. *Bresciaoggi*

Reggio Emilia. Ruba una macchina ma finisce la benzina durante la fuga, arrestato. 13/07/2004

Ha cercato di evitare i posti di blocco dei carabinieri facendo una strada più lunga, ma alla fine è rimasto senza benzina. È stato arrestato così un 42enne incensurato, a Brescello, nel reggiano. L'uomo all'alba aveva rubato l'auto a una casalinga, ma era stato costretto a interrompere la propria corsa perché aveva finito il carburante. *La Gazzetta di Mantova*

Roma. Vigile multato con 5 punti in meno sulla patente. 07/07/2004

Un vigile urbano di Roma è stato multato con 5 punti tolti sulla patente, dalla Polstrada, per non aver dato la precedenza a un'autovettura, in un incrocio ad Ostia, il quartiere litoraneo della capitale, provocando un incidente senza feriti, con la vettura di servizio. *Il Corriere della Sera*

Texas. Incidente da guinness, 15 tonnellate di uova rovesciate, gran frittata. 02/06/2004

Si rovescia il tir che le trasporta e 15 tonnellate di uova diventano la frittata più grande del mondo. È accaduto in Texas, nei pressi di Houston. Unico ferito l'autista dell'autoarticolato, che si è fratturato il naso evitando così di avvertire l'odore assai sgradevole della "frittata". Per ripulire il manto stradale sono servite 14 ore. *Il Corriere della Sera*

Honolulu. Insegna alla moglie a guidare, l'auto finisce in piscina. 01/07/2004

Stava facendo una lezione di guida alla moglie quando sono finiti dentro una piscina. L'auto ha sfondato la recinzione della casa, ha attraversato il piccolo giardino e si è "tuffata". Quando i due coniugi sono usciti illesi dall'acqua, l'uomo stava ancora imprecaando. La donna invece non ha voluto rilasciare dichiarazioni. *La Repubblica*

Bologna. Costa una denuncia il bagno notturno in piscina comunale 24/08/2004

Avevano caldo e volevano rinfrescarsi un pò. Due ragazzi bolognesi, uno di 25 anni, l'altro di 18, sono stati sorpresi in piena notte a fare il bagno nella piscina comunale Lo Sterlino di via Murri. Davanti agli agenti che chiedevano spiegazioni, si sono giustificati dicendo che non riuscivano a dormire per il caldo. Sono stati denunciati per invasione di edificio. *Il Resto del Carlino*

ACCADDE...



- 1 **Settembre: 1897** - Nella città americana di Boston viene inaugurato il secondo troncone della metropolitana.
- 2 **Settembre: 1985** - Una spedizione franco-statunitense annuncia di avere individuato il relitto del Titanic a circa 900 chilometri da Terranova.
- 3 **Settembre: 1989** - Un incidente d'auto costa la vita ad uno dei calciatori italiani più amati, Gaetano Scirea.
- 4 **Settembre: 1912** - Per la prima volta si verifica un incidente all'interno della metropolitana londinese, dove si scontrano due treni ferendo 22 persone.
- 5 **Settembre: 1899** - Viene brevettato il reggiseno.
- 6 **Settembre: 1959** - La Mattel giocattoli vende la sua prima "Barbie", la bambola 16enne.
- 7 **Settembre: 1996** - Danny Mendez, 18 anni, è la prima ragazza italiana di colore a vincere il titolo di Miss Italia.
- 8 **Settembre: 1990** - I presidenti sovietico e americano si incontrano ad Helsinki in Finlandia per un vertice di un giorno. Bush e Gorbaciov discutono sulla crisi nel Golfo Persico.
- 9 **Settembre: 1776** - Il secondo congresso continentale americano conia il termine "Stati Uniti" in sostituzione del precedente "Colonie Unite".
- 10 **Settembre: 1898** - Un anarchico italiano uccide in Svizzera la principessa Sissi, moglie dell'imperatore Francesco Giuseppe d'Asburgo.
- 11 **Settembre: 2001** - Distrutte le torri gemelle di Manhattan. Due aerei dirottati vengono fatti schiantare contro gli edifici newyorkesi del World Trade Center, poi crolla anche un altro palazzo attiguo. 10.000 le vittime. Poco dopo un'altro aereo kamikaze si abbatte sull'edificio del Pentagono. Chiuse le frontiere, aeroporti, uffici pubblici e governativi. Il presidente Bush convoca il consiglio di guerra.
- 12 **Settembre: 1980** - 14 anni dopo essere emigrato negli Stati Uniti, l'attore austriaco Arnold Schwarzenegger riceve la cittadinanza americana.
- 13 **Settembre: 1986** - Prima di gala per "Captain EO" il film tridimensionale interpretato da Michael Jackson. A Disneyland California e in Florida, viene presentato il cortometraggio di 17 minuti, per il quale si stima un costo medio di un milione di dollari al minuto.
- 14 **Settembre: 1960** - Nasce l'organizzazione dei paesi esportatori di petrolio. All'OPEC aderiscono Arabia Saudita, Kuwait, Iran e Iraq.
- 15 **Settembre: 1960** - Negli Stati Uniti viene immessa in vendita la pillola anticoncezionale.

Risto Pub
Stuzzicheria
Video Pub
Gastronomia
Cabaret
Birreria
Live Music



VISITATE IL PUB, DEGUSTERETE
IN ESCLUSIVA DALL'ARGENTINA
IL VINO DI DIEGO ARMANDO MARADONA
E AMMIRERETE LA SUA
PRIMA MAGLIA DEL NAPOLI

Piazza Umberto 1° - Vico Equense (NA) - Tel. 0818015462

NON RESTARE IN TRIBUNA!



***ENTRA IN CAMPO
CON NOI!***

***Sponsorizza il
Sorrento Calcio***

info e prenotazioni. 3332401543



tel. 0818788347

Resp. Area Marketing ANIELLO GUIDONE

Annunci



Animali

Magnifico esemplare maschio di Barboncino toy cerca fidanzata. Ore pasti. 0815322631

Ad amatore vendesi coppia di scalari e prole con acquario di 120 Lt., completo, € 160,00. No perditempo. 337977607

Regalo a persone che veramente amano i felini una dolcissima gattina di tre mesi senza la mamma. 3386380139



Auto-Moto

Vendo Piaggio Zip 50cc anno '92 dotato di parabrezza, bauletto, pedalini. Ottimo stato € 500,00. Causa: cerco Yamaha Virago/Honda Shadow fino a 600 cc (scambio e pago differenza). Zona: Sorrento. 3336354018

Vendesi Mercedes 200 Classic Kompressor, anno 12/96, Km 145.000, prezzo € 9.000,00, cerchi in lega, gomme nuove, aria condizionata. 3394868040

Compro, in contanti, auto usata buono stato cilindrata 1000/1300 catalitica climatizzata unico proprietario anno '97 in poi. Si prega di fornire tutte le informazioni e chilometraggio alla casella postale 50, 80062 Meta (Na).

Vendesi Ferrari 355 GTS, anno 1998, colore rosso, interni beige. € 77.000 poco trattabili. 0815135177

Vendo Yamaha XT 600, anno '89, perfetto stato, € 1.300,00, colore bianco/rosso. 3286817771

Cerco Fiat Seicento in buone condizioni, max € 1.000,00, zona Penisola Sorrentina. 3 3 8 6 2 6 9 0 4 1 fragolina84f@virgilio.it

Vendesi Jeep Cherokee Sport, anno 2003, full optional, Km 17.000, € 25.000 non trattabili. 0815135177

Vendo motore Ford Fiesta 1.300 completamente rifatto, anno 2003, prezzo trattabile. Per informazioni chiamare il numero 3394928630

Vendo Alfa Romeo 156 2.0 Twin Spark fine '97 full optional, cerchi in lega 4 vetri elettrici, autoradio CD, antifurto Alfa, imp. GPL iniezione diretta Landi Renzo con pochi Km fatti. KM 60.000 gomme e freni nuovi. Grigio Africa € 10.500. 3339666401

Vendo auto Panda 750, anno '92, colore bianco, miglior offerente. 0818015361

Piaggio SFERA 50 cc. 12/96, km. 2.500, boxer ottimo stato, baule e parabrezza, colore grigio metallizzato, vendesi per inutilizzo. € 1.100. 3339666401

CASE & MOTORI

tutte le migliori offerte immobiliari e automobilistiche in un unico periodico

per la tua pubblicità su

CASE & MOTORI chiama lo

0818788347

Vendesi Yamaha Royal Star 1.300, anno 1999, Km 15.000, € 7.500. 0815135177

Kymko "Vivio" 125 anno 2001, colore rosso, prezzo interessante. 0815321073

Vendesi Kit-Casse + subwoofer + 2 amplificatori + cavetteria originale per Fiat 500 o 600. Prezzo € 200,00 trattabili. 0815322472

Vendo Ford Fiesta 1300, immatricolata 12/91, e revisionata, colore grigio metallizzato, 5 porte, buone condizioni € 600. 3385034191

Vendesi Auto Citroen Aura 1.8, climatizzatore, ABS, buone condizioni, anno '95, usata soprattutto su strade statali e autostrade. Vendesi per inutilizzo, € 800. 3803050791

Vendo MINICOOPER 1300 catalitica anno '92 cerchi in lega, scarico centrale, interni in pelle € 3000. 3381037843

Vendo Suzuki Vitara 1600 benzina, anno '90, buone condizioni, revisionata, € 4.500. 337977607

Vendesi auto Ford Mondeo 2000 TD, anno 2001, ottime condizioni. Prezzo € 10.000 colore blu metallizzato. 3357319659

OPEL VECTRA 2.0 16v CDX, full optional, impianto GPL, aprile '97, 127.000 Km, regolatore di velocità, controllo trazione, 4 airbag, ABS, climatizzatore automatico, tagliandata, ottimo stato, colore grigio chiaro metallizzato, vendesi € 7.500,00 non trattabili. 3339666401

Vendesi gommone Floating 4,20 metri, chiglia gonfiabile, 6 posti omologasti, motore Yamaha 25 cv. Visibile a Piano di Sorrento. € 1.500,00. 3398321476 - 081204230 (giorni dispari dalle h.9 alle h.11).

Vendo motore Ford Fiesta completamente rifatto con soli 7.500 km oppure acquisto carrozzeria Ford Fiesta, ottimo stato ove montare detto motore praticamente nuovo. Si prega di scrivere Casella Postale 50 80062 Meta.

Vendesi auto Panda young 750, discrete condizioni, € 600,00 trattabili. 3334120545



Ripariamo il vs PC nel giro di 24h con intervento a domicilio. Prezzi a partire da € 15,00. 0815342135

Vendo PC Pentium II 350 + HD 20GB + schema video AGP + DVD e Masterizzatore (nuovi) prezzo € 250. 3336755621

Vendo pc usato AMD 500, lettore cd, hd 10Gb, tastiera e mouse, € 150. 0818785890

Vendo X-BOX console + 5 giochi completi, 18 demo, 2 joystick + kit video, € 180,00. 3335895574



Calabria, località Curinca Marina, a 2 Km dal mare, vendesi villa di nuova costruzione di 220 mq immersa in 2.000

mq di giardino, orto, oliveto, frutteto, agrumeto, composta da camere da letto, 3 bagni, cucina e soggiorno immensi, camino e forno a legna, comprensivo di garage, pollaio, porcile e vari depositi € 200.000. Trattabili. Chiamare dalle h. 14,00 alle 22,00. 0818771833

Cerco appartamento di media metratura in Penisola Sorrentina. No intermediari e no agenzie. 3396687280

Cercasi bilocale + accessori in Piano di Sorrento, zona centrale. No Agenzie. 3384961300

Cercasi appartamento in Penisola Sorrentina, anche zone collinari. No Agenzie. 0818024142

Meta, zona centrale, nei pressi della stazione della Circumvesuviana, fittasi monolocale arredato con angolo cottura, bagno con doccia, terrazzino con vista panoramica. Possibilità di parcheggio interno per motorino. 3333303640

Località Vico Equense, zona centro, fittasi per brevi periodi o stagionali miniappartamento ristrutturato con terrazzo. 3286817771

Cedesi negozio in Piano di Sorrento mq. 35+35, zona centrale, € 12.000. 3280868459

Sant'Agnello, fittasi appartamento per vacanze o brevi periodi, centrale, arredato, 2/4 posti letto, TV satellite, eventuale posto auto e moto. 3381559473

Vendesi villa panoramica tre livelli, 4 stanze letto, 3 cucine (2 interne + 1 esterna), 2 saloni, 3 bagni, predisposizione garage + cantina, 120 mq. patio, 120 mq. giardino, 300 mq. terrazzi. 4 posti auto. Finiture lusso. Trattativa riservata, no agenzie, solo privati. 3398321476 (081/204230 giorni dispari dalle h. 9 alle h. 11).

Sorrento, località Priora, fittasi settimanale o mensile appartamento 4 posti letto, ampio spazio esterno con forno, barbecue e gazebo. 0818073468

Fittasi appartamento zona alta Vico Equense, ristrutturato. 0818015109



Lavoro

Azienda leader nel settore benessere ricerca personale da inserire nel proprio organico come consulenti. Offresi corsi di formazione professionale gratuiti. Per colloquio di selezione telefonare al 3333303640

Agenzia immobiliare Tecnocasa ricerca personale da inserire nel proprio organico. Offresi fisso mensile, incentivi, corsi di formazione professionale. Per colloqui 0815342338.

Azienda leader nel settore cosmetico sul territorio nazionale seleziona 10 agenti e 2 capigruppo di vendita per le nostre linee di cosmesi, integratori alimentari e make up naturali. 0815322123 - 3475628435

Laureato in Scienze Biologiche impartisce lezioni private di chimica, biologia, italiano, storia, geografia a studenti di scuole medie e superiori, prezzi modici, zona Penisola Sorrentina. 0818086026 - 3338489186

Laureato in lettere impartisce lezioni di latino, italiano, storia e geografia. 0818721994 - 3402806128

Palestra sita in Piano di Sorrento cerca istruttrice spinning residente in zona. Contatti 3296220310

Laureanda in lettere classiche impartisce ripetizioni di latino e greco. 3471464408

Cercasi lavoro come volantinaggio o consegne in genere. 3386120535

Persona affidabile e volenterosa cerca lavoro come assistenza anziani, cameriera, baby sitter. Ore pasti. 0818074219

Laureata impartisce lezioni private di chimica, biologia, italiano e inglese a studenti di scuole medie e/o medie superiori. Zona Massa Lubrense. 818080105 - 3339264585

Studentessa liceo classico impartisce lezioni di italiano, latino, storia, matematica, inglese per studenti scuola media inferiore e superiore. 0818086436

Sig.ra seria di Piano di Sorrento cerca lavoro a Piano centro come compagnia di notte a Sig.ra anziana ma autosufficiente, lasciare messaggio e recapito telefonico. 3398783084



LAVORA CON NOI!

ricerchiamo personale
da inserire nel proprio organico
come Agenti Pubblicitari
Per colloqui di selezione
e per ulteriori informazioni
telefonare al

3803067686

Maestra impartisce doposcuola a bambini di primina e prima elementare, zona Sant'Agnello. 815321780

Agenzia in Franchising ricerca giovani dinamici motivati alla carriera. Offresi fisso mensile, corsi di formazione gratuiti, incentivi. Per colloquio 0818014600

Laureanda in giurisprudenza impartisce lezioni private di Latino, Italiano, Storia, Filosofia e Diritto per le scuole superiori e in tutte le materie per Elementari e Medie. Prezzi modici. Tel. 0818780800 - 3391158553



Varie

Vendesi piattaforma elevatrice per una corsa totale di mt. 3.50, piano partenza e arrivo. Prezzo da concordare. 0818781938

Vendesi motoriduttori per montacarichi volt 220/380, prezzo da concordare. 0818781938

Vendesi abito da sposa, taglia 44, decorato con perline. 0818086449

Vendesi abito da cerimonia colore celeste, stile impero, decorato con perline. Taglia 42. 3394658142

Vendo per inutilizzo nuovissimo BeautyCenter + Infrarossi, con mobiletto apposito per riporvelo € 600,00 trattabili. 3338942789

Vendesi passeggino Graco gemellare in ottime condizioni. 3384828693

Vendo mandolino da studio in buone condizioni, usato pochissimo, ad Euro 200,00. In regalo la custodia e un leggio. Telefona al numero 3385872259

Vendesi per affare tovaglia per 12 in cotone ricamata a mano a punto a croce e tovaglia in lino per 12 ricamata a mano. Per informazioni 0815321780

PER I TUOI ANNUNCI SU LeggimiGratis

Tel. 0818788347

Fax 0815323799

Sms 3803067686

Email: annunci@leggimigratis.it

IMPATTO

Piazza Cota, 25

80063 Piano di Sorrento (Na)

Gli annunci gratuiti su LeggimiGratis sono riservati esclusivamente ai privati. Tutte le attività commerciali, di servizi o singoli professionisti che vorranno utilizzare questo mezzo per fini commerciali possono rivolgersi alla redazione per prendere opportuni accordi.

LeggimiGratis offre un servizio gratuito per cui non riceve compensi sulle contrattazioni e declina ogni responsabilità per quanto attiene alla provenienza e veridicità delle inserzioni. Gli inserzionisti sono tenuti a garantire la regolarità e la assoluta veridicità di quanto pubblicato, con la specifica assunzione di responsabilità in ordine all'ottemperanza di tutte le prescrizioni di legge, compresa la legittima titolarità di tutti i requisiti quali: autorizzazioni, licenze, concessioni, ecc. La pubblicazione di annunci non conformi esclude ogni e qualsiasi responsabilità da parte di LeggimiGratis che all'uopo si riserva in ogni caso di informare la competente autorità, laddove venisse a conoscenza di eventuali elementi di irregolarità dolosamente o colposamente presenti negli annunci e non preventivamente comunicati.

Per la tua pubblicità su

LeggimiGratis

Tel. 081 8788347

SOLUZIONI DEI GIOCHI

Il sughero: Il tappo si sposta verso la parete perché, dato che galleggia, cerca di raggiungere il punto più alto della superficie dell'acqua. E questa, a causa della tensione superficiale, tende a inarcarsi verso l'alto nel punto di contatto con il vetro. Per farlo restare al centro dovete sempre sfruttare la tensione superficiale ma in modo diverso: dovete riempire il bicchiere fino all'orlo. In questo modo, la superficie dell'acqua tende a inarcarsi in maniera opposta, col punto più alto al centro, che risulterà leggermente più elevato dei bordi del bicchiere.

Ogni libro al suo posto: I libri sono disposti nel modo seguente: Libro delle favole; Libro di avventura; Romanzo; Giallo; Saggio; Thriller.



*Se vuoi raccontarci una storia, scrivere una poesia o una simpatica barzelletta, puoi farlo con LeggimiGratis, perché **IN OGNI NUMERO TI DEDICHIAMO DEGLI SPAZI** e ti diamo la possibilità di collaborare alla stesura di un articolo inerente un argomento di tuo interesse! Inoltre se sei fotografica e carina e vuoi essere tu la prossima ragazza copertina o la modella dei commercianti che fanno pubblicità su LeggimiGratis, contattaci tramite i negozi o i locali che vedi pubblicizzati o vieni personalmente in redazione presso l'agenzia pubblicitaria **IMPATTO** sita in **Piano di Sorrento, Piazza Cota n.25 ☎ 0818788347 - info@impatto.biz***

TEST:

Qual'è il vostro stile nell'affrontare i problemi?

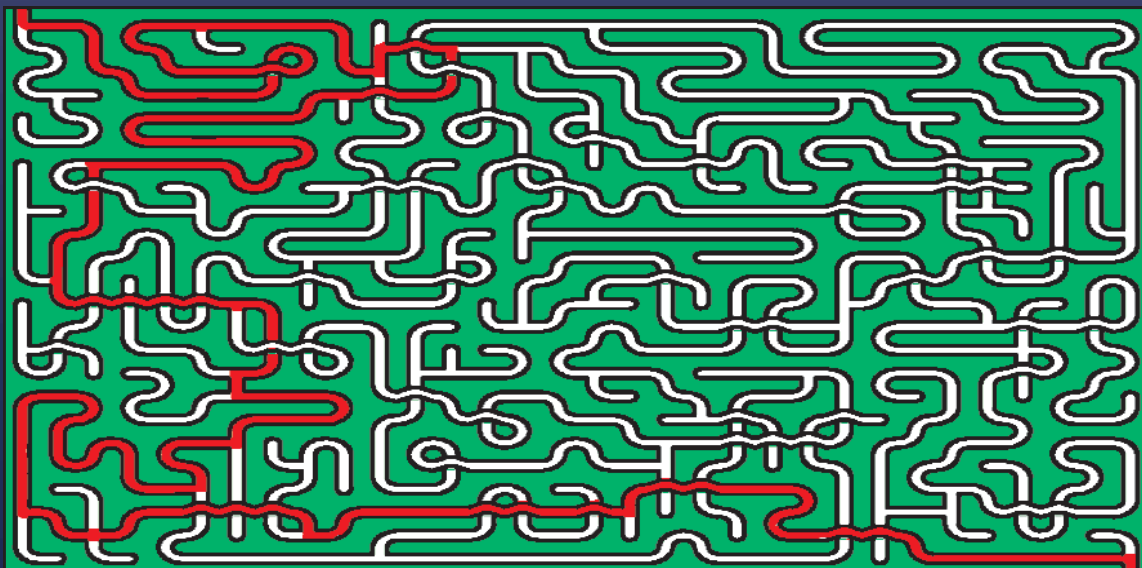
10/16 PUNTI: STILE CONFUSO Ti giudichi un/a incapace. In realtà hai solo paura di scegliere e preferisci che lo facciano gli altri per te. Il tuo problema? Hai poca confidenza con la tua aggressività. Se devi difendere le tue idee, ti blocchi. Ricordatelo, quando ti sembra di non riuscire: non sempre gli altri sono felici di decidere per te e ti stimerebbero molto di più se tu sapessi dire anche qualche "no".

17/25 PUNTI: STILE DISCONTINUO Non ti senti affidabile perché non reagisci sempre allo stesso modo. Ti spaventi nelle situazioni in cui ti senti debole, ma sai scegliere quando desideri molto qualcosa. Questo dovrebbe suggerirti che sei solo un po' pigro/a e forse pretendi troppo da te stesso/a. Prova ad analizzare il tuo metodo: sii umile di fronte alle mancanze e gratificati quando ti comporti come si deve.

26/34 PUNTI: STILE FILOSOFICO Sei pieno/a di fantasia e sai pianificare. Ma fai pasticci, sei impreciso/a e lasci a metà i tuoi compiti, costringendo gli altri a portarli a termine. Sforzati di raggiungere un minimo di autosufficienza. Comincia con una piccolo impegno da eseguire con pazienza, qualità che, in effetti, devi coltivare.

35/43 PUNTI: STILE PRAGMATICO Sei una persona di buonsenso e quasi sempre sai affrontare le difficoltà, perché, conosci bene i tuoi limiti. Ma sei poco allenato/a a rischiare. Tendi a sottovalutare, anche quando sai di potercela fare. E, allora, coraggio! Comincia a buttarti nelle piccole cose, sfodera la tua immaginazione e fai qualche follia.

44/50 PUNTI: STILE ELASTICO Non sei perfetto/a e lo sai, ma sfrutti al meglio le tue capacità. Niente può fermarti: hai capito che ogni problema ha una soluzione ad hoc. Anche tu, però, hai momenti di dubbio e paure. Non eliminarli, inseguendo la perfezione, ma fanne tesoro. Sono i segnali che ti indicano le zone di reale pericolo, da evitare con cura.



Insieme in capo al mondo...



*un mondo di incantevoli
località da sogno*

UNIGLOBE®

Goitaly Travel

*Per tutti i Viaggi di Nozze
prenotati entro il 31 Dicembre '04
sarà riservato un trattamento
particolarmente vantaggioso*

**Corso Italia, 210/P - SORRENTO - Tel. 0818774652
goitaly@uniglobe.it - www.lastminute.to.it**

CELENTANO **MOTO**

SPECIALE

DUCATI



Disponiamo di DUCATI MONSTER 620 a Km 0

Monster 620 Dark S.D.

Ant. 50 € - 41 Rate da 97,50 €
maxi rata fin. tan 7,4% taeg 8,3%

Monster S4R

Ant. 250 € - 41 Rate da 170,50 €
maxi rata fin. tan 7,4% taeg 8,0%

Monster 620 Dark

i.e. 6 marce - frizione atpc
Ant. 100 € - 41 Rate da 103,50 €
maxi rata fin. tan 7,4% taeg 8,2%

Multistrada

Ant. 200 € - 41 Rate da 164,00 €
maxi rata fin. tan 7,4% taeg 8,0%

Alla scadenza potrai scegliere 3 soluzioni: 1) pagare la maxi rata in unica soluzione;
2) rifinanziare l'importo; 3) permutare la moto per una nuova o usata.

USATO GARANTITO

VASTO ASSORTIMENTO DI MOTOCICLI E CICLOMOTORI

VICO EQUENSE (NA)
VIA R. BOSCO, 70

VENDITA:
Tel. 0818799239
Fax 0818016783

ASSISTENZA
E RICAMBI:
Tel. 0818017167

SORRENTO
CORSO ITALIA, 258
Tel. 0818074310