L'informazione gratuita - **www.leggimigratis.it**

Mensile - Anno 8 - N° 6 - **Giugno 2011**

LEGGIMIGRATIS

- Noleggio Barche
- Escursioni Giorno e Notte
- Taxi mare
- Servizio Skipper

- Rent a Boat
- Day & Night Boat Excursions
- Water Taxi
- Skipper Service

NAUTICA SIC SIC

Porto di Sorrento - Sorrento Harbour

Since 1988

WWW.NAUTICASICSIC.COM

Boat Excursions to Capri, Positano, Amalfi and Ischia

Info: 081.8072283 - 330706947 - 3357738005

MONTBLANC

Il nuovo shop **MONTBLANC**
in via Catello Fusco 39/a
Castellammare di Stabia

info clienti 081 8714013

www.lefer.it

Le Fer

PREZIOSI

Così TANTO per Così Poco !

€ 245,00 i.e.

100% Made in Italy

Stampante grafica con caricamento carta agevolato !

Opzioni incluse nell'offerta:

X 1 anno | x 10 anni | Logo | X 1 | x2 OMAGGI

- Gestione Vendita e Stoccaggio, 10.000 Articoli Memorizzabili
- Gestione Automatica del resto con stampa su scontrino
- Collegamento x PC compatibile con Danea easy Fatt
- Emissione RICEVUTA FISCALE automatica da lettore ottico
- Gestione diretta da tastiera di N. 10 REPARTI Merceologici

Corso Italia 1 Meta di Sorrento (NA)
Tel. 081 808 65 70 - 02 45072015
www.berkelcampania.it

a **Piano di Sorrento**

euforie easy

scarpe e abbigliamento sportivo a

META' PREZZO

Corso Italia 351/355 - Tel 081.8787612

Ristorante - Pizzeria

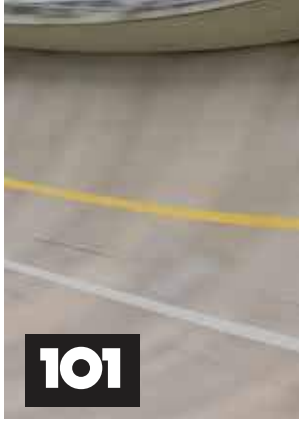
il Pozzo

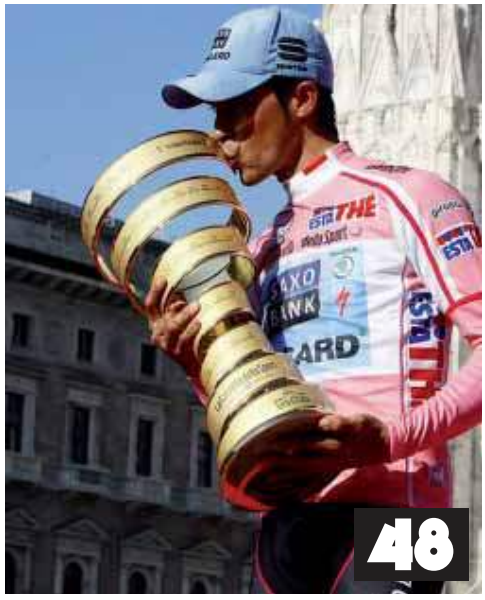
I piatti tipici nel cuore di Sorrento

VIA DELL'ACCADEMIA, 21 - VIA TASSO, 32 - SORRENTO (NA)
TEL. +39 081 8774876
WWW.ILPOZZORISTORANTE.IT
E-MAIL: INFO@ILPOZZORISTORANTE.IT

Giugno 2011

Anno 8 - Numero 6





Cari lettori,
la tanto attesa estate è finalmente alle porte. Per molti l'obiettivo principale di questa bella stagione sarà aggiudicarsi l'abbronzatura più invidiabile. Ma come prendiamo il sole? Siamo consapevoli dei rischi che corriamo e di quali sono le regole da seguire per prendere il sole in sicurezza?
Rispetto a dieci anni fa, in generale siamo molto più attenti alla fotoprotezione e quasi tutti siamo consapevole dell'importanza di una giusta protezione dal sole. Ma questo non significa che tutti utilizzano sempre creme solari quando si espongono. E' ancora in vita il mito secondo cui chi applica la crema solare protettiva non si abbronza, o addirittura che se non ci si espone durante le ore centrali della giornata non si diventa neri.
Sono tutte bufale! L'intensità dell'abbronzatura dipende dalla capacità della nostra pelle di produrre melanina, che è ereditaria. Il fattore di protezione solare va scelto di conseguenza per ridurre i rischi di cancro alla pelle, che altrimenti sono molto elevati senza un adeguata protezione adatto al proprio fototipo. E, rischi a parte, l'abbronzatura più sana e durevole è proprio quella che si forma quando i raggi del sole ci colpiscono obliquamente (fino alle 11 e dopo le 16). Non sottovalutate l'importanza di proteggersi dai danni provocati da una cattiva esposizione ai raggi del sole. Buon bagno a tutti!

Stefania Ricciardi

LEGGIMI GRATIS

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, 317 - Piano di Sorrento
Tel. 081.009.3883 - Cell. 380.3067686 - Fax 081.193.19209
info@leggimigratis.it - www.leggimigratis.it
Editore: ERMINIO RICCIARDI
General Manager: GAETANO D'AMARO
Direttore Responsabile: STEFANIA RICCIARDI
Concessionario unico pubblicità: DIPIL di Aprea Giuseppa
Progetto Grafico: MAGICA 2000 - Meta - 081.5341117
Tipografia: GSS

facebook **LEGGIMI GRATIS**
CI TROVI SU FACEBOOK: E TU, CI SEI?

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 inviatoci 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. 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 possano 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.

Per la tua pubblicità sul Leggimi Gratis
380.3571772
dino@leggimigratis.it

A LUGLIO SPECIALE LEGGIMI GRATIS SOTTO L'OMBRELLONE

IN OGNI NUMERO

8 Sai perchè?
12 News dal Mondo
14 Comunicati
22 Gli esperti rispondono
64 La storia della Vespa - X puntata
69 SMS dai lettori
83 Annunci immobiliari
84 Bacheca annunci
96 La ricetta
98 Kids Corner
108 L'arte dei lettori - Il Box

50

QUESTO MESE...

Eventi

18 **Il salotto letterario dell'800**
Anche nei salotti dell'ottocento di preparò l'Unità d'Italia

20 **XXV Festa Internazionale della Primavera**

22 **L'I.C. Piano di Sorrento vince il premio dell'ordine nazionale dei giornalisti**

Intervista

32 **Il gusto mondo di Angie**
Intervista gastronomia a Gianni Coppola, a cura di Angie Cafiero

Nutrizione

34 **Perdere peso o grasso?**
Casa sapere prima di intraprendere una dieta dimagrante

Mamme al Centro

36 **Corsi estivi**
Parte il centro ricreativo pomeridiano per tutta la famiglia...

Mondo Bimbi

38 **Sei grande! No al pannolino**
Sicuramente il bambino imparerà a fare a meno del pannolino. E' dunque inutile preoccuparsi

Affari di cuore

40 **Le relazioni a distanza**
Non è sempre facile amare qualcuno a distanza. Tuttavia alcune regole possono aiutarti

Moda

42 **Bikini biricchini**
Sofisticate combinazioni di colore fanno del bikini il vero protagonista dell'estate 2011

Solidarietà

44 **Acqua ed energia dal sole**
Un esperimento pilota di sviluppo agricolo a Ndiadiane in Senegal

Ciclismo

48 **Contador**
Lo spagnolo ha dominato la corsa rosa che celebrava i 150 anni dell'Unità d'Italia

Viaggi

50 **Week-end a Copenaghen**
Non solo per la sirenette

Calcio

58 **Sorrento fine di un sogno**
Il sogno di andare in B finisce qui. Resta la soddisfazione per una grande stagione

Matrimonio

62 **You & Me and Me & You**
Nel periodo che precede le nozze, i futuri sposi sembrano più due colleghi, che due innamorati

Astronomia

92 **Il cielo di giugno**
L'evento dominante di questo mese è sicuramente l'eclissi totale di Luna il giorno 15

Motori

101 **Mercedes SLS Roadster**
Si apre in 11 secondi, raggiunge i100 km/h in 3,8 ma ancor prima ti fa perdere la testa

Cinema

104 **Nelle sale a giugno**
Da X-Men: l'inizio a Cars 2, tutto sui film in uscita questo mese

Quanto può durare l'apnea?

Con apnea si intende una momentanea sospensione del respiro. **Riferendoci all'apnea volontaria, un tempo medio che tutti possono raggiungere è di 45-60 secondi.** Dopo questo periodo, a causa della progressiva diminuzione della pressione parziale dell'ossigeno e del contemporaneo aumento della pressione parziale dell'anidride carbonica nel sangue, il centro respiratorio invia impulsi al diaframma, che la maggior parte delle persone percepisce come "vibrazioni". Una persona normale può superare i 4 minuti già dopo un corso di una settimana. L'esercizio non richiede sforzi fisici: l'apnea statica infatti è per circa il 95 per cento una disciplina mentale.

Oltre il limite. Le persone allenate, fisicamente e mentalmente, possono però allungare notevolmente il loro tempo di apnea. Gianluca Genoni, uno dei primatisti mondiali di apnea, è stato in grado di rimanere in apnea statica (senza muoversi) per 7 minuti e 30 secondi.

Il record però appartiene a Martin Stephanek, della Repubblica Ceca, che nel 2001 si è immerso in piscina ed è rimasto immobile sotto il pelo dell'acqua per 8 minuti e 6 secondi. Umberto Pelizzari, un altro primatista, ha raggiunto i 150 m di profondità in apnea in assetto variabile, che prevede uno sforzo muscolare, con una immersione di 2 minuti e 57 secondi. Pelizzari ha trattenuto il fiato per 20 minuti consecutivi dopo aver respirato ossigeno puro. Ma queste prove vanno sempre fatte in condizioni controllate, perché a concentrazioni elevate l'ossigeno è tossico e sviluppa radicali liberi che possono danneggiare in modo irreparabile il sistema nervoso.

SAI PERCHÈ?

Perché nell'acqua salata si galleggia meglio?

Il fenomeno è legato al principio di Archimede, secondo cui "un corpo immerso in un fluido riceve una spinta verso l'alto equivalente al peso del volume del fluido spostato". In pratica, quando ci immergiamo spostiamo un volume di acqua equivalente al nostro volume corporeo. **Il peso della massa d'acqua spostata dipende dalla quantità di materiali in essa disciolti, e quindi dalla sua densità.** L'acqua salata, essendo più densa di quella dolce, a parità di volume pesa di più. In base al principio di Archimede, dunque, la spinta verso l'alto conferita dall'acqua salata è maggiore rispetto a quella conferita dall'acqua dolce e permette di galleggiare meglio. **Morto a galla.** Nel Mar Morto, il lago salato situato fra Israele e Giordania, la salinità dell'acqua (e quindi la sua densità e il suo peso specifico) è talmente elevata che per galleggiare non serve neppure nuotare. In un litro di acqua del Mar Morto ci sono 365 grammi di sale, contro i 35 presenti mediamente nell'acqua degli oceani.

Perché alcune persone vengono punte dalle zanzare più di altre?

Non ci sono persone dal sangue più "dolce" o gradito alle zanzare. **Questi insetti, piuttosto, sono attratti dalla quantità di anidride carbonica esalata dalle potenziali vittime, dal calore e dalle sostanze chimiche emanate dalla pelle.** Data la variabilità di tali fattori, anche l'attrattiva delle "prede" può mutare. Ciò che cambia, inoltre, è anche la reazione alle punture delle zanzare: dipende dalla sensibilità della pelle che, a sua volta, cambia con l'età. In generale, i bambini sotto i 4 anni non sentono nulla, tra i 4 e i 6 anni mostrano una reazione nel giro di 20 minuti. A mano a mano che si cresce, la reazione e sempre più ritardata: un adulto oltre i 40 anni può non mostrare segni fino a 16 ore dopo.

EDICOLA CARTOLERIA E ARTICOLI DA REGALO

Via degli Aranci, 124 - Sorrento tel. 081 8783737 di Borrelli Antonio

Fotocopie anche a colori **Plastificazioni**

Tutto l'occorrente per Feste di Compleanno **Gadget Calcio Napoli**

LIBRI SCOLASTICI

PUNTO VENDITA AUTORIZZATO

SEGNALIBRO®

segna, consegna e via

SEGNA E CONSEGNA QUI

la lista dei tuoi libri per la scuola

all'ARRIVO DEL LIBRO

riceverai un messaggio SMS sul tuo cellulare oppure consulta **www.clesp.it**

... e VIENI A RITIRARE

Eventuali ritardi nelle consegne dipendono esclusivamente da ristampe degli editori.

In aereo si perde l'abbronzatura?

È una credenza diffusa quella che porta a pensare che dopo una bella vacanza, magari al sole dei tropici, "l'aria dell'aereo" acceleri la perdita dell'abbronzatura. In realtà, si tratta di un mito da sfatare, perché nel corso di un viaggio aereo di qualche ora il microclima interno del velivolo non può incidere sulla tintarella. Il tempo di permanenza a bordo è infatti molto limitato e comunque non vengono riscontrati particolari effetti sui meccanismi che mantengano la pelle "scura" dopo una vacanza. La pressione nel velivolo è equivalente a quella che si ha tra i 1.500 e i 2.500 metri di altitudine, con variazioni legate al tipo dì aereo e alle condizioni atmosferiche. In queste condizioni si registra un calo di circa il 4% dell'ossigeno presente nel sangue, fenomeno sopportato senza problemi da chi è in salute. E senza effetti sulla tintarella.

CI SI ABBRONZA DI PIÙ STANDO FERMI O CAMMINANDO?

Il movimento è ininfluente, ciò che conta di più è la posizione. In particolare l'inclinazione dei raggi solari rispetto alla superficie corporea esposta. A mezzogiorno, per esempio, quando i raggi solari sono quasi perpendicolari si può stare sdraiati (l'inclinazione esatta dipende dalla latitudine a cui ci si trova); all'alba e al tramonto, quando sono radenti, è invece meglio stare in piedi. **In poche parole, ci si abbronza di più quanto più si compensa l'inclinazione dei raggi solari con quella del corpo.**

Nel caso in cui sia meglio stare in piedi (quando il sole è basso sull'orizzonte) è sostanzialmente indifferenti se si sta fermi o si cammina. Al massimo si potrebbe considerare la direzione del moto: la velocità con cui ci allontaniamo o ci avviciniamo alla sorgente luminosa influenza infatti la frequenza delle radiazioni. Muoversi incontro al sole aumenta la loro frequenza (e quindi la loro energia). Ma in misura talmente impercettibile che correre tutto il giorno incontro al sole aumenterebbe la "velocità di abbronzaggio" meno di un secondo.

Perché a volte sì sta peggio dopo aver fatto il pisolino?

Dormire troppo non fa bene: ci si sente ancora più stanchi di prima. Invece è possibile riposarsi facendo tanti brevi "sonni". Dipende innanzitutto dall'esigenza di riposo che abbiamo in quel momento. Se dobbiamo recuperare molto sonno perso conviene dormire più del solito; **se, invece, non c'è bisogno di recuperi ma dormiamo ugualmente più del necessario**, se cioè oltre al sonno notturno facciamo anche qualche pisolino extra, **allora è facile che al risveglio ci si senta ancora stanchi.** È quella che si chiama wom-out syndrome, ovvero "sindrome da esaurimento", proprio perché sì è dormito più del necessario. E invece possibile sentirsi perfettamente riposati facendo esclusivamente pisolini inferiori all'ora ma a scadenze precise. Il velista Giovanni Soldini, per esempio, durante il giro del mondo in solitària, ha adottato la tecnica del sonno frazionato.

SOLE & VISTA

OCCHIALE DA SOLE
+ **LENTI GRADUATE**
DA **149€**

fino al 30 Giugno

SODDISFATTI O RIMBORSATI

VIENI A TROVARCI A

Sorrento - Corso Italia 246/D

salmoiraghi & viganò

TEL. 081/8071794

APERITIVO A BASE DI INSETTI PER L'AMBIENTE

Crostini con crema di larve, spiedini di locuste alla brace, per terminare con frittelle di grilli. E' un menu a base d'insetti. Non una novità assoluta, perché vengono ad esempio usati da uno chef milanese stellato, ma di certo resta scarsamente diffuso in Europa.
La singolarità é che a proporre qualcosa di simile stavolta sia chi di cucina proprio non s'interessa, cioè il Museo tridentino di scienze naturali, con sede a Trento. **E' un aperitivo scelto dal museo, con menu diverso da quello citato, che si scoprirà solo all'assaggio, ma il messaggio è scientifico.** "E' uno spunto a vedere gli insetti come risorsa e non come danno. L'intento più generale poi è guardare alla natura anche come soluzione tecnologica, nel fornire risposte ad esempio per la sostenibilità degli allevamenti, quindi della nutrizione" spiega David Tombolato, fisico, che al museo lavora come mediatore culturale in materia di sostenibilità e nuove tecnologie.

NEWS DA

LIPOSUZIONE, IL GRASSO RITORNA A UN ANNO DAL TRATTAMENTO

Forse e' triste saperlo per chi ha speso soldi e riposto tante aspettative nella liposuzione: una ricerca senza precedenti dimostra infatti che, a un anno da questa procedura che rimuove il grasso, questo ritorna, distribuendosi in altre parti del corpo, tipicamente nelle zone superiori del corpo, braccia, spalle, parte superiore dell'addome. Secondo quanto si legge su The Indipendent e sul New York Times, la ricerca e' stata condotta presso la University of Colorado da Rudolph Leibel e pubblicata sulla rivista Obesity.
Gli esperti hanno arruolato 32 donne e a 14 di loro hanno praticato la liposuzione, osservando tutto il campione a più riprese fino a un anno dalla procedura. Ebbene, **e' emerso che mentre a sei settimane dalla liposuzione le pazienti trattate avevano perso in media il 2,1% del proprio grasso, contro appena lo 0,28% del gruppo di controllo, queste differenze tra i due gruppi risultano totalmente scomparse a un anno dalla procedura.** Anche se le gambe sono rimaste magre per effetto della liposuzione, il grasso corporeo complessivo e' tornato ad essere quello pre-intervento. Il corpo, insomma, si ribella e il numero di cellule di grasso (adipose) tende a rimanere costante, per cui se ne togli da una parte ricompaiono da un'altra per ripristinare l'equilibrio

CINA, LO STRANO CASO DELLE ANGURIE CHE ESPLODONO

Alcuni agricoltori dell'est della Cina si sono trovati faccia a faccia con angurie esplosive. Non è un film, ma una situazione che pare essere stata causata dall'uso indiscriminato di fertilizzanti e agenti chimici. Lo ha riportato la tv di stato cinese Cctv.
Sembrerebbe che una ventina di contadini di Jiangsu ha ammesso di aver utilizzato forchlorfenuron - un acceleratore di crescita - per aumentare le dimensioni della loro frutta, spruzzandolo sui campi nel periodo delle piogge, troppo abbondanti quest'anno. Un agricoltore, **Liu Mingsuo, ha dichiarato all'agenzia di stampa cinese Xinhua di aver usato il fertilizzante il 6 maggio, e che il giorno dopo più di 180 angurie erano esplose. Pare però che anche altri frutti, privi di agenti chimici, siano scoppiati.**
Gli agronomi non sanno spiegarsi il motivo, e hanno dato la colpa al clima e alla crescita fuori misura delle angurie. Il governo cinese ha espresso preoccupazione sull'uso di additivi nei cibi, però il forchlorfenuron non è stato ancora messo fuori legge. Viene utilizzato anche negli Stati Uniti per kiwi e uva.

IN NEBRASKA, LA CITTÀ CON UN SOLO ABITANTE

Elsie Eiler è una donna molto solitaria. E lo deve essere per forza, perché lei è l'unica abitante del paese in cui vive. Succede a Monowi, una città del Nebraska, che pian piano nel corso degli anni si è letteralmente svuotata. Tanto che adesso l'unica cittadina rimasta è proprio lei, la signora Elsie Eiler, che non ha alcuna intenzione di andarsene dalla città dove è nata e cresciuta. Lei ha resistito anche quando tutti gli altri hanno mollato: negli anni Trenta la città era composta da 150 abitanti, che pian piano l'hanno abbandonata. Grazie alla tenacia di Elsie Eiler, Monowi è adesso l'unica città degli Stati Uniti d'America a contare solamente un abitante. La solitudine non le fa paura: rimasta vedova nel 2004, continua a gestire un locale, che, stranamente, è frequentato, anche se da gente che viene da fuori. Inoltre, cura una biblioteca dedicata proprio al marito, che vanta più di 5mila volumi.

CERVELLO: LA MUSICA LO MANTIENE IN FORMA

Le lezioni di musica prese per imparare a suonare il pianoforte o la chitarra durante l'infanzia producono i loro benefici a distanza di anni. Il cervello, infatti, si mantiene più sveglio e attivo con l'invecchiamento. Lo indica uno studio dell'American Psychological Association pubblicato su 'Neuropsychology'. I ricercatori hanno studiato 70 adulti sani, tra i 60 e 83 anni. **I 'musicisti' hanno eseguito meglio i test cognitivi rispetto a quelli che non hanno mai imparato a suonare uno strumento.**

AL MONDO

FRANCIA: A PARIGI PRIMO ALBERGO SELF-SERVICE SENZA PERSONALE

A Parigi nasce il primo albergo self service, senza personale di servizio e totalmente automatico. Si chiama Hi Matic, e' situato vicino alla piazza della Bastiglia, ha una quarantina di camere, dotate di iPad e wi-fi. L'unico modo per accedervi e' una prenotazione su internet che svela un codice d'accesso per i suoi servizi. La colazione e' a base di prodotti biologici, servita in vassetti monodose come quelli degli aerei. Per il resto tutto si può acquistare da distributori automatici.

OLANDA: COFFEE SHOP VIETATI AI TURISTI. NIENTE PIÙ CANNABIS IN VENDITA!

Cannabis libera in Olanda? Non più: **i coffee shop olandesi, infatti, saranno vietati da oggi in poi a tutti i turisti. Il governo olandese ha deciso per un giro di vite, eliminando una delle cose più famose, una delle "attrattive" che ci vengono in mente quando pensiamo all'Olanda.**

Un provvedimento che è stato adottato per combattere la criminalità organizzata e promuovere una politica più salutista. "La coalizione di governo ha stabilito che la politica delle porte aperte e della tolleranza verso le droghe leggere è terminata. La battaglia contro il crimine organizzato sarà intensificata". Inoltre i coffee shop non potranno trovarsi vicino ad una scuola: regole che entreranno in vigore definitivamente in tutto il paese a partire dall'inizio del 2012.

SALUTE: TRA UOVA E COLOMBE 2 KG IN PIU' DI PESO

Un aumento di peso di un paio di kg e' l'amara sorpresa dell'uovo di Pasqua per quanti non hanno resistito alle tentazioni della tavola.

Lo dice Coldiretti riferendo sono stati servite in una settimana 30 milioni di kg tra colombe e altri dolci pasquali, 15 milioni di kg di carne di agnello, 13 milioni di kg di salumi e 11 milioni di kg di uova di cioccolato, con un consumo sopra la media anche di vini, spumanti e altri alcolici. L'uovo di cioccolata conta più di 500 kcalorie all'etto.

PUNTA CAMPANELLA Area Marina Protetta
Ufficio Relazioni Esterne
Tel. 0818089877 - Fax. 0818789663
Email: info@puntacampanella.org
http://www.puntacampanella.org

COMUNICATO STAMPA

MASSA LUBRENSE, 6 TARTARUGHE RIPRENDONO A NUOTARE NEL MARE DI PUNTA CAMPANELLA

Iniziativa organizzata dall'Area marina protetta nella giornata europea dei parchi. I rettili marini, recuperati e curati, hanno ripreso il largo davanti a centinaia di bambini

Nella giornata europea dei Parchi, sei tartarughe hanno ripreso a nuotare nel mare di Punta Campanella. Le Caretta caretta, recuperate dal centro dell'area marina e curate presso la stazione zoologica A.Dhorn, sono state liberate martedì mattina alla presenza dei vertici del Parco Marino e del sindaco di Massa Lubrense, Leone Gargiulo. L'iniziativa si è svolta in concomitanza con altre simili in tutto il mondo, visto che recentemente si è festeggiato il world Turtle Day, la giornata mondiale delle tartarughe.
La liberazione è avvenuta con qualche ora di ritardo a causa del blocco stradale da parte degli operai della Fincantieri a Pozzano, sulla strada che porta in penisola sorrentina. Fortuna che l'opera di mediazione della Polizia e la sensibilità dei manifestanti ha permesso al furgone con le tartarughe a bordo di arrivare a Marina del Cantone, scortato dalle volanti. Da qui, a bordo del gommone del parco, i sei rettili marini hanno raggiunto il luogo prescelto per il loro rilascio. Accompagnate, in questo loro nuovo viaggio, dai biologi della stazione zoologica A.Dhorn e dai subacquei dell'associazione J. Costeau. Le sei tartarughe hanno preso subito il largo, senza problemi di alcun tipo, e si sono dirette verso i faraglioni di Capri. Erano state recuperate alcuni mesi fa. Ferite, a causa di reti da pesca o per aver ingerito plastica, sono state portate, dagli operatori del centro dell'area marina, presso la stazione zoologica A.Dhorn di Napoli, attrezzata e specializzata nella cura dei rettili marini. Ora hanno ripreso il loro lungo viaggio nel mediterraneo.
L'evento è stato organizzato dall'Area marina protetta di Punta Campanella e ha visto la partecipazione di centinaia di bambini delle scuole elementari di Massa e Amalfi. Bambini che hanno seguito in questi mesi un programma intenso di attività di formazione sulle tartarughe marine ed il problema dei rifiuti in mare. Grande partecipazione anche da parte della comunità locale, in particolare quella di Nerano. E grande disponibilità da parte degli operatori turistici di Marina del Cantone, con la cooperativa S. Antonio in prima fila.

PUNTA CAMPANELLA, AL VIA LE ISCRIZIONI PER IL CORSO DI BIOLOGIA MARINA

L'area marina protetta di Punta Campanella ha organizzato un corso pratico dal 19 al 23 giugno. Professori universitari come docenti. Previste immersioni e serate a tema.

I misteri del mare, la meravigliosa vita sottomarina, la biodiversità. Dal 19 al 23 giugno si svolgerà a Massa Lubrense il Corso Pratico di Biologia Marina, ideato in collaborazione con l'Università degli Studi di Napoli "Parthenope" e patrocinato dalla SIBM (società italiana di biologia marina). Le attività prevedono incontri teorici, immersioni di campionamento e raccolta dati, laboratori e serate a tema. In occasione degli incontri serali, interverranno esperti ed appassionati del mondo sommerso, tra cui Villani, Guido Picchetti, Enrico Gargiulo, e tanti altri appassionati del mare e della subacquea. Il corso sarà gestito da personalità di spicco del mondo scientifico, i professori Russo e Sandulli dell'Università Partenope di Napoli, in collaborazione con il personale dell'Area Marina e con il coordinamento di Rosa Linda Testa. Al termine del corso ai partecipanti sarà rilasciato un attestato di partecipazione valido per l'acquisizione di crediti formativi universitari. Le iscrizioni sono aperte, per informazioni:
http://www.puntacampanella.org/corso-di-biologia-marina-2011.asp

Pianeta per la Casa

La Convenienza

Casalinghi - Detersivi - Profumi

CONVENIENZA E CORTESIA
AL VOSTRO SERVIZIO

Vieni a trovarci

Corso Italia 315
Piano di Sorrento
PARCO DELLE MAGNOLIE (CASARMONE)

ESTATE 2011, SICUREZZA E OPERATIVITA' L'IMPEGNO DELLA GUARDIA COSTIERA

CASTELLAMMARE DI STABIA: Al via la nuova stagione balneare con la sicurezza garantita dall'impegno costante della Guardia Costiera.
Ufficiali e sottufficiali della Capitaneria di Porto della cittadina stabiese, comandata dal **Capitano di Fregata Giuseppe MENNA**, con la collaborazione degli Uffici Locali Marittimi di Vico Equense, Piano di Sorrento, di Sorrento e di Massa Lubrense, lavoreranno affinché le nostre spiagge e il nostro mare siano utilizzati all'insegna della sicurezza e del rispetto dell'ambiente.
L'operazione "MARE SICURO 2011", promossa dal Comando Generale delle Capitanerie Di Porto, sarà suddivisa in due distinte fasi: una fase preparatoria ed una fase operativa.
Durante la fase "preparatoria", in linea di massima con finalità di informazione e prevenzione, il Comandante della Capitaneria di porto di Castellammare di Stabia, Capitano di Fregata (CP) Giuseppe MENNA, ha programmato appositi incontri con gli operatori del settore e con le Amministrazioni locali per illustrare i vari aspetti dell'operazione 2011 inerenti alla sicurezza e la salvaguardia della vita umana in mare.
In tale ottica si inserisce anche l'attività di divulgazione circa le principali norme in materia di sicurezza portuale e della navigazione contenute nelle vigenti Ordinanze emanate dalla locale Autorità Marittima, come ad esempio l'Ordinanza di Sicurezza Balneare n. 39/2011, la quale detta tutte le prescrizioni da rispettare e che è necessario conoscere. È possibile scaricare l'Ordinanza dal sito:
www.castellammaredistabia.guardiacostiera.it
Nella fase "operativa", che scatterà materialmente il prossimo **15 giugno**, la Guardia Costiera di Castellammare di Stabia ha predisposto un programma di interventi con uomini e mezzi da impegnare quotidianamente, per terra e per mare, in controlli mirati alla verifica del rispetto delle norme in materia di navigazione da diporto e traffico mercantile, sicurezza e salvaguardia della vita umana in mare, nonché verifiche e controlli in materia di demanio, ambiente e pesca per una tutela del mare e del territorio a 360 gradi
"Ogni giorno gli uomini della Guardia Costiera – ha commentato il Comandante Giuseppe MENNA – saranno impiegati sul rispetto dei limiti di velocità delle unità navali, sull'utilizzo dei corridoi di lancio per l'atterraggio delle imbarcazioni sulle spiagge, sul rispetto delle distanze minime dalla costa (200 metri dalle spiagge e 100 metri dalle coste a picco) e non ultimo per controllare affinché gli **stabilimenti balneari** rispettino gli standard di sicurezza prescritti dall'Ordinanza di Sicurezza Balneare. Particolare attenzione, inoltre, sarà posta per la tutela dell'Area Marina Protetta di Punta Campanella. Infine ricordo che i cittadini possono rivolgersi a noi chiamando il **numero blu gratuito 1530**, attivo 24h su 24h."
Tutte le informazioni possono essere trovate sul sito **www.guardiacostiera.it**, nella apposita sezione "Mare Sicuro".

BLUMARE
VIAGGI

ZOOMARINE IL 17 LUGLIO

Quota per persona **EURO 42,00**
Bambino fino a 2 anni Gratis

Bambini da 2 a 10 anni **EURO 35,00**

La quota comprende :
Bus G.T.- Cornetto Ingresso al parco -Assicurazione

VILLAGGIO IL VALENTINO**** - PUGLIA

DAL 10 AL 17 LUGLIO 1 SETTIMANA EURO 560,00

DAL 17 AL 24 E DAL 24 AL 31 LUGLIO
EURO 590,00 a settimana

Bambini da 8 a 13 anni gratis in 3°/4° letto
Pensione completa - bevande incluse

MENFI BEACH RESORT**** - SICILIA

DAL 08 AL 15 LUGLIO 1 SETTIMANA EURO 460,00

DAL 22 AL 29 LUGLIO 1 SETTIMANA EURO 480,00

Pensione completa - bevande incluse
T.club inclusa per prenotazioni entro il 30 Giugno

VILLAGGIO PALMASERA BEACH RESORT****
SARDEGNA CON NAVE GRATIS

DAL 08 AL 15 LUGLIO 1 SETTIMANA EURO 625,00

DAL 12 AL 19 LUGLIO 1 SETTIMANA EURO 660,00

DAL 19 AL 26 LUGLIO 1 SETTIMANA EURO 695,00

DAL 2 AL 9 AGOSTO 1 SETTIMANA EURO 750,00

Pensione completa - bevande incluse
T.club inclusa per prenotazioni entro il 30 Giugno

BLUMARE VIAGGI: Via San Michele, 13 - 80063 Piano di Sorrento
TEL. 081 5321383 - FAX 081 5322052 - E-MAIL: info@blumareviaggi.it

di **Cecilia Coppola**

IL SALOTTO LETTERARIO NELL'800 PREPARO' L'UNITA' D'ITALIA

Il Risorgimento è legato specialmente ad una preparazione di diplomazia nazionale e internazionale in una società dove la comunicazione delle idee avveniva per contatto diretto. **Le donne furono le prime ad impegnarsi per diffondere le opinioni liberali, diventando personaggi principali della storia dell'800**, attraverso il loro duplice impegno contro la società che non le voleva soggetti partecipanti e contro l'oppressore della patria. Nei salotti dell'alta società, le donne della borghesia e della nobiltà diedero una grande svolta al loro Paese Il salotto suppliva alla sede del partito politico, al cenacolo di cultura per i giovani, alla sala per pianoforte, era un'accademia per declamare versi, perfino un telegiornale perché passavano sempre ospiti stranieri e illustri che portavano notizie; sostituiva insomma anche il nostro Internet.

L'Associazione Culturale Cypraea – onlus con il patrocinio del Ministero dei Beni e delle Attività Culturali ha presentato nella sua sede in via delle Rose a Piano di Sorrento "Anche nei salotti dell'800 si preparò l'Unità d'Italia". Ad introdurre l'interessante argomento Lucio Esposito responsabile del Comitato cultura e territorio della Cypraea che ha composto un prezioso e accattivante excursus storico supportato da diapositive, ricreando l'atmosfera dei salotti ma soprattutto la loro importanza come ruolo formativo e preparativo dell'Unità della nostra patria. Quei salotti dell'alta società chiamati allora "giardini", dove le donne della borghesia e della nobiltà si improvvisavano "giardiniere" premurose ed attive nel preparare e diffondere le idee risorgimentali tra un pettegolezzo, un giro di valzer, un palpitare di ventaglio, un profumo di camelia e un intermezzo musicale. Nel salotto Cypraea il pianoforte affidato agli squisiti giochi timbrici e alle preziose sottolineature espressive del M° Andrea Belati e a Paolo Perfetto, appassionato cultore di musica, capace di estrema chiarezza e alata capacità esecutiva, unitamente alle note del virtuoso violino e alle abili e magiche evoluzioni musicali del mandolino del M° Fasullo hanno accompagnato il canto di Francesca Maresca esteso, agile e caldo, accorato, capace di vocalizzi di coloritura propri del bel canto italiano partenopeo.

Cecilia Coppola, presidente della Cypraea ha spiegato che da molto tempo l'A**ssociazione dedica dei momenti ai salotti letterari e in occasione dei 150 anni dell'Unità d'Italia ha voluto far rivivere la funzione preziosa avuta nel Romanticismo** da questa sala di ritrovo ed accoglienza dove si formarono e si fecero conoscere le più belle menti di letterati, musicisti, pittori, quelle abili e profonde dei politici del tempo e quelle intuitive e pulsanti delle padrone di casa come Bianca Milesi, Olimpia Rossi Savio, Teresa Confalonieri, Tonina Masanello, la contessa di Castiglione e altre ancora, spesso sorvegliate dalla polizia austriaca. **Donne che si vestivano anche da uomo per partecipare all'impresa dei Mille**, scendevano in piazza durante le Cinque giornate di Milano, aprivano le porte dei loro salotti per accogliere i pensatori e permettere ai patrioti di organizzare piani di liberazione. Capaci di rischiare la vita passando il confine per portare in mezzo alle loro vaporose capigliature messaggi cifrati, donne definite eroine invisibili dell'unità d'Italia. Questa iniziativa "salottiera" della Cypraea raggiungerà diverse città campane e di altre regioni per innestare, soprattutto fra le nuove generazioni, l'amore e l'orgoglio di essere nati in una nazione come l'Italia, scrigno di grande civiltà alla quale cooperarono il coraggio, l'audacia e l'intraprendenza delle donne. La socia Lucia Cilento, punto di riferimento per la Moda delle Spose nella penisola sorrentina e oltre, ha collaborato per la ricerca e l'esecuzione di abiti che le dame indossavano nei ricevimenti salottieri e il primo è stato indossato da Francesca Maresca.

Ahum! Pizza
Bowling Sorrento
BIRILLO ARANCIO
VINCI UN BUONO
Eat and Play
APERTO TUTTI I GIORNI
Bowling Sorrento
Ahum! Pizza
GIOCA - MANGIA - BEVI E... VINCI
Via S. Antonio, 6/8 SORRENTO
info: 333 8729628 - 333 8588379

di **Cecilia Coppola**

XXV Festa Internazionale della Primavera 2011

" Un mondo nuovo per le giovani generazioni "

L'Associazione Culturale CYPRAEA da ben venticinque anni organizza la Festa Internazionale della Primavera, Premio Cypraea – Giovane Europa, già Premio del Presidente della Repubblica, un grande meeting dove si radunano e si confrontano migliaia di giovani ed adulti provenienti da numerose Regioni italiane e Nazioni europee ed extraeuropee. **Questo incontro mondiale promuove fra le nuove generazioni il desiderio di conoscere e studiare realtà etniche differenti** che approdano alla formazione di una cultura che diventa non solo esplorazione di un territorio ma anche tutela dell'ambiente e operazione di pace.

Il tema per l'edizione del 2011 evidenzia quale modo migliore di iniziare a lavorare sul futuro se non con il proporre un evento dedicato a chi del futuro sarà protagonista. I partecipanti, svolgendo le principali tematiche del tempo: la tutela della natura, l'alimentazione sana, la funzione aggregante della famiglia nella società, l'emigrazione e l' istituzione della Pace esprimono i propri punti di vista in un confronto multietnico per diventare coscienti dell'importanza del legame affettivo con lingua, storia, tradizioni e cultura del Paese d'origine e comprendere la dura esperienza, la carica di sofferenze e sacrifici che si vivono nei propri territori che spesso spingono all'esigenza dell'emigrazione, alla ricerca di una vita più giusta, di un futuro migliore per i propri figli e nipoti. Il ruolo dei giovani nella impostazione di un mondo nuovo – spiega Cecilia Coppola, presidente e fondatrice della Cypraea - verrà sottolineato da Mostre, Convegni, Conferenze, Laboratori realizzati e svolti su quanto essi hanno preparato e programmato nei mesi precedenti che ha loro permesso di essere scelti per essere premiati nel corso di diversi meeting della Festa Internazionale della Primavera che si terranno nelle sedi della Cypraea attive in diversi Regioni Italiane e Nazioni estere.

Il Cardinale Vincenzo Sepe ha definito l'attività dell'Associazione Cypraea "punto focale di attenzione inteso quale risorsa della società futura, dove bisogna spendere le migliori energie e si possono aprire le porte all'unità come base della fratellanza e della vera pace Un'opportunità soprattutto di conoscenza, cultura e di ricerca per un dialogo costruttivo di un mondo nuovo, alla cui crescita offrire i valori tradizionali idealmente custoditi dalle famiglie e arricchiti dall'esperienza delle nuove realtà. "Nella città di Foggia la professoressa Littoria Russo Sebastiano responsabile della sezione della Cypraea per la Puglia, con il suo coinvolgente entusiasmo, ha portato nel Palazzo della Provincia - Sala del Tribunale della Dogana, centinaia di ragazzi che sono stati i protagonisti e i relatori di questi incontri. Il vicepresidente Maria Elvira Consiglio, assessore alla Cultura e alle Politiche Scolastiche, ha donato a Cecilia Coppola lo splendido trofeo di San Michele al quale, fin dai tempi antichi, sono stati rivolti in ogni parte del mondo un culto e una devozione particolari, considerandolo sempre presente nella lotta che si combatte e si combatterà fino alla fine del mondo, contro le forze del male che operano nel genere umano. Con questo Arcangelo si inizia il cammino per un mondo nuovo, che tocca **le città di Foggia, Bari, Genova, Milano, Roma, e continua a Neumarkt in Germania, a Petersfield in Inghilterra, a Belgrado in Serbia, a Gaza in Palestina, a Cebu nelle Filippine** e in altri paesi con i quali sono stati costruiti contatti e rapporti da vari decenni, per trasmettere il messaggio forte e vigoroso della Pace nel rispetto della grande istituzione della famiglia e nella capacità di credere nelle radici sane di una nuova concezione della società soprattutto dove la Guerra, la Fame e le Malattie violano i diritti dell'infanzia.

IL TEMA PER L'EDIZIONE DEL 2011 EVIDENZIA QUALE MODO MIGLIORE DI INIZIARE A LAVORARE SUL FUTURO SE NON CON IL PROPORRE UN EVENTO DEDICATO A CHI DEL FUTURO SARA' PROTAGONISTA.

Via S. Michele, 21 - Piano di Sorrento Cell. 3384341707

Cercami su facebook per visitare tutte le foto:
DIABLURA DI MAGLIONE SALVATORE

RISTORANTE - PIZZERIA

LA FENICE

Via degli Aranci, 11 - 80067 SORRENTO (NA) - Tel. 0818781652 - Fax 0815324154

Foto e testo a cura di **Mariella Nica**

L'ISTITUTO COMPRENSIVO PIANO DI SORRENTO VINCE IL PREMIO DELL'ORDINE NAZ. DEI GIORNALISTI

Il presidente dell'Ordine Nazionale dei Giornalisti, Enzo Iacopino, premia gli alunni dell'Istituto Comprensivo di Piano di Sorrento

Grande festa nell'Istituto Comprensivo di Piano di Sorrento, diretto dalla preside **Maria Rosaria Sagliocco**, per il premio assegnato dall'Ordine Nazionale dei Giornalisti a **"Village Magazine"** il giornale scolastico realizzato dai giovani giornalisti della scuola. Alla solenne cerimonia di premiazione, tenutasi a Benevento mercoledì 4 maggio, il presidente dell'Ordine Nazionale dei Giornalisti, il dottor Enzo Iacopino, ha consegnato il diploma e la medaglia di merito alla redazione del giornale, presente al gran completo sul palco del teatro "San Marco" dove si è svolta la manifestazione.

La giornalista **Laura Pintus** di Radio Uno Rai ha poi intervistato per la trasmissione radiofonica Gr1 Ragazzi, tre alunni della redazione di Village Magazine sui temi trattati nel giornale e **Chiara Aversa**, **Giovanni Figurati** e **Chiara Ruggiero** sono stati molto spigliati e pronti nel rispondere alle domande dell'intervista radiofonica che è andata in onda lunedì 9 maggio alle ore 13,35 su Radio Uno. L'Istituto Comprensivo Piano di Sorrento è vincitore per la seconda volta del premio giornalistico "Fare il giornale nelle scuole", attribuitogli già nel 2004 per il tabloid "TvPlanet Press", e che è giunto quest'anno all'ottava edizione, registrando una partecipazione superiore agli anni precedenti. Infatti, come ci dice uno degli artefici del premio, il dottor Angelo Ciaravolo, giornalista e consigliere nazionale dell'Ordine, "sono state oltre 700 le testate iscritte al premio, tutte meritevoli e di eccellente qualità, tra le quali è stato molto difficile scegliere, sulla base degli argomenti trattati e della veste grafica, quelle vincitrici. Tra scuole primarie e secondarie, provenienti da tutte le regioni d'Italia, è stata premiata anche la scuola italiana di Asmara, in Eritrea". "L'Ordine dei giornalisti conferma il suo impegno a sostenere il giornalismo scolastico come eccezionale bacino di formazione giovanile". Lo ha affermato **Enzo Iacopino**, presidente dell'Ordine Nazionale dei Giornalisti, nel corso della cerimonia di premiazione. "Non è solo un premio per i giornali più belli e più interessanti"– ha aggiunto Iacopino – "ma è anche un censimento, per poter contare su dati concreti, di tutte le testate scolastiche, della loro continuità e della loro consistenza qualitativa". Agli studenti, in ricordo della cerimonia di premiazione, è stato consegnato un cappellino, un block notes con penna (corredo necessario del giornalista) e un catalogo con le foto delle testate vincitrici del premio. Alla fine della cerimonia nell'accogliente cornice del Chiostro di San Francesco di Benevento, i ragazzi dell'Istituto Comprensivo Piano di Sorrento e gli accompagnatori, i docenti **Rosa Iaccarino**, **Michele Russo** e **Mariella Nica** curatori del laboratorio di giornalismo, sono stati ospiti al pranzo offerto dall'Ordine Nazionale dei Giornalisti cui ha fatto seguito un'interessantissima visita guidata ai monumenti della città, tra cui lo splendido teatro romano e il maestoso arco di Traiano.

Ulteriori notizie sulla manifestazione si possono trovare anche sulla web tv "ntr24.tv e sul portale "gazzettabenevento.it"

LG ARREDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

Veste la tua casa...

Porta a casa Michelle!!!

SUBITO per te a scelta uno dei seguenti REGALI

10,1"
LED
HDD
160GB

Acer Aspire One D260

Touchscreen 3,5"
Cartografia
43 Paesi
Bluetooth
WiFi

Garmin-Asus Nuvifone M10

Nintendo Wii + Wii Sport
Resort + Motion Plus

www.lgarredamenti.it - info@lgarredamenti.it

Sorrento - Via del Mare 15/19 Tel/Fax 081 807.17.64 - Cell. 338.20.65.411

MEDICINA

CHE COS'È LA DISPLASIA ALL'ANCA?

Risponde la dottoressa **Maria Buononato**
Scrivi a maria_buononato@virgilio.it

La displasia all'anca è un problema abbastanza comune che colpisce in genere il 2-3% dei neonati.
La causa della displasia congenita dell'anca è dovuta al fatto che la parte superiore dell'osso della coscia (femore) non rientra correttamente nell'articolazione del bacino (acetabolo). Di solito si tratta di un difetto momentaneo: la cavità non si è ancora sviluppata completamente e l'acetabolo è svasato per un ritardo nella calcificazione e una lassità dei legamenti. Per questo motivo, vista l'importanza di una diagnosi precoce per il buon esito della cura, il neonatologo esegue un controllo nel corso della prima visita a poche ore dalla nascita: la manovra di Ortolani. Il pediatra sistema il neonato a pancia in su, con le anche e le ginocchia ad angolo retto.
Poi prende le gambine e le muove verso l'esterno attraverso una piccola rotazione, tenendo il dito medio premuto sul fianco del bacino per sentire se il movimento articolare avviene nel modo corretto o se invece la testa del femore si sposta dalla propria sede. Attorno al terzo mese di vita del neonato si effettua anche un controllo ecografico; è una tecnica innocua che sfrutta gli ultrasuoni e che non richiede l'immobilità assoluta del bambino. La displasia all'anca di lieve entità si risolve nel giro di qualche mese. L'importante è che il bambino tenga sempre le gambine il più possibile divaricate grazie all'ausilio di divaricatori o semplicemente facendo indossare al bamino due pannolini sovrapposti. La posizione divaricata, infatti, spinge la testa del femore nell'acetabolo: le due ossa possono così crescere insieme, in modo armonico.

QUESITI LEGALI

Un mio amico è stato scoperto mentre fotografava il proprio voto nella cabina elettorale durante le ultime elezioni del nostro Comune, cosa rischia?

Risponde l'avvocato
Patrizia Cappiello
Piazza della Repubblica, 26 - Parco Corsicato - Scala B

L'art. 48 della Costituzione dispone che il voto è personale, uguale, libero e segreto. E' personale perché il diritto di voto deve essere esercitato personalmente, a meno che non si tratti di elettori fisicamente impediti (i ciechi, gli affetti da paralisi o da altro grave impedimento, esercitano il diritto elettorale con l'aiuto di un elettore della propria famiglia o di un accompagnatore di fiducia). E' uguale, in quanto ciascun voto ha lo stesso valore di tutti gli altri. E' libero, nel senso che l'ordinamento deve impedire che l'elettore subisca alcuna forma di pressione o di coercizione a favore di un partito o di un candidato. E' segreto proprio per assicurarne la libertà.
La segretezza del voto viene assicurata dalla predisposizione della scheda di stato, uguale per tutti gli elettori, e delle cabine elettorali, in cui l'elettore deve isolarsi per esprimere il suo voto. Inoltre, per garantire il rispetto alla segretezza del voto e per contrastare eventuali tentativi di voto di scambio, dal 2008, con l'entrata in vigore del Decreto Legge n. 49 del 1 aprile 2008, è vietato introdurre all'interno delle cabine elettorali telefoni cellulari o altre apparecchiature in grado di fotografare o registrare immagini. Chiunque violi tale divieto è passibile di denuncia alla competente autorità giudiziaria ed è punito con l'arresto da tre a sei mesi e con l'ammenda da 300 a 1.000 euro. Le apparecchiature fotografiche in possesso dell'elettore possono essere depositate e prese in consegna dal presidente dell'ufficio elettorale di sezione unitamente al documento di identificazione ed alla tessera elettorale, e saranno restituite dopo l'espressione del voto.

CONDOMINIO

Le spese di coibentazione dei muri perimetrali dell'edificio su chi gravano?

Risponde l' Avv. **Giuseppe Serio**
Via Parsano n. 4, cell. 328/7086567 - email: serio.giuseppe@alice.it

Al fine di rispondere, esaustivamente, al quesito proposto è necessario far mente all'art. 1117 del codice civile inerente la parti comuni dell'edificio, laddove, seppur non previsti espressamente, rientrano anche, secondo la giurisprudenza costante, i muri perimetrali (Corte di Cassazione, sent. n. 4978 del 06/03/2007: I muri perimetrali dell'edificio in condominio, pur non avendo funzione di muri portanti, vanno intesi come muri maestri al fine della presunzione di comunione di cui all'art. 1117 c.c., in quanto determinano la consistenza volumetrica dell'edificio unitariamente considerato, proteggendolo dagli agenti atmosferici e termici, delimitano la superficie coperta e delineano la sagoma architettonica dell'edificio stesso. Pertanto, nell'ambito dei muri comuni dell'edificio rientrano anche i muri collocati in posizione avanzata o arretrata rispetto alle principali linee verticali dell'immobile);
Si deve, necessariamente, rilevare che la coibentazione, meglio conosciuta come "cappotto termico", rientra nell'ambito degli interventi sugli edifici e sugli impianti volti al contenimento del consumo energetico e all'utilizzazione delle fonti di energia regolari dalla legge n. 10 del 1991, come, poi, rivisitata dalla legge 99 del 23 luglio 2009 che prevede sia sufficiente l'approvazione della maggioranza semplice delle quote millesimali (1/3 e 333,34 millesimi), rappresentata in assemblea.
Sotto il profilo, invece, della ripartizione delle spese, si pone il problema se la stessa debba essere affrontata dai singoli proprietari che andrebbero a godere dei benefici derivanti dalla coibentazione dei muri perimetrali ovvero dalla verticale interessata all'apposizione della stessa ovvero dal condominio inteso nella totalità dei suoi partecipanti. Sul punto, la Corte di Cassazione, con la sentenza del 23 novembre 2009 n. 24658, affrontando il tema delle spese condominiali inerenti lavori aventi ad oggetto la rivestitura a cappotto dei muri perimetrali del fabbricato condominiale, ha affermato che queste devono essere ripartite fra i condomini in misura proporzionale al valore delle rispettive proprietà ai sensi dell'art. 1123, comma 1, del codice civile e, pertanto, i costi dell'opera dovranno essere ripartiti tra tutti i condomini, nessuno escluso, secondo il riparto millesimale.

I tuoi DIRITTI in mani sicure

Avvocato Patrizia Cappiello

Studio Legale
Civile - Amministrativo

Piazza della Repubblica, 26 - Parco Corsicato sc. B
Piano di Sorrento (NA)
Cell. 3391970892 - p.cappiello@libero.it

Lo studio è specializzato in:

- Risarcimeno danni
- Recupero crediti
- Diritto di famiglia (separazioni, divorzi, interdizione, etc.)
- Diritto immobiliare (condominio, locazioni, usufrutti, etc.)
- Stesura e registrazione di contratti
- Ricorsi amministrativi (urbanistica, concorsi, appalti)

RISTORANTE - PIZZERIA
"Don Vittorio"
GIOIELLO

via Casarlano, 19 Sorrento
Tel. 081/8073359
facebook: ristorantedonvittoriogioiello
chiuso il lunedì

Amministrazioni Condominiali

DOMUS IMMOBILIARE S.A.S.

AMMINISTRATORE RAG. ROBERTO SALIERNO
RAG. PATRIZIA DE GREGORIO

- Amministrazione condominiale professionale ed esclusivo soci A.N.AMM.I. (Associazione Nazionale Amministratori D'Immobili)
- Consulenza condominiale con sopralluogo gratuito
- Gestione della contabilità condominiale con i relativi adempimenti
- Possibilità di consulenza legale
- Sopralluoghi effettuati con l'ausilio di tecnici abilitati

ESPERIENZA E PROFESSIONALITA'

Tel. 081/8781537 – Fax. 081/8773967
Via B. Capasso, 15 – Sorrento

Ambulatorio Veterinario
Dott.sse **Pascale Adriana e Russo Marilena**

LORO NON TI ABBANDONEREBBERO MAI ...

L'abbandono di un animale è "l'intenzionale allontanamento di un animale domestico o d'affezione del quale si sia proprietari e che viene in genere rilasciato in luoghi dai quali si prevede non possa riavvicinarsi all'abitazione in cui era detenuto".
Questa che sembra un fredda definizione, purtroppo, è una realtà ormai che ci impegna 365 giorni l'anno e con l'arrivo dell'estate si amplifica e diviene un'amara realtà. Infatti, il triste fenomeno dell'abbandono degli animali nelle strade è sempre più frequente. Puntualmente, infatti, all'inizio della bella stagione, si vede per le nostre vie un numero sempre maggiore di nuovi randagi, cuccioli vaganti senza meta con la speranza stampata nei loro occhi spaesati di rivedere chi li ha lasciati lì, destinati ad un crudele destino ed increduli che colui di cui più si fidavano possa non tornare più.
Animali domestici (e quindi abituati al calore di una casa ed alle coccole di un padrone) per le quali la vita improvvisamente diventa una vera odissea, molto più pericolosa rispetto a chi per strada ci è nato ed è temprato verso le numerose difficoltà ed avversità di quest'ultima (in primis la ricerca di cibo ed acqua).
L'abbandono non riguarda solo i cani ed i gatti, ma di recente ha colpito sensibilmente anche specie cosiddette esotiche, la cui detenzione era stata sottoposta a regolamentazione severa comprendente il divieto di detenzione di talune specie e l'obbligo di denuncia di altre invece consentite. Molti rettili sono abbandonati in giardini e parchi pubblici, o nei corsi d'acqua e ciò può causare conseguenze negative alla fauna selvatica locale.
Giova evidenziare in proposito che in Italia l'abbandono è vietato ai sensi dell'art. 727 del codice penale che al primo comma recita: "Chiunque abbandona animali domestici o che abbiano acquisito abitudini della cattività è punito con l'arresto fino ad un anno o con l'ammenda da 1.000 a 10.000 euro". La ratio di questa norma è stata rinvenuta nella tutela del sentimento umano che è offeso da forme di maltrattamento o abbandono degli animali. La Dichiarazione universale dei diritti dell'animale sancisce all'art. 6 che «L'abbandono di un animale è un atto crudele e degradante».
Addirittura, secondo il Ministero della Salute italiano, «chi abbandona un cane, dunque, non solo commette un illecito penale, ma potrebbe rendersi responsabile di omicidio colposo», qualora gli animali abbandonati provocassero incidenti stradali mortali.
Le difficoltà sorgono anche per chi trova un animale abbandonato che, a volte, non sa a chi rivolgersi e dove portarlo dal momento che i rifugi, (previsti dalla normativa, ma di fatto inesistenti sul nostro territorio), per gli animali abbandonati sono pochi, a pagamento e spesso fatiscenti. E' bene sapere che, in questi casi, occorre sempre rivolgersi alle Autorità competenti che, per quanto loro possibile, provvederanno a "risolvere il problema", purtroppo in questi casi l'unica alternativa è il canile. Esistono Associazioni in zona, ma più di ogni cosa ci preme segnalare l'operato di persone in penisola, veramente poche in relazione alla vastità del problema,che si dedicano anima e corpo a soccorrere pelosi in difficoltà, anche a proprie spese, a cui occorre offrire il nostro aiuto.
Chiunque fosse interessato ad adottare un pelosetto può contattarci senza problemi ben contente di fare da tramite, ma solo per persone realmente intenzionate ad accogliere nella propria vita un animale, ben consapevoli della responsabilità a cui vanno incontro.
Concludiamo quindi il nostro articolo con un'illustre citazione: "Gli animali non solo provano affetto, ma desiderano essere amati"C.H.Darwin.

Ambulatorio Veterinario "Tasso"

Dott.ssa Adriana Pascale - Dott.ssa Marilena Russo

Iscrizione all'anagrafe canina e felina
Analisi cliniche in sede - Bagni medicati

Casa del Cane "Tasso"

Vendita alimenti specifici ed accessori

Sorrento (Na) - Via degli Aranci 9/C - Tel. 0818073845
casadelcanetasso@virgilio.it - ambulatorio veterinario tasso

MERIAL
ROYAL CANIN
Eukanuba
The Best You Can Do For Your Dog
BAYER Bayer HealthCare

Marvin

OUTLET

Abbigliamento ed accessori Uomo-Donna

Via Tasso, 31 - Sorrento - Tel. 081.0209584
e-mail:marvinoutlet@libero.it

I FINANZIAMENTI A FONDO PERDUTO E A TASSO AGEVOLATO

Scrive GS Consulting - Via S. Lucia, 12 - Sorrento
Tel. 081 878 2072 - 339 1048743

Se vuoi aprire una nuova attività o ristrutturare la tua azienda puoi avvalerti di finanziamenti a fondo perduto (da non restituire) e finanziamenti a tasso agevolato per sostenere le spese di fitto dei locali, per acquistare attrezzature, macchinari, merce attraverso soluzioni finanziarie specifiche, per ogni vostra richiesta.

Chiunque sia intenzionato a realizzare una nuova idea imprenditoriale (creazione o ammodernamento di ogni tipo di attività) si perde tra le tante agevolazioni finanziarie previste dalle leggi regionali, nazionali e comunitarie sia a fondo perduto sia a tasso agevolato.

Ma ora è possibile individuare la modalità migliore per dialogare con le istituzioni finanziarie e con i creditori, per reperire capitali di debito e di rischio a sostegno della crescita e per progettare il futuro della tua idea imprenditoriale.

Ad esempio: finanziamenti alle aziende, servizi di factoring e di leasing per imprese, prodotti finanziari con garanzia Confidi, finanza agevolata, sono le soluzioni per agevolare l'accesso al credito delle PMI.

In particolare, Il Confidi è un consorzio italiano di garanzia collettiva dei fidi che svolge attività di prestazione di garanzie per agevolare le imprese nell'accesso ai finanziamenti, a breve medio e lungo termine, destinati allo sviluppo delle attività economiche e produttive.

I confidi nascono come espressione delle associazioni di categoria nei comparti dell'industria, del commercio, dell'artigianato e dell'agricoltura, basandosi su principi di mutualità e solidarietà.

Con l'ausilio delle garanzie collettive si possono ottenere finanziamenti con vantaggiosi tassi d'interessi del 4,00 %.

Inizia a cercare la soluzione più idonea alla tua impresa.

Ristorante Pizzeria Emilia

FORNO A LEGNA

PIZZA A PRANZO

PRIMI PIATTI e PIZZA per PERSONE CELIACHE

Solo da Noi !!!
RISOTTO AL BERGAMOTTO

Al Ristorante EMILIA ci trovi il famoso Chef Antonio De Turris, pluri campione, finalista europeo e nazionale in categorie diverse (Primi Piatti, Pizza Fantasia, Pizza Piccante 1ª Classificata) e GUINNESS dei PRIMATI per aver realizzato "LO GNOCCO GIGANTE"

Si accettano prenotazioni per comitive e piccole cerimonie a partire da € 25,00

Al Ristorante EMILIA puoi gustare particolarità di "pasta fresca", cucina tipica, fantasie dello Chef Antonio De Turris e la famosa Pizza "Cappello di Napoleone"

Parcheggio - Giardino Interno
Parco Giochi per bambini

S.Agata sui due Golfi - Massa Lubrense
Via Reola, 9 - Tel. 081 8080643 - Cell. 3384023953

Ufficio stampa Capri Watch:
Cristina Cennamo 340 - 5135781

CAPRI WATCH:
LE CONIGLIETTE DI PLAYBOY MADRINE DEL NUOVO OROLOGIO "MULTYJOY"

La nuova idea dell'imprenditore Staiano: il regalo che illumina il Natale, garantito cinque anni

Elegante. Alla moda. Ecco il nuovo orologio marchiato Capri Watch, l'azienda dell'isola azzurra guidata dall'imprenditore locale Silvio Staiano, anima creativa ed imprenditoriale di questo sogno, che dura oramai da quindici anni. Forte di un mix frizzante di stile e colori, il "MultiJoy" è un cocktail riuscito tra eleganza e design.

Quadrante ampio e luminoso, impreziosito da un'incastonatura di centinaia di cristalli Swarovski, di vari colori e dimensioni, lungo la ghiera e sulla cassa in acciaio lavorata con fantasia ed originalità. Questo modello del resto custodisce al polso tutte le emozioni dell'isola azzurra, per un costo alla vendita di 199 euro. Il nuovo modello è stato tenuto a battesimo dalle conigliette di "Playboy" che hanno presenziato al cocktail di lancio del modello presso la sede della ditta e che ne hanno quindi ispirato la denominazione definitiva.

Un modo originale insomma per festeggiare i primi quindici anni di attività della Capri Watch, abbinato al lancio della esclusiva garanzia di ben cinque anni (tre in più quindi rispetto alla media europea) e che spiega ina volta di più perché solo poche ma rinomatissime boutique e le griffe internazionali di primaria importanza quali Gucci, Hogan, Fay, Fendi, etc abbiano avuto la possibilità di esporre nelle proprie vetrine i prodotti Capri Watch.

"L'idea della garanzia di cinque anni rappresenta per noi un nuovo modo di intendere il rapporto con il cliente che già al momento dell'acquisto deve sapere che avrà un'assistenza post-vendita all'avanguardia", dichiara Silvio Staiano al capo, insieme alla sorella Alba, di una azienda piccola, moderna, ma estremamente flessibile nel comprendere ed intuire le aspettative della clientela seppur radicata in una gestione tipica dell'azienda familiare.

Questo modello, inoltre, è forte anche di un'innovazione tecnica che si fonde in un unico ed armonioso orologio che, senza dubbio, gli conferisce un elevatissimo pregio estetico. La cassa dell'orologio, impreziosita sul top da due giri di cristalli bianchi, è coniata in quattro strati che, finiture in acciaio ed oro rosa, la rendono spettacolare ed unica allo stesso tempo. Di non minore bellezza, il quadrante multistrass, disegnato a quattro mani da Silvio e Fabio Staiano, che vede incastonati infiniti cristalli di tantissimi colori e dimensioni.

CASSA: ACCIAIO E ORO ROSA 41 mm.
QUADRANTE: BIANCO SMALTO E SWAROWSKI
CINTURINO: IN PELLE COLORATA
ASTUCCIO: RIVESTITO A MANO
COLLEZIONE: 2011
WATER RESISTANT: 50 MT. – 5 ATM
PREZZO: € 190

MAGIC Medley BALLET

Accademia di Danza Classica e Moderna

Piano di Sorrento - Via delle Rose, 36 - Tel. 3393324670 - 0815322345
www.magicmedleyballet.it

Direzione Artistica:
MARILINA IACONO

"Oro, Incenso e Mirra"

1° Premio per la coreografia a Marilina Iacono - "Maggio dei Monumenti" Napoli, 22 Maggio 2011

Saggio accademico 2010-2011

Teatro Armida Sorrento 18 giugno ore 20,30

di **Angie Cafiero**

IL GUSTOSTO MONDO DI ANGIE

La passione per la fotografia la si respira nei suoi scatti, Gianni mi racconta che per lui fotografare è una forma di scrittura che utilizza e a cui si dedica, ormai da tempo, per raccontare attraverso i suoi scatti le emozioni che vive ogni giorno.

Grazie ad una formazione classica, ed una laurea in scienze sociali, riesce a guardare oltre il semplice scatto ed utilizzare l'immagine come una forma di comunicazione visiva.

Lo stile di fotografia che predilige è il reportage, un insieme di immagini che si susseguono per raccontare un avvenimento, che può essere un matrimonio, una festa, un compleanno, un evento, un concerto, una rappresentazione teatrale. Ma l'ingrediente necessario alla riuscita della sua professione è la passione, che gli concede la possibilità di considerare la sua attività non come un lavoro comune, ma come una nuova ed avvincente sfida ricca di emozioni e piena di soddisfazioni.

Le sue immagini sono frutto di un paziente apprendimento da autodidatta, che ha avuto modo di approfondire grazie a corsi e specializzazioni in diversi ambiti della fotografia, come ad esempio il workshop in fotografia di teatro svolto nel febbraio 2009 a Firenze in occasione della manifestazione "Danza in Fiera", workshop organizzato dalla scuola di fotografia del teatro "La Scala"di Milano con la docenza del fotografo di scena Luciano Romano. Nel 2010 segue un corso interamente dedicato a Photoshop.

Nel 2010-2011 segue il corso di fotografia di moda presso la John Kawerdash di Milano.

Lasciamo così spazio ai suoi lavori che sicuramente possono narrare meglio di qualunque altra cosa il suo stile e, se volete mettere in moto i succhi gastrici, vi consiglio anche un salto alla "Food Gallery".

Angie: ***– Quanto conta una buona alimentazione per il tuo lavoro?***

Gianni: - Molto perché secondo me mangiare troppo e male ci fa anche rallentare il nostro lavoro, mentre un'alimentazione corretta ci permette di essere molto più leggeri e quindi più reattivi mentalmente.

Angie: ***– Hai mai pensato di ispirarti nella fotografia anche alla gastronomia?***

Gianni: – Facendo il fotografo molto spesso ho pensato di dedicarmi alla fotografia di food, ho già realizzato qualche lavoro e ti dirò che mi affascina molto.

Angie: ***– Sei mai stato a dieta?***

Gianni: – Per mia fortuna no, e credo che sarebbe molto difficile per me privarmi di qualche cibo. non sono una persona che mangia molto, ma mi piace mangiare tutto senza dover stare li a vedere cosa posso o non posso.

Angie: ***- Meglio carne o pesce?***

Gianni: -Preferisco il pesce anche se ci sono alcuni tipi di carne che mi piacciono molto a patto che siano fatti alla brace. Così come anche il pesce non mi piace tutto indistintamente, ma solo alcune cose. Diciamo pure senza nascorderci che sono un po' viziuso'

Angie: ***- Se fossi un dolce, quale saresti?***

Gianni: -Mi piacerebbe essere un bel babbà è il dolce che preferisco, buono e leggero

Angie: ***- Vino?***

Gianni: -Purtroppo non sono un buon bevitore, dico purtroppo per i vinai, visto che a me il vino non piace proprio fatto eccezzione per quello un po' frizzantino, io vado a coca-cola.

Angie: ***- Nel tuo frigo che cosa non manca mai, e nella dispensa?***

Gianni: - La cosa che preferisco è una bella mozzarella, meglio se è una treccia.

Angie: ***– Quale piatto ti piace mangiare?***

Gianni: – Il gattò di patate o la pasta con la besciamella.

Angie: ***- Come ti definiresti a tavola?***

Gianni: - Un buon mangiatore, ma non eccessivo, normale.

Angie: ***- Di cosa sei più goloso? e cosa proprio non ti piace?***

Gianni: – Goloso un po' di tutto, ma odio le verdure, ed al secondo posto la frutta.

Angie: ***- Una tua ricetta per i nostri lettori…***

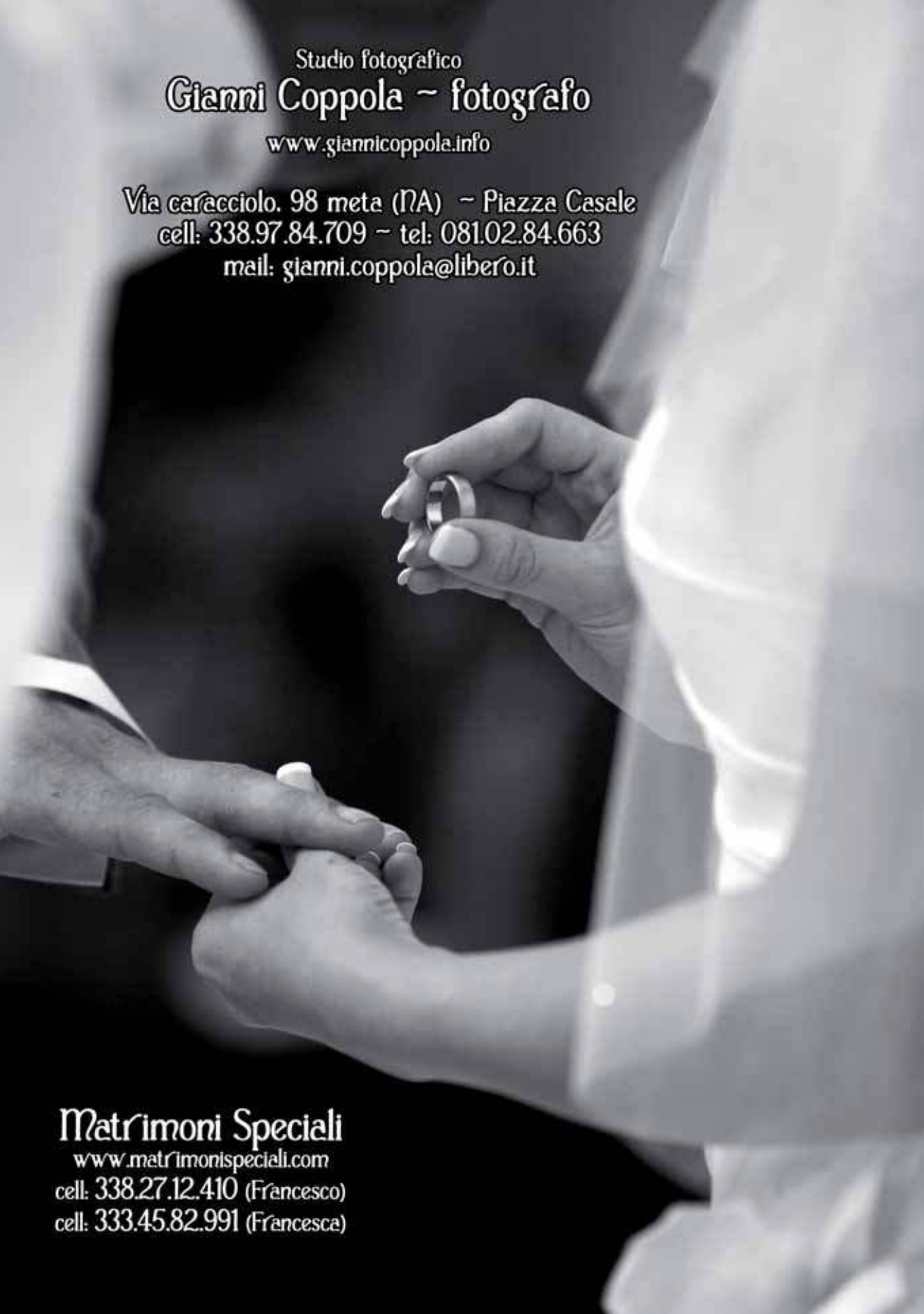
Gianni: – L'unica che so fare è quella del l'uovo a occhio sugli spaghetti, ricetta molto complicata, prendete gli spaghetti e metteteli a cucinare, quindi fate un bell'uovo all'occhio di bue, scolate la pasta, prendete l'uovo aggiungete del pepe e girate tutto facendo rompere l'uovo.

Angie: - ***Ti fidanzeresti con una cuoca?***

Gianni: – No, sarebbe un disastro per me e la mia linea, diventerebbe una curva.

Angie: ***- Un piatto della tua infanzia***

Gianni: - Sempre il gattò di patate, mi ricordo come era bello prepararlo con mi nonna che ormai non c'è più, in questo momento mi ritorna in mente tutto, la vedo li e sento addirittura il profumo e la sua voce, e fuori della finestra c'è una bellissima giornata di sole, darei qualunque cosa per rivivere un solo attimo di quei momenti.



Studio fotografico

Gianni Coppola ~ fotografo

www.giannicoppola.info

Via caracciolo. 98 meta (NA) ~ Piazza Casale
cell: 338.97.84.709 ~ tel: 081.02.84.663
mail: gianni.coppola@libero.it

Matrimoni Speciali

www.matrimonispeciali.com
cell: 338.27.12.410 (Francesco)
cell: 333.45.82.991 (Francesca)

A cura della dottoressa **Emma Ruocco**

COSA SAPERE PRIMA DI INTRAPRENDERE UNA DIETA DIMAGRANTE

PERDERE PESO O PERDERE GRASSO?

L'entità e la velocità di perdita di peso corporeo sono frequentemente considerati da alcuni come gli unici parametri per apprezzare l'efficacia di un trattamento dimagrante. In realtà, l'obiettivo principale di una dieta ipocalorica (cioè con una quantità di kcal inferiore rispetto ai fabbisogni quotidiani, al fine di indurre il dimagrimento) dovrebbe essere una prevalente riduzione della massa adiposa cercando, contemporaneamente, di preservare il più possibile la massa muscolare.

Per raggiungere tale traguardo, la dieta dovrà presentare le seguenti caratteristiche:

- **Non essere eccessivamente ipocalorica:** una dieta fortemente ipocalorica oltre ad essere poco accettabile dal soggetto, induce una perdita di peso eccessivamente rapida che avviene, soprattutto, a carico della massa muscolare. Ma non è tutto. Numerose sono le evidenze scientifiche delle conseguenze di regimi calorici eccessivamente "ristretti"(per non parlare di veri e propri semidigiuni): maggior predisposizione allo sviluppo di calcoli renali, squilibri elettrolitici, compromissione del muscolo cardiaco, … La dieta dovrà invece determinare una velocità di calo ponderale moderatamente veloce;
- **Essere bilanciata:** una dieta deve essere studiata e "personalizzata" appositamente per un individuo, fornendo adeguati apporti in carboidrati, proteine, grassi e micronutrienti anche al fine di non instaurare pericolose carenze nutrizionali.

Attività fisica: come, quando e perché

Sovrappeso e obesità vanno spesso a braccetto con la sedentarietà! Associare alla dieta ipocalorica un incremento dell'attività fisica non è solo consigliabile ma fondamentale. Naturalmente la tipologia di attività sportiva dovrà essere adeguata alle condizioni patologiche del soggetto. Infatti, per una persona obesa, dove l'eccesso ponderale limita i movimenti ed è frequente la presenza di cardiopatie, si consiglia come "sport" il semplice passeggiare.

I vantaggi di svolgere un'attività fisica sono molteplici ma, nell'ottica di quanto precedentemente esposto, possono essere così riassunti:

- **Incremento della spesa energetica giornaliera.** E' facilmente intuibile che praticare uno sport determini un aumento dell'energia spesa nel corso della giornata. Si stima che nelle società moderne la sedentarietà arrivi ad un punto tale da determinare fabbisogni calorici giornalieri veramente bassi, tali da provocare un aumento della massa grassa anche per alimentazioni non fortemente eccessive. Ma quanto sport è necessario praticare per combattere la sedentarietà? Nella tabella proposta, è indicato il tempo necessario, in media, per consumare, praticando una data attività sportiva, circa 300 Kcal che sono già un valore significativo se associato ad una dieta ipocalorica; i valori sono indicativi in quanto variano con l'intensità;
- **Aumento della massa muscolare**. L'attività fisica induce un incremento della massa muscolare pertanto, nel contesto di una dieta dimagrante, contribuisce alla preservazione dei muscoli scheletrici. In particolare sono le attività fisiche di tipo anaerobico le più idonee al raggiungimento di tale scopo. Alcuni esempi sono il body building, il nuoto, la pallanuoto, l'atletica leggera, la lotta, il ciclismo, anche se alcune di queste possono considerarsi una combinazione di attività aerobica e anaerobica. L'incremento della massa muscolare ha anche il beneficio di aumentare la spesa energetica a riposo perché questo tessuto contribuisce in maniera prevalente sul metabolismo energetico rispetto al tessuto adiposo, il cui contributo può considerarsi trascurabile.

Sussistenza di condizioni patologiche

Nella maggior parte dei casi, le persone che presentano un problema di sovrappeso o, peggio ancora, di obesità, mostrano una o più malattie correlate o non con l'eccesso ponderale. Il dimagrimento, in tali casi, non sarà l'unico obiettivo del regime dietetico ma, quest'ultimo, dovrà adeguarsi alla presenza di condizioni patologiche. Per tale motivo (e per i precedenti esposti), è fondamentale rivolgersi ad un professionista competente che, tenendo conto delle caratteristiche del soggetto (età, sesso, stile di vita,..) e di condizioni patologiche, opportunamente diagnosticate dal medico, elaborerà una dieta adeguata che avrà come fondamentale ed imprescindibile finalità il miglioramento dello stato di salute dell'individuo.

Mantenere la perdita di peso

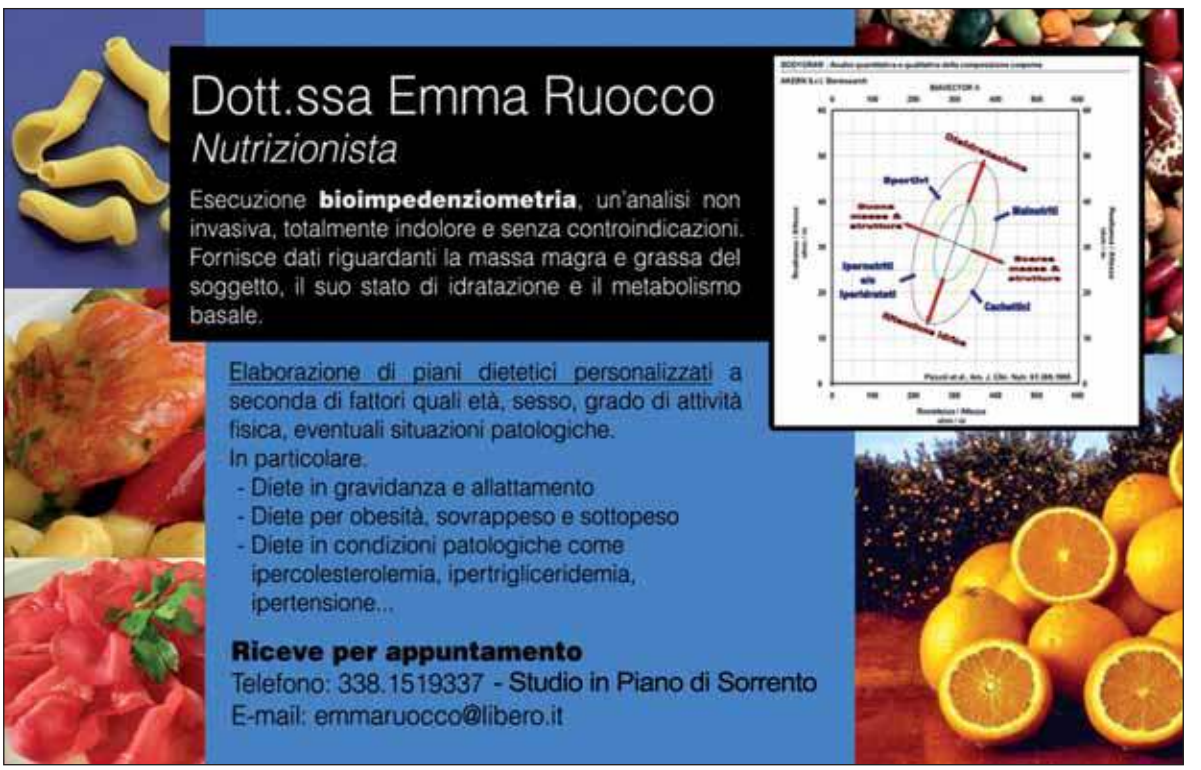
Ill traguardo di una dieta per perdere peso è sicuramente il calo ponderale in sé ma, anche, il mantenimento della nuova condizione. Molte persone che si sottopongono ad un regime ipocalorico incappano nell' imprevisto di ingrassare nuovamente dopo aver terminato la dieta. Ma è possibile evitare questo problema? E in che modo? Attraverso una dieta di mantenimento.

Quando il nostro corpo perde massa grassa, tenta di opporsi a questa variazione attuando dei meccanismi compensatori che consistono nel porre il nostro metabolismo in una sorta di "risparmio energetico". Ne consegue che, se dopo una dieta un soggetto mangia la stessa quantità in Kcal che consumava prima della perdita di peso, inevitabilmente, ingrassa nuovamente e anche a gran velocità.

La dieta di mantenimento, sicuramente molto meno restrittiva di una dieta dimagrante ma, simile nei suoi principi di base, permette di mantenere invariato il nuovo peso acquisito.

Tempo richiesto in alcune attività fisiche per determinare un dispendio energetico addizionale di 300 kcal (adattato da Golderberg e Elliot, 1994)

Tipologia di attività fisica	Tempo richieso (in minuti)
Camminare a 3,2 Km/h	75
Camminare a 6,4 Km/h	41
Ciclismo a 8,8 Km/h	60
Ciclismo a 11,2 Km/h	45
Canoa a 6,4 Km/h	41
Correre a 8,8 Km/h	24
Correre a 11,2 Km/h	18
Calcio	30
Nuotare (stile libero)	50
Tennis (singolo)	33



MAMME AL CENTRO ESTATE

PARTE IL CENTRO RICREATIVO "POMERIDIANO" PER TUTTA LA FAMIGLIA……
A partire dal mese di Luglio fino alla meta`di Agosto nella fascia oraria della 18,00 alle 20,00
Previste serate a tema dopo le 20,00
Previste anche (nell`ambito del Progetto) speciali convenzioni con Piscine e Stabilimenti Balneari!

La vita moderna ci impone ritmi frenetici ed il concetto di famiglia, come luogo d`incontro e di aggregazione, e`completamente cambiato nel corso degli anni…

L'associazione "Mamme al centro" intende promuovere un percorso estivo per tutte le famiglie contemporanee (mamme, papà, bambini, ragazzi e…perchè no, anche nonni!) un modo diverso di concepire il tempo libero… in modo da approfittare del periodo estivo, dove i ritmi rallentano un pochino, per creare un luogo d`incontro e divertimento per tutta la famigli, dove le mamme ed i papa`possano rilassarsi ed i figli divertirsi ma, allo stesso tempo, un centro dove mamma, papa`e figli possano condividere esperienze importanti e relazionarsi e confrontarsi anche con altri genitori.
Il percorso lascera`importanti spunti di riflessione grazie, anche, al supporto del servizio SOS TATA: le educatrici mediante i seminari e lo sportello affronteranno tematiche fondamentali nella famiglia moderna ed il loro intervento mediante l`osservazione ed il confronto diretto con i vari comportamenti della famiglia sara`un importante strumento di crescita e di aiuto per tutti i genitori che ne vorranno usufruire.
La finalità dei corsi attivati è la promozione delle competenze relazionali, motorie e creative del bambino, del ragazzo, dei genitori in una modalità che è quella del divertimento, caratteristica del periodo di vacanza necessario per i piccoli ed anche per gli adulti dopo le fatiche invernali.
Per i genitori verranno proposte attivita` ricreative o che mirano a rafforzare il rapporto di coppia, a rilassarsi, a relazionarsi con altre coppie o genitori single, a comprendere alcuni aspetti fondamentali del rapporto genitori-figli e a condividere importanti percorsi con i propri figli.
Gli incontri, con gli esperti (mediante i seminari proposti per i genitori) rappresenteranno anche un opportunità per confrontarsi su tematiche attuali e ricorrenti ed in linea con la sempre più repentina evoluzione della struttura familiare (coppie di fatto, famiglie allargate, affidamento dei minori, etc.).

I corsi o laboratori proposti saranno i seguenti:
- **Corso di avvicinamento alla vela** (anche per ragazzi e adulti)
- **Corso di canoa** (anche per ragazzi e adulti)
- **Corso di Musical** (anche per ragazzi)
- **Pallavolo** (anche per ragazzi e adulti)
- **Equitazione** (anche per ragazzi e adulti)
- **Giochi per creare** (laboratorio creativo)
- **Giochi per stare insieme** (giochi tradizionali riproposti in versione moderna)
- **Corso di lingua inglese** (anche per bambini a partire dai 24 mesi)
- **Torneo di tennis da tavolo** (anche per ragazzi e adulti)
- **Corso di yoga** (anche per ragazzi e adulti)
- **Corso di ballo** (per ragazzi ed adulti)
- **Dopo-scuola**
- **Corso di Addestramento Cani Argomenti:** Linguaggio e comunicazione, struttura sociale del canile, regole di corretta gestione del cane, regole per la scelta di un cane, attività che prevedono l'ausilio del cane, attività ludiche con il cane, dimostrazione di addestramento, difesa dalle aggressioni, educazione civica del padrone del cane.
- **Servizio di Baby-sitting per i piccoli** (a partire da 5 mesi)

N.B: Il corso di giochi per bambini comprende le seguenti attività: palla a volo, atletica leggera, laboratorio musicale, giochi di motricità globale con utilizzo di strumenti di percussione, giochi di motricità fine, giochi per l`equilibrio, giochi di percezione-creativi-finalizzati, giochi per socializzare.
Il corso di Musical comprende le seguenti attività: danza, recitazione, canto.
Il corso di Inglese per bambini comprende le seguenti attività: filastrocche, lettura di fiabe in inglese, teatrino dei bambini, laboratorio creativo, laboratorio musicale, giochi di motricita.

NET SWITCH
e-mail: info@netswitch.it
www.netswitch.it
NetSwitch Assistenza Pc

Giuseppe Esposito
Cell. 334.94.98.444

Assistenza tecnica a domicilio
Soluzioni Server/Client per PMI
Realizzazioni reti cablate/ wifi/adsl
Rimozione virus
Aggiornamenti software & hardware
Contratti di assistenza aziendale
Trasferimento video da VHS a DVD

IN PASSATO, QUANDO SI USAVANO I PANNOLINI DI STOFFA, I BAMBINI SMETTEVANO DI UTILIZZARE IL PANNOLINO GIA' A 16 O A 18 MESI... OGGI, VEDIAMO BAMBINI DI TRE ANNI ANCORA CON INDOSSO IL PANNOLINO! I GENITORI SONO QUINDI IN DIFFICOLTA' QUANDO I PICCOLI DEVONO INIZIARE AD ANDARE ALLA SCUOLA MATERNA E NON RIESCONO PROPRIO A FARE A MENO DEL PANNOLINO!

SEI GRANDE TOGLIAMO IL PANNOLINO

SICURAMENTE IL BAMBINO IMPARERA' PRIMA O POI A FARE A MENO DEL PANNOLINO. E' DUNQUE INUTILE PREOCCUPARSI! L'IMPORTANTE E' RISPETTARE I SUOI TEMPI.

COME?

Cominciando con lo spiegargli che tutti utilizzano il water (mostrandogli all'occorrenza quando lo utilizzi tu) e che è un normale bisogno del suo corpo.

In seguito, mettilo sul vasino mentre indossa il pannolino. Fallo in momenti ben determinati della giornata per permettergli di abituarsi (prima e dopo il sonnellino pomeridiano o prima del bagnetto). Inoltre spiegagli chiaramente cosa ti aspetti da lui.

Successivamente, lascialo familiarizzare con questo nuovo oggetto. Per farlo, metti il vasino sempre nello stesso posto e sempre a portata di mano. Dai la preferenza a una stanza sempre aperta: il bagno per esempio, a patto che il tuo bambino non si senta troppo solo.

Infine, togligli il pannolino quando si mette sul vasino, sempre in momenti ben determinati della giornata oppure anche quando te lo chiede lui. Le prime volte forse proverà curiosità per cio' che ha lasciato all'interno del vaso da notte. Se lo vuole toccare, spiegagli con calma che questo non si fa ma non dirgli mai che è una cosa sporca, per evitare che il bambino attribuisca una connotazione troppo negativa a cio' che espelle il suo corpo. Inoltre, non dimenticarti di mostrargli la tua soddisfazione tutte le volte che userà il vasino, dato che tuo figlio lo farà anche per farti contenta.

COME AIUTARLO AD ABBANDONARE IL PANNOLINO

1 - Aspetta il momento giusto, sia dal punto di vista fisiologico (il bambino deve saper camminare e dire pipì-popò), che dal punto di vista psicologico (il bambino deve aver voglia di diventare grande e deve avere un rapporto con la madre buono e sereno).

2 - Lascialo provare da solo. Da evitare qualsiasi tipo di obbligo perché questo porta spesso a una reazione opposta da quella desiderata. Invece, è meglio incoraggiarlo ed elogiarlo.

3 - Lascialo col sederino scoperto. Chiaramente solo se vi trovate in un ambiente riscaldato. Il bambino si sentirà bene perché libero di muoversi. Vedrai che quando gli rimetterai il pannolino e lui lo sporcherà, proverà una sensazione sgradevole e il vasino si presenterà come la migliore soluzione.

4 - Deve imparare attraverso le proprie esperienze. Ogni bambino è incuriosito da cio' che lascia nel vasino. Vogliono conoscere cio' che il corpo espelle, quindi lascialo guardare e rispondi alle sue domande.

5 - Non obbligarlo a utilizzare il vasino sia di notte che di giorno. Secondo alcuni studi, in media i bambini imparano già a 28 mesi a utilizzare il vasino durante il giorno. Ma imparano a usarlo anche di notte solo quando raggiungono i 3 anni.

Disney
FRUTTI
COCONUDA
URBAN RING
PLAYBOY
Abbigliamento
My Dream
Uomo - Donna - Bambino
Qualità e Cortesia
al prezzo giusto
COCONUDA & COCONUDINA
Corso Sant'Agata, 2/A
Loc. S.Agata (Piazza) - Massa Lubrense (NA)
Tel. 081 5330230

TavernAllegra
RISTORANTE . BAR . LIVE MUSIC
Corso Italia
Via S. Maria della Pietà
Situato in un antico palazzo del secolo XV nel centro storico di Sorrento.
E' aperto tutti i giorni solo la sera, tranne il Lunedì. Musica dal vivo tutti i giorni.
Via S. Maria della Pietà 30 Sorrento - Contatti : 081 8784221 Cell. 339-6697618
info@tavernallegra.com www.tavernallegra.com

Non è sempre facile amare qualcuno a distanza. Tuttavia, alcune semplici regole possono permetterti di reggere meglio il distacco dal tuo partner. Segui i nostri consigli per far si che il vostro amore non soffra a causa dei chilometri

GESTIRE UNA RELAZIONE A DISTANZA

METTERSI D'ACCORDO

Per gestire al meglio la distanza, occorre conoscerne i pro e i contro. Entrambi dovete sapere esattamente ciò che desiderate per la vostra relazione. Se state insieme da 1 mese o da 5 anni non gestirete il vostro rapporto nello stesso modo, le attese sono inevitabilmente diverse. Insieme, dovrete stabilire delle regole e determinare, per quanto possibile, la durata del periodo di lontananza, la frequenza dei vostri incontri e le vostre necessità. In questo modo eviterete di avere brutte sorprese.

COGLI L'ATTIMO

Evita di avere troppe aspettative, sperando in incontri da film. Se fantastichi troppo su questi momenti tanto aspettati, immaginando weekend da sogno, rischi di restare deluso. Prendi le cose come vengono, visto che comunque non succede mai ciò che si era immaginato. E poi questi preziosissimi momenti meritano di essere vissuti serenamente: non ha senso fare il muso se lui non ti accoglie in stazione con un enorme mazzo di rose!
E siccome i fine settimana o le vacanze passano sempre troppo in fretta, prova a mettere da parte le preoccupazioni ed essere di buon umore. L'importante è stare insieme, poco importa dove o come.

COME GESTIRE LA MANCANZA?

Ok se sei molto impaziente di rivederlo, ma non devi vivere in funzione dei vostri incontri. Se non vuoi che ogni separazione si trasformi in un incubo, che la vostra relazione sia solo una fonte di tristezza, è essenziale che ciascuno abbia la propria vita. Prima di tutto per avere delle cose da raccontarvi quando vi vedete e poi, semplicemente, per vivere pienamente la tua vita in modo equilibrato quando l'altro non c'è. Le tue passioni, gli amici, la famiglia, accorceranno il tempo tra i vostri incontri e la mancanza sarà più facile da sopportare. Inoltre, se non fai che aspettare una sua chiamata o una sua mail, il tempo non passerà di certo più velocemente: abbi pazienza e goditi la vita.
La cosa migliore per tenere viva la fiamma del vostro amore è fare dei progetti a breve o medio termine. Un weekend di passione, una vacanza con gli amici, le feste in famiglia... queste piccole scadenze vi permetteranno di conservare un contatto forte. Organizzando il futuro riuscirete a gestire meglio l'attesa.

Ar Giò

Outlet Occhiali da Sole

SUNGLASSES OUTLET

ARMADA nueva

ROSSODISERA

Timberland

roberto cavalli

Nolita

SOLDANI

GIORGIO ARMANI

O.I.W.

TRUSSARDI

VALENTINO

ICEBERG

CESARE PACIOTTI

MOSCHINO

ENRICO COVERI

FERRÉ

Via San Francesco, 26 - 80067 - SORRENTO (NA) - Tel.081.878.1759

1. CHRISTIES
Bikini in lycra con top a fascia interamente ricoperto di paillettes. **€ 165,00**

2. PARAH
Bikini in microfibra multicolor con reggiseno push-up **€ 209,00**

3. BLUGIRL BEACHWEAR
Bikini composto da reggiseno a balconcino in lycra bianca con stampati dei coralli rossi e slip a vita bassa a righe. **€ 160,00**

4. D&G
Bikini a fascia in jersey stampato a motivo floreale. **€ 145,00**

5. YAMAMAY
Bikini a fascia in lycra stampata. **€ 49,80**

6. FILA
Bikini reversibile in lycra stampata con reggiseno a fascia e slip a vita bassa. **€ 41,80**

BIKINI BIRICHINI

SOFISTICATE COMBINAZIONI DI COLORE E DETTAGLI STRAVAGANTI FANNO DEL BIKINI IL VERO PROTAGONISTA DI QUESTA ESTATE 2011. DAL MICRO AL MACRO, DALLE STAMPE ESOTICHE A QUELLE PIU' ROMANTICHE, DAI COLORI FLUO A QUELLI PASTELLO: SCEGLI IL TUO MODELLO TRA LE TANTE IDEE SHOPPING. SARA' LUI IL TUO ALLEATO PER AFFRONTARE LE CALDE SPIAGGE DELLA PROSSIMA ESTATE.

7. CALZEDONIA
Bikini in tessuto tecnico stretch con applicazioni di perline.
€ 50,00

8. HOSS
Bikini in lycra a piccoli pois con spalline intrecciate.
€ 113,00

9. ROSAPOIS
Bikini a fascia in lycra intrecciata.
€ 77,00

10. MISS BIKINI LUXE
Bikini in lycra bianca con applicazioni di spechietti sul reggiseno. **€ 204,00**

ACQUA ED ENERGIA DAL SOLE

UN ESPERIMENTO PILOTA DI SVILUPPO AGRICOLO A NDIADIANE-SENEGAL

Energia per i Diritti Umani è lieta di annunciare che il progetto di microcredito agricolo nel villaggio di Ndiadiane, in Senegal è finalmente pronto per partire!

L'idea del progetto è nata poco più di un anno fa, grazie al confronto con il comitato di villaggio ed il suo obiettivo è permettere ad alcune famiglie di Ndiadiane di coltivare un terreno per poter vivere dei frutti del proprio lavoro e contribuire contemporaneamente allo sviluppo dell'intera comunità. Il progetto, infatti, prevede che sei persone del villaggio si occupino della coltivazione di un'area di circa 1800 metri quadri limitrofa al centro umanista polifunzionale e che parte del ricavato del raccolto sia destinato al finanziamento di altri progetti già in marcia nel villaggio. In questo modo speriamo di rendere finanziariamente autonomo il centro umanista polifunzionale, che ospita anche la scuola materna di Ndiadiane, e di dare supporto alla campagna sanitaria Stop Malaria, che vede impegnati diversi giovani del luogo.

Il sole in Senegal non manca, ma il terreno sabbioso, la limitata quantità di precipitazioni e la loro distribuzione nei soli mesi estivi rendono impossibile coltivare la terra lontano dal periodo delle piogge senza una risorsa idrica alternativa all'acqua piovana. Un pozzo ben fatto risolve il problema alla radice e permette di coltivare la terra e di avere buoni frutti per tutto l'anno.

Per questo alcuni mesi fa abbiamo iniziato la costruzione di un pozzo, fornito di una pompa elettrica alimentata ad energia solare, di due bacini per l'irrigazione collegati al pozzo e la recinzione del terreno. Un ringraziamento particolare va ad una sostenitrice della nostra associazione, che con la sua donazione ha permesso che i lavori prendessero vita.

L'inaugurazione è avvenuta durante il nostro ultimo viaggio, lo scorso aprile, ed è stata un momento di festa che ha coinvolto tutta la comunità. In quell'occasione i membri del comitato di villaggio hanno scelto tra loro le prime sei persone che avranno l'opportunità di lavorare nel progetto. Grazie alla collaborazione della "chef de Serr", la responsabile del distretto locale incaricata di seguire i progetti di sviluppo economico, le persone coinvolte nel progetto riceveranno una formazione di 9 giorni sulle principali tecniche di coltivazione, protezione del raccolto ed organizzazione della vendita dei prodotti ai mercati locali.

Le regole sono chiare, chiunque benefici del progetto deve essere d'accordo a mettere a disposizione parte del ricavato per il finanziamento delle attività comunitarie, deve partecipare alla formazione e deve impegnarsi al massimo affinché tutto vada nel migliore dei modi. La gestione del progetto sarà comunitaria, e grazie ai consigli della saggia Chef de Serr, un'ulteriore parte del ricavato, sarà anche messa da parte per pagare la manutenzione del pozzo, eventuali lavori di riparazione e per sostituire gli attrezzi quando necessario, in modo da rendere anche questo stesso progetto autosufficiente da ogni punto di vista, compreso quello economico.

Studio Estetico L'Oasi della bellezza di Marcella B.

Piazza V. Veneto, 13
(Mulino)- Meta
Tel. 0818088488
Cell. 3286531010

UNGHIE
- Manicure
- Colata
- Pedicure
- Nail Art
- Ricostruzione
- Coperture
- Smaltogel

TRATTAMENTI DEL CORPO
- Massaggi - Pressoterapia
- Fangoterapia - Tonificazione
- Radiofrequenza
- Luce pulsata di ultima generazione
- Bendaggi - etc..

TRATTAMENTI VISO
- Antirughe - Idratanti
- Purificanti - Trucco
- Massaggi - Radiofrequenza
- Fotoringiovanimento

EPILAZIONE
- Cere - Luce Pulsata
- Elettrocoagulazione

...inoltre

LE TISANE e LE DIETE del FAMOSO MARCHIO CENTRI MESSEGUÉ

NUTRIETICA
CENTRO MESSEGUÉ

LA DIETA:
- E' VELOCE
- GLI EFFETTI SI VEDONO DAL PRIMO GIORNO
- SI PERDE PRINCIPALMENTE IL GRASSO NEI PUNTI DESIDERATI

lampade abbronzanti

Se questo progetto pilota raggiungerà i risultati sperati cercheremo di riprodurre lo stesso modello acquistando altri terreni e dedicandoli allo sviluppo agricolo del villaggio di Ndiadiane e degli altri villaggi in cui Energia per i Diritti Umani svolge le sue attività. Crediamo che questo tipo di iniziative rappresenti una risposta concreta ad alcuni dei problemi più importanti: dalla mancanza di acqua nei villaggi, a quello della malnutrizione delle persone, ed in particolar modo dei bambini del villaggio. Inoltre attività di questo genere rappresentano una possibilità lavorativa per i giovani che invece di lasciare il proprio villaggio ed i propri cari per cercare lavoro in città, peggiorando spesso la propria condizione di vita, possono lavorare la terra che hanno a disposizione vicino casa, garantendosi un lavoro dignitoso e contribuendo allo sviluppo di tutta la comunità. Non rimane altro che attendere il primo raccolto, sapendo che ora è tempo di rimboccarsi le maniche, per trasformare poco a poco questo sogno in una bella realtà.

Cos'è Energia per i Diritti Umani

"Energia per i Diritti Umani" viene fondata nel dicembre 1998 a Roma, nel 2003 si costituisce come ONLUS (organizzazione di utilità sociale non a scopo di lucro) e nel 2004 aderisce a "La Gabbianella, Coordinamento per l'Adozione a Distanza".
Energia per i Diritti Umani ha un carattere internazionalista, aconfessionale ed è auto-finanziata.
I membri dell'associazione sono accomunati da un "atteggiamento umanista" che afferma: l'uguaglianza di tutti gli esseri umani, la libertà di idee e credenze, il ripudio della violenza, la ricerca della coerenza nelle azioni e la necessità della solidarietà tra i popoli.

I comitati di villaggio

Dal 2010 Energia per i Diritti Umani ha introdotto nei villaggi del Senegal, in cui svolge le numerose attività, il comitato di villaggio, una nuova forma di organizzazione che enfatizza l'importanza della collaborazione e della partecipazione di tutti ai progetti comunitari e che dà la possibilità agli abitanti dei villaggi di essere protagonisti del cambiamento. Al comitato di villaggio partecipa chiunque desideri parlare dei progetti in corso o fare nuove proposte, discutere dei problemi incontrati e trovare soluzioni insieme.
Il comitato di villaggio si riunisce almeno una volta al mese e in ogni riunione viene redatta una lista dei presenti ed un verbale. Ogni comitato di villaggio ha eletto un portavoce, che dura in carica 1 anno. Questa figura non è il responsabile del comitato e non può prendere decisioni da solo, ma ha solo il compito di moderare le riunioni e di mantenere il contatto con noi in Italia. All'interno del comitato si formano gruppi di persone che si occupano dei differenti progetti che interessano il villaggio: per ogni progetto viene eletto un responsabile con la funzione di ricevere dall'Italia informazioni riguardo il progetto stesso e di tenerci aggiornati su come procede l'attività. Ogni gruppo di un progetto specifico può riunirsi quando vuole, ma deve in ogni caso partecipare alla riunione plenaria del comitato di villaggio. Tutte le decisioni importanti per ogni singolo progetto vengono prese durante le riunioni plenarie del comitato di villaggio.
In sintesi: dal lavoro del comitato dipende il futuro di tutti i progetti che interessano il villaggio.

Per maggiori informazioni puoi visitare il sito dell'associazione Energia per i diritti umani ONLUS:
www.energiaperidirittiumani.it
Oppure scriverci: **info@energiaperidirittiumani.it**
O visitarci presso: **Via Flaminia 26 Roma**
Tel/Fax: **+39/06/3236300**

TECNO CALOR

Ricambi - Caldaie - Condizionamento - Articoli termoidraulici

Per l'acquisto di 3 climatizzatori riceverai una favolosa BICICLETTA IN OMAGGIO

MITSUBISHI ELECTRIC
AIR CONDITIONING SYSTEMS

DAIKIN

Vaillant

ACSON International

ELECTRA CLIMATIZZATORI

C.so Italia, 93 - Meta (Na) - Tel/Fax: 081 8787121
www.tecnocalorfrasca.it

CONTADOR ...
UN CAMPIONE DI ALTRI TEMPI!

Lo spagnolo della Saxo Bank ha dominato la corsa rosa che celebrava i 150 anni dell'Unità d'Italia, vincendo le tappe dell'Etna e del Nevegal e concludendo al terzo posto la cronometro finale di Milano. Alle sue spalle si sono posizionati rispettivamente Michele Scarponi (secondo a 6'10") e Vincenzo Nibali (terzo a 6'56").
Al suo arrivo nella passerella milanese erano centinaia le bandiere spagnole sventolate tanto che sembrava essere nella calda Madrid piuttosto che nel freddo capoluogo lombardo.
Sin dall'inizio le strade gli sono diventate amiche e lasciarsi conquistare dallo sguardo profondo e triste di uno scalatore che va forte a cronometro è stata cosa facile nel corso dei giorni, soprattutto nel momento in cui si è scoperto l'uomo. Semplice, timido, educato, uno che con il dolore ha già fatto i conti.
Dopo ogni vittoria, Alberto Contador batte tre volte il pugno sul petto e fa partire lo sparo mirando contro la "mala suerte", messaggio che indirizza a quelli che conosce bene e che sanno da dove arriva.
Di origini umili, è nato a Madrid nel 1982 divenendo professionista nel 2003 con il team spagnolo ONCE-Eroski". Nel 2004 ha rischiato di morire a causa di un aneurisma celebrale. I medici gli davano poche speranze di vita e anche nel caso in cui si sarebbe salvato, il suo ritorno alle corse sarebbe stato impossibile. Ma la sua tenacia lo riportato in bici tornando addirittura al ciclismo ad alto livello. Concluse, infatti, il Tour de France del 2005 con un onorevole 31° posto. Sarà proprio la Grande Boucle a vederlo trionfare, con la squadra della Discovery Channel, nel 2007. Nel 2008 passò all'Astana non potendo però difendere il titolo conquistato l'anno precedente poiché la squadra non fu invitata al Tour a causa dei suoi corridori coinvolti in numerosi scandali nei controlli antidoping. Quello stesso anno comunque, potette consolarsi con le vittorie nel Giro e nella Vuelta che lo consacrarono nella storia del ciclismo. Alberto Contador è infatti, insieme a Eddy Merckx, Felice Gimondi, Jacques Anquetil e Bernard Hinault, uno dei cinque ciclisti ad aver vinto la Tripla Corona cioè tutti e tre i grandi Giri. Con la differenza che lui ci è riuscito in soli quattordici mesi
Nel 2009 vince per la seconda volta il Tour che verrà ricordato per la forte rivalità tra lui e Lance Armstrong, suo compagno di squadra che, sin dal primo momento, non gli offrirà collaborazione in quanto il campione americano continuerà a sentirsi il leader dell'Astana per il suo palmarés e la sua notorietà.
Nel 2010 conquista il suo terzo Tour, mettendo alle sue spalle il giovane lussemburghese Andy Shleck, senza vincere neanche una tappa come già gli era accaduto nel Giro del 2008.
In quello stesso anno si presentano anche per lui le ombre del doping e viene sospeso provvisoriamente dall'UCI in seguito ad una positività al clenbuterolo. Il ciclista dichiara, a sua difesa, che si tratta di una contaminazione alimentare. Nel febbraio di quest'anno è stato assolto dalla federazione spagnola ma il "caso Contador" continua a tenere banco. Infatti l'UCI ha presentato al TAS un ricorso contro il provvedimento, che avrebbe dovuto essere discusso tra il 6 e l'8 giugno ma il 26 maggio il tribunale ha rinviato l'udienza a data da destinarsi.
In attesa del giorno fatidico, Alberto Contador si gode il suo strepitoso trionfo al 94° Giro d'Italia portando dentro i dubbi e le paure del domani e allo stesso tempo la consapevolezza di essere, oggi, il più forte corridore del mondo.

HA RINGRAZIATO LA GENTE ALBERTO CONTADOR CHE, A POCO PIU' DI VENTOTTO ANNI, HA CONQUISTATO IL SUO SECONDO GIRO D'ITALIA, UNO DEI PIU' DURI DEGLI ULTIMI ANNI.

...Seguiteci da

BICImania

visitate il sito www.bicimania.net

Corso Italia, 331/333/339 - Piano di Sorrento
Tel. 081.8786206

WEEK-END A COPENAGHEN
NON SOLO PER LA SIRENETTA

INFORMAZIONI GENERALI

Documenti personali: passaporto o carta d'identità valida per l'espatrio. Per i minori consultare la normativa vigente sul il sito della Polizia di Stato.
Visto d'ingresso: non richiesto.
Moneta: corona danese (DKK). 1 Euro corrisponde a 7,44 corone danesi.
Copertura sanitaria: potete richiedere al Ministero dell'Economia e Finanze la Tessera Europea di Assicurazione Malattia, altrimenti potete stipulare un'assicurazione sanitaria che in caso di necessità copra le spese mediche e i costi di rimpatrio aereo sanitario.

AEROPORTO E COLLEGAMENTI

L'aeroporto principale di Copenhagen è quello di Kastrup, a soli otto chilometri dalla città. E' uno dei principali aeroporti del nord Europa e la classifica di Forbes lo elenca tra i dieci migliori al mondo. La capitale danese vanta anche altri due aeroporti: uno più piccolo chiamato Roskilde e quello di Starup a Malmo, a trenta minuti di treno dalla stazione centrale di Copenhagen.
Considerata la vicinanza, raggiungere il centro della città dall'aeroporto di Kastrup è molto semplice: è possibile scegliere tra:
Autobus: la HUR linee 12, 13 e 36, la linea espressa 250S (ogni dieci minuti, il viaggio dura mezz'ora e costa € 3,50 circa) oppure Greyhound linea numero 999.

Un mondo di emozioni

Agenzia Viaggi e Turismo

Via Roma, 24 - Vico Equense (No) - Tel. 081 8016304 - Fax 081 8027936
www.unmondodiemozioni.com - carlo@unmondodiemozioni.com

MSC Crociere · TRENITALIA · WESTERN UNION MONEY TRANSFER · Costa Crociere

AIRPORT TRANSFER, PORT, RAIL STATION

SERVICE TAXI
TUTTI I GIORNI A PARTIRE
DA EURO 9,90 A PERSONA

MUSEO DI CAPODIMONTE - REGGIA DI CASERTA
CENTRO CAMPANIA O VULCANO BUONO
NAPOLI, POMPEI - ERCOLANO, VESUVIO

VUOI ANDARE IN DISCOTECA
NOI TI PORTIAMO A PARTIRE
DA EURO 9,90 A PERSONA

TRASFERIMENTO
DA VICO EQUENSE A
DISCOTECA (DA TE PRESCELTA)

TUTTI I SABATO ANDATA E RITORNO
(ORARIO A SCELTA DEL CLIENTE)

LOURDES - Cat. comfort 7 GIORNI
Partenze – 24 Giugno - 22 Luglio – 25 Agosto – 18 Settembre e 1 Ottobre

1° Giorno: Loc. di partenza - Firenze - Riv. Ligure - Nizza
Incontro con i Sigg. Partecipanti, sistemazione in bus GTL e partenza per Firenze. Sosta per il pranzo in ristorante. Al termine proseguimento per la Riviera Ligure. All'arrivo, sistemazione nelle camere riservate, cena e pernottamento.

2° Giorno: Riv. Ligure - Nimes - Lourdes
Dopo la prima colazione partenza per Nimes ed ivi sosta per il pranzo in ristorante riservato. Nel pomeriggio proseguimento per Lourdes, in serata sistemazione nelle camere riservate, cena e pernottamento.

3° e 4° Giorno: Lourdes
Trattamento di pensione completa in hotel. Intere giornate da poter dedicare alle attività religiose: Via Crucis, il bagno nelle Piscine Miracolose, il tradizionale Flambeau, la Processione Eucaristica etc. o a visite varie: la Casa di S. Bernadette, Lourdes in miniatura, il Museo delle Cere ed altro. Durante il quarto giorno è possibile effettuare un'escursione (extra facoltativa) alle Grotte di Betharram o al Ponte di Spagna.

5° Giorno: Lourdes – Nimes/Montpellier
Prima colazione e pranzo in hotel. Mattinata libera da trascorrere in questo luogo di culto di fama mondiale. Nel pomeriggio partenza per Nimes/Montpellier, arrivo in hotel, sistemazione nelle camere riservate, cena e pernottamento.

6° Giorno: Nimes - Principato di Monaco- Riv. Ligure - Sanremo
Dopo la prima colazione partenza per il Principato di Monaco: località climatica e balneare di fama mondiale. Breve visita alla Cattedrale, dove giacciono le spoglie della principessa Grace Kelly e al Palazzo del Principe, dove potremmo assistere al tipico cambio della guardia (orario permettendo). Pranzo in ristorante e proseguimento per la Riviera Ligure. All'arrivo sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

7° Giorno: Riv. Ligure Sanremo - Loc. di partenza
Prima colazione in hotel e partenza per il viaggio di ritorno. Lungo il percorso sosta per il pranzo finale in ristorante. L'arrivo a destinazione é previsto in serata.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 599,00 con a partenza Giugno e Luglio
Supplemento Partenza Agosto € 36 - Supplemento Partenza Settembre - Ottobre € 21
DIRITTI DI ISCRIZIONE € 29

LA QUOTA COMPRENDE: Viaggio in bus GTL; sistemazione in camere doppie e triple con servizi privati; trattamento di pensione completa; pranzi in ristorante come da programma; assicurazione Navale SOS;
MA ESCLUDE: Bevande ai pasti; visite ed escursioni extra/facoltative; ingressi a musei, mostre, spettacoli, parchi e similari; mance e facchinaggio, gli extra di natura personale e tutto quanto non espressamente specificato.

Siamo su
tripadvisor
RISTORANTE MOONLIGHT
RISTORANTE
PIZZERIA
Moonlight
Antonio e Anna
"AL CHIARO DI LUNA" O MEGLIO MOONLIGHT!
NATO NEGLI ANNI '80 COME LOCALE ESTIVO IN UN GRAZIOSO GIARDINO (DA CIÒ IL NOME), OGGI CON UNA SALA RUSTICA E UN GRAZIOSO DEHORS, VIENE GESTITO DA ANTONIO ED ANNA.
AGLI OSPITI VENGONO PROPOSTI I TIPICI SAPORI DELLA CUCINA LOCALE E NAPOLETANA, PIZZE COTTE NEL FORNO A LEGNA E UN' AMPIA SCELTA DI VINI. CON GRANDE SODDISFAZIONE, IL MOONLIGHT VIENE APPREZZATO ANCHE DA UNA CONSOLIDATA CLIENTELA STRANIERA;
NE SONO CONFERMA I TANTI COMMENTI LASCIATI SUL SITO INTERNET TRIPADVISOR, E LA PRESENZA, DA QUALCHE ANNO, NELLA GUIDA DEL TOURING CLUB.
TUTTO CIÒ CI INCITA A LAVORARE SEMPRE MEGLIO, CON PASSIONE E PROFESSIONALITÀ, FACENDOCI IMMAGINARE UN LOCALE CHE ASPIRI A DIVENTARE UN CLASSICO, UN PUNTO DI RIFERIMENTO PER TUTTI.
VIA CAPPUCCINI, 68/A, 80065 SANT'AGNELLO
+39 081 877 22 34

ita
Impianti Tecnologici - Assistenza
I.T.A. sas di Luciano Iaccarino
via Maiano Vecchia n°10 - 80065 Sant'Agnello(Na)
Tel/fax.:081-878 39 47 e-mail: info@itaimpianti.com
Luciano Iaccarino 3298337438
MITSUBISHI ELECTRIC
Changes for the Better
White
Black
Silver
eco Changes
for a greener tomorrow
KIRIGAMINE ZEN
E' NATO IL NOSTRO NUOVO SITO INTERNET RICCO DI NOVITÀ E SPECIALI OFFERTE
CLICCA SU WWW.ITAIMPIANTI.COM E SCOPRILE!!!

Treno: fuori dal terminal è possibile acquistare il biglietto per la stazione di Kobenhavn H. Il viaggio dura 15 minuti e costa 28,50 corone (€ 4 circa).
Taxi: la zona dei taxi si trova all'uscita dei terminal. La corsa per il centro dura circa venti minuti e il costo è intorno ai € 15.

MUOVERSI IN BICICLETTA PER LA CITTA' E' COMODO: LE PISTE CICLABILI SONO NUMEROSE E BEN ORGANIZZATE CON UNA PROPRIA SEGNALETICA.

COME ARRIVARE

Negli ultimi anni oltre ai tradizionali collegamenti operati dalle compagnie aeree di linea, si sono aggiunti i voli delle compagnie low cost, come EasyJet, Airberlin. Se non si vuole rinunciare al volo tradizionale, ottimi e di buon rapporto qualità-prezzo sono i voli operati da SAS. Per chi vuole risparmiare ci sono anche voli con scalo operati dalle compagnie: Austrian e Czech Airlines.

SISTEMAZIONE A COPENHAGEN

Per il tuo hotel a Copenhagen c'è davvero l'imbarazzo della scelta. Se dovete stare molto attenti al portafogli, non dimenticate che la città danese è famosa per i suoi numerosi e gettonatissimi ostelli, anche in zona centrale, tutti di ottima qualità ed anche soggetti a classificazione da 1 a 5 stelle.

IL PERIODO MIGLIORE PER VISITARE LA CAPITALE DELLA DANIMARCA E' PROPRIO L'ESTATE DURANTE LA QUALE LA CITTA' SI ANIMA DI CONCERTI ALL'APERTO E SPETTACOLI LUNGO LE STRADE.

COSA VEDERE

Castello Slot di Rosenborg: una piccola chicca inserita in un giardino stupendo. Il castello fu costruito nel XVII secolo da Re Cristiano IV in stile Rinascimentale Olandese. Ogni giorno viene proiettato un video sulla storia del castello (ovviamente in inglese). Ricchissima e quindi da non perdere la collezione reale: gioielli, manufatti artistici, abiti, armi e la Corona di Cristiano IV. L'ingresso costa € 9,50.
Statens Museum for Kunst: galleria nazionale della Danimarca, fu fondata nel 1824 per ospitare la collezione della famiglia reale. Il museo è molto ampio, ma per gli appassionati d'arte è senza dubbio molto interessante, poichè è possibile trovare al suo interno opere di Rubens, Picasso, Munch, Matisse e Degas. Per vedere le collezioni permanenti l'ingresso è libero.
Den Lille Havfrue: in altre parole la Sirenetta. Chi va a Copenhagen non può andarla a vedere! Simbolo della città, la statua in bronzo venne terminata nel 1913 da Eriksen. Da non perdere!
Kastellet: edificio immenso nel bel mezzo di un magnifico parco. La fortificazione è tra le meglio conservate del Nord Europa.
Fabbrica della Birra Carlsberg e relativo museo: la leggendaria birra Carlsberg nasce proprio a Copenhagen. Nella fabbrica è possibile assistere ai processi di realizzazione della birra, mentre nel museo di fronte si può scoprire la storia del birrificio, la sua produzione ed infine sono proposti diversi assaggi - due birre su una scelta di sei-sette. L'ingresso costa € 8,00.

ROSENBORG SLOT

FABBRICA CALSBERG

STATENS MUSEUM

KASTELLET

STROGET

Nationalmuseet: la storia e la cultura danese all'interno di un museo, dal Paleolitico al 1840, si passa attraverso gli oggetti dell'Età della Pietra, le armi dei Vighinghi e dell'Età del Bronzo e del Ferro, fino a sezioni relative agli Inuit della Groenlandia. L'ingresso è libero.
Stroget: lungo viale dello shopping, si trova al centro della città ed è formato da un'immensa area pedonale con negozi delle grandi marche e boutique di design che si affacciano alla strada.

COME MUOVERSI

Il trasporto urbano di Copenhagen è operato dalla Hovedstadens Udviklingsråd ed è senza dubbio uno dei più efficienti al mondo. Il trasporto urbano è formato da: treni chiamati 'S-tog' - autobus - metropolitana.
La stazione centrale degi autobus e degli S-tog è situata in København H e ne sono garantiti i collegamenti nella città, alle zone limitrofe, all'aeroporto, sino ad arrivare a Elsinore e Malmö. Il costo del trasporto è abbastanza economico in confronto ad altre città Europee.
Copenhagen offre la possibilità di usare biciclette pubbliche presenti in tutti gli angoli della città dietro il lascito di un deposito di circa 20 corone. Muoversi in bicicletta per la città è comodo: le piste ciclabili sono numerose e ben organizzate con una propria segnaletica.

ABBONAMENTI

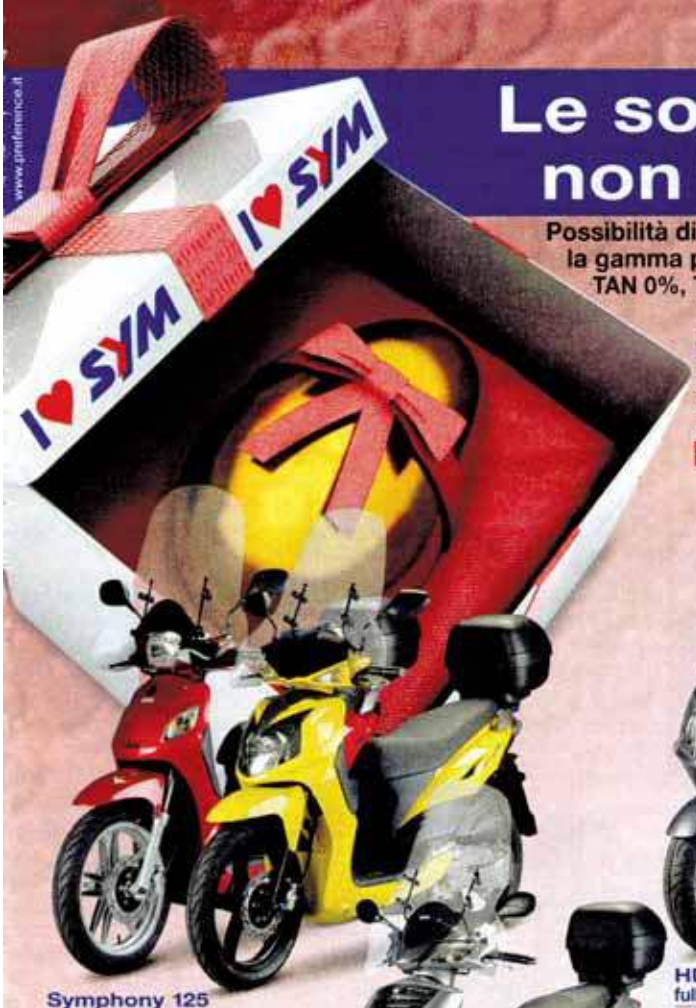
Per il vostro week-end a Copenhagen potete approfittare della CPH Card, che permette di ottenere sconti ed agevolazioni sul trasporto pubblico urbano e sull'accesso alle attrazioni. Esistono due tipologie di card: da 24 ore (€ 30 gli adulti e € 15 i bambini) e da 72 ore (€ 60 gli adulti e € 30 i bambini).

MANGIARE E DIVERTIRSI

Per quanto riguarda l'aspetto gastronomico, la cucina danese era fino a oltre vent' anni fa molto influenzata dalla cucina tedesca. Dagli anni ottanta, invece, ci fu la scoperta di altre cucine europee - come la francese, l'italiana e la spagnola e loro fusione che portò alla creazione di piatti a base di: aringhe, sogliole, bue muschiato, pasta, olio di olive, pomodori secchi, citronella, chili, miele, curry e via speziando. Una vera e propria sorta di fusion alimentare.

Le sorprese di SYM non finiscono mai.

Possibilità di finanziamento su tutta la gamma presso i concessionari. TAN 0%, TAEG MAX 9,18%.



Joymax EVO 300 i
full-optional

a listino	4.050,00 €
+accessori	260,00 €
sconto	811,00 €
prezzo promo	3.499,00 €

Joyride EVO 125
full-optional

a listino	2.850,00 €
+accessori	215,00 €
sconto	600,00 €
prezzo promo	2.465,00 €

Joyride EVO 200 i
full-optional

a listino	3.100,00 €
+accessori	215,00 €
sconto	616,00 €
prezzo promo	2.699,00 €

Citycom.300 i
full-optional

a listino	3.750,00 €
+accessori	260,00 €
sconto	711,00 €
prezzo promo	3.299,00 €

Symphony 125
full-optional

a listino	1.800,00 €
+accessori	140,00 €
sconto	291,00 €
prezzo promo	1.649,00 €

Symphony 150
full-optional

a listino	1.900,00 €
+accessori	140,00 €
sconto	291,00 €
prezzo promo	1.749,00 €

HD EVO 125
full-optional

a listino	2.700,00 €
+accessori	145,00 €
sconto	496,00 €
prezzo promo	2.349,00 €

HD EVO 200 i
full-optional

a listino	2.900,00 €
+accessori	145,00 €
sconto	446,00 €
prezzo promo	2.599,00 €

Jet4 125 full-optional
prezzo promo 1.499,00 €

Fiddle II 125 full-optional
prezzo promo 1.639,00 €

Fiddle II 150 full-optional
prezzo promo 1.699,00 €

VS 125 full-optional
prezzo promo 1.899,00 €

VS 150 full-optional
prezzo promo 1.949,00 €

CERCACI SU FACEBOOK

Motofficina

CONCESSIONARIA

SYM
Engine of Life

SANT'AGNELLO - CORSO ITALIA, 1
Tel. 0818774712 - E-Mail: motofficina@tiscalinet.it

MOTOROX
Findomestic
Aggs DUCATO
2anni garanzia
europ assistance
SANYANG Italia S.r.l.
Via delle Industrie, 12
Arese - Milano
Telefono 02 9345641
http://www.sym-italia.it

I CONSIGLI ACQUA& SAPONE®

GLI STICK

NEW

€1,60 -33% €2,40
NEUTRO ROBERTS
deo stick assortito
40 ml - € 40,00/lt

€3,28 -33% €4,90
PERLIER
deo stick assortito
75 ml - € 43,73/lt

ROLL-ON

Amico del corpo e nemico della vita sociale:
il sudore ci imbarazza ma ci salva dalle tossine.
Che fare allora? Mettere in primo piano la salute
o le relazioni interpersonali?

La questione è fortunatamente superata perché il problema non è la traspirazione, di per sé priva di odore. A procurare sgradevoli scie maleodoranti sono infatti alcuni batteri che germogliano e si diffondono con particolare facilità nelle zone più umide del derma: ascelle, palmo delle mani e pianta dei piedi, zone intime e, in generale, pieghe della pelle. La prima lezione da imparare è quindi che la sudorazione non va assolutamente limitata, e sono solo i batteri che devono essere combattuti.
Permettere al corpo di traspirare è infatti fondamentale per espellere le tossine e soprattutto, ora che arriva l'estate, per abbassare la temperatura corporea.
Già gli antichi Egizi conoscevano ottimi rimedi naturali per risolvere il problema ma il deodorante come lo conosciamo noi oggi è una novità degli anni '40.
Da allora e sempre più le tecniche sono andate affinandosi e oggi esistono soluzioni ottimali per ogni tipo di pelle ed esigenza.

€1,94 -33% €2,90
GARNIER MINERAL
deo roll-on assortito
50 ml - € 38,80/lt

€1,94 -33% €2,90
NIVEA
deo roll-on assortito
50 ml - € 38,80/lt

Seguici anche su **facebook**.

SAPONE®

LE NOSTRE OFFERTE SU:
WWW.ACQUAESAPONE.IT

PIANO DI SORRENTO - DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

Con Alcool o no?

L'alcool ha il pregio di limitare il proliferare dei batteri e per questo è largamente utilizzato. Attenzione però, perché sulle pelli più sensibili può causare irritazione e fastidi. Non è da escludere a priori, ma se ci provoca rossori e bruciore è meglio optare per qualche altra soluzione.

Quale Profumazione?

Per quanto riguarda le fragranze, la scelta è del tutto personale, tuttavia è meglio evitare deodoranti eccessivamente profumati, poiché è assodato che nella loro composizione si siano privilegiate le sostanze profumate a discapito di quelle impegnate nella neutralizzazione degli odori.

GLI SPRAY

€ 1,94 -33% € 2,90
NEUTRO ROBERTS
deo spray assortito
150 ml . € 12,93/lt.

€ 2,61 -33% € 3,90
INTESA
deo spray assortito
125 ml . € 20,88/lt.

€ 2,61 -33% € 3,90
BOROTALCO
deo spray assortito
150 ml . € 17,40/lt.

SUBITO in OMAGGIO
ACQUISTANDO 2 PRODOTTI
DELLA LINEA BOROTALCO DI CUI
1 DEODORANTE BOROTALCO POWER

LA SPORT BAG DI BOROTALCO

Stick, Spray, Roll-on, Creme o Polveri?

Gli ultimi due sono i più consigliati dagli esperti: le creme, in quanto contengono generalmente sostanze idratanti ed emollienti che riducono l'aggressività del deodorante; le polveri perché hanno il pregio di asciugare l'umidità della pelle, soprattutto dopo il bagno. Tutti gli altri sono tra i più usati, perché più comodi, facili da applicare e pratici da portare in borsetta.

NO-GAS

€ 1,95 -50% € 3,90
BIONSEN
deo vapo
100 ml . € 19,50/lt.

PRODOTTO jolly

€ 3,28 -33% € 4,90
BREEZE
deo squeeze assortita
100 ml . € 32,80/lt.

€ 3,95 -33% € 5,90
LYCIA PERSONA
antiodorante vapo assortito
75 ml . € 52,67/lt.

Oltre al deo

Le regole della traspirazione non hanno più segreti e aumenta sempre più il numero delle soluzioni offerte.
Un esempio per tutti: gli innovativi assorbenti ascellari che, con'è facile intuire, catturano il sudore prima che macchi gli abiti

€ 2,41 -33% € 3,60
TILL FLAI
assorbenti ascellari . 10 pz.

PRODOTTO jolly

Foto tratte dal sito www.sorrentocalcio.com

SORRENTO, FINE DI UN SOGNO

Finisce in semifinale il sogno del Sorrento di salire in serie B. La squadra rossonera in questa stagione si è resa protagonista di un esaltante campionato e nella regular season ha lasciato dietro di se tutte le grandi (Alessandria, Salernitana, Verona, Spezia, Reggiana, Spal, Cremonese) ma purtroppo è stata beffata dal sorprendente Gubbio che ha inanellato una lunga serie di partite vincenti salvo poi rallentare vistosamente nel finale. **Il Sorrento ha messo in mostra il miglior attacco realizzando 61 reti, con Paulinho miglior cannoniere di tutta la Lega Pro** (24 reti segnate in 29 partite). Purtroppo nel momento topico della stagione il Sorrento non è stato aiutato dalla buona sorte. Alla trentunesima giornata, vigilia di Pasqua, con il Sorrento che vinceva in trasferta con il Sudtirol e il Gubbio in difficoltà nell'incontro interno con il Lumezzane il campionato stava per riaprirsi clamorosamente. Negli ultimi minuti proprio mentre Paulinho subiva l'infortunio che metteva fine alla sua stagione il Gubbio riusciva ad ottenere il successo, rendendo inutile il successo ottenuto dal Sorrento nello scontro diretto della settimana successiva.

IL SOGNO FINISCE QUI. RESTA LA SODDISFAZIONE PER LA GRANDE STAGIONE E NULLA PIU'.

Il Sorrento si vedeva costretto a giocare i playoff senza Paulinho e pescava un Verona in netta crescita potendo però godere del vantaggio della migliore posizione nella stagione regolare. Come è finita è cosa nota. Dopo aver perso per due reti a zero al Bentegodi, i rossoneri sono arrivati ad un passo dalla qualificazione con la rete lampo di De Giosa nel ritorno. A quel punto per passare in finale bastava segnare solo un altro gol nei restanti 85 minuti. Purtroppo ancora una volta una disattenzione di Lo Monaco allo scadere del primo tempo regalava la rete del pareggio al Verona e metteva fine al sogno promozione del Sorrento che nei secondi quarantacinque minuti non riusciva più ad impensierire Rafael.

Il sogno finisce qui. Resta la soddisfazione per la grande stagione e nulla più. I successi interni con Reggiana, Ravenna e Spal. Il pareggio al Bentegodi. La vittoria per 4 a 1 all'Arechi. Le vittorie al campo Italia con Alessandria, Verona e Gubbio e le già ricordate prodezze di Paulinho. Quello stesso Paulinho che ci ha abbandonato sul più bello illudendoci di poter recuperare dall'infortunio salvo poi andarsene in Brasile con la scusa di voler stare vicino alla moglie in dolce attesa per non tornare più.

Forse alla fine è meglio che sia andata così. Meglio rimanere in C anche per il prossimo anno. **La società ha dato piena dimostrazione di essere pronta al salto di categoria ma la struttura di gioco e la città hanno mostrato di non essere ancora pronti.** Per fare la serie B serve un campo all'altezza. Il campo Italia è di gran lunga il peggior campo di tutta la serie C. Bisogna assolutamente adeguarlo ai tempi. I lavori debbono partire il più presto possibile. Approfittiamo della mancata promozione per fare le cose con calma, il che non vuol dire che si debba rimandare ancora una volta il progetto. Per finire bisogna dire che una squadra che vuole fare la serie B non può avere una tifoseria così striminzita. I tifosi che seguono abitualmente il Sorrento non arrivano alle cinquecento unità. In trasferta non si è mai andati oltre i duecento. Sempre gli stessi. Per non parlare di quei venti che hanno seguito tutte le partite. Questi per l'attaccamento che dimostrano meriterebbero addirittura la serie A, anzi la Champions League. Ma gli altri dove sono? Che fine hanno fatto? Vanno tutti a vedere il Napoli? **Nell'ultimo fine settimana prima della partita con il Verona ai balconi della penisola c'erano si e no 5 bandiere. Eppure ci stavamo per giocare la serie B con il Verona.** Anni fa prima della partita con il Frosinone che ci diede la promozione in C1, la penisola era imbandierata di rossonero da Meta a Sorrento.

Mi ha fatto molto pensare anche la trionfale accoglienza tributata al presidente del Napoli, De Laurentis la sera della consegna dei Golden Goal al Cinema Armida. Ci fosse stato pure Gambardella, avrebbe ricevuto la stessa accoglienza? Credo di no. Forse merita molto di più, per quello che ha fatto per il Sorrento. Se in futuro si vuole tentare un altro assalto alla serie B occorre che la struttura e i tifosi siano all'altezza della situazione, altrimenti meglio restare dove siamo.

Ristorante - Pizzeria
Il Borgo

Il nostro servizio vi darà il benvenuto con creatività
per accompagnarvi negli eventi principali della vostra vita...
Matrimoni, lauree, battesimi, diciottesimi compleanni
ma anche cene, eventi aziendali e ricevimenti in genere.

Via Nastro Verde, 42 - Sorrento - Tel. 081 8781827
www.ristoranteilborgo.it - info@ristoranteilborgo.it

PESCHERIA ASSUNTA

ASSORTIMENTO DI PRODOTTI ITTICI FRESCHI E CONGELATI

Corso Italia, 100/104 - Meta
Tel. 081 8787301

Via Sev. Caputo 8/H - Monticchio
Tel. 081 5330276

GRAVA E IEZZO ALLA PREMIAZIONE FANTACALCIO 2010-11 DEL BAR PARADISE

Il torneo di fantacalcio 2010/11 targato Bar Paradise ha visto la premiazione della sua terza edizione venerdì 27 maggio presso i propri locali. L'evento ha attirato centinaia di persone che hanno assistito alla consegna dei premi da parte dei titolari Aniello Castellano e Teresa Ciampa. Con grande soddisfazione hanno anche ospitato due special guests della Società Sportiva Calcio Napoli: GianGianluca Grava e Gennaro Iezzo. I due campioni sono partiti dal parcheggio Terminal sito in Sorrento dove li attendeva un pullman adibito per loro. Decine i bambini e tifosi che li hanno accompagnati nel percorso diretto al Bar Paradise dove c'era ad attenderli con ansia una folla di tifosi. L'attesa si è trasformata in pura emozione quando Grava e Iezzo sono arrivati in Via degli Aranci e ad accoglierli un caloroso applauso e l'affetto di tutti i presenti.

Dopo la premiazione i due campioni hanno effettuato il taglio della torta e hanno dedicato ai tanti presenti numerosi autografi e fotografie. A concludere l'evento il ricco buffet offerto dal Bar Paradise e i magnifici fuochi d'artificio per ringraziare tutti. Il merito del successo va attribuito sicuramente ai titolari del Bar Paradise Aniello Castellano e Teresa Ciampa che si sentono onorati personalmente della cospicua partecipazione di tanti che sono intervenuti e che hanno voluto condividere con loro un momento così magico. Questo ha dato sicuramente la carica per organizzare la prossima edizione del torneo fantacalcio. Infatti, sono già partiti i preparativi per definire i dettagli della prossima edizione. Per questa occasione si ringraziano i calciatori del Napoli, il Comune di Sorrento, le Forze armate, e quanti hanno contribuito alla buona riuscita dell'evento.

Tempo Libero, Calcio, Calcetto, Running, Nuoto, Basket, Palestra

SKIPPER SPORT®

NIKE SHOX - AIR MAX 03 PLAY IMPAX - TOTAL 90 - PEGASUS ASICS GEL NIMBUS - ASICS GEL CUMULUS - NEW BALANCE MIZUNO WAVE - PUMA KING

IL MEGLIO DELLO SPORT AI PREZZI MIGLIORI

SCARPE RUNNING
CALCIO E CALCETTO
DA:

€ 16,90

C.so Umberto 1°, 14 - 80069 Vico Equense (Na)
Tel. 081 8027270 - www.skippersport.com

YOU & ME AND ME & YOU

Nel periodo che precede le nozze, i futuri sposi sembrano più due colleghi che due innamorati... tante angosce legate all'organizzazione del grande giorno, tutte preoccupazioni pratiche che fanno sì che spesso si perda di vista la cosa più importante: la voglia di stare insieme! A volte, si arriva addirittura a litigare per insignificanti dettagli pratici!

CONDIVIDETE I VOSTRI TIMORI

Non tenerti per te tutte le tue angosce... non esitare a parlarne con il tuo partner! Parlandone vi sentirete meglio entrambi e vi rassicurerete a vicenda.

SEGUITE UNA PREPARAZIONE

Vi permetteranno di incontrare altre coppie, discutere delle problematiche comuni, scambiarsi punti di vista e soluzioni possibili. E di riflettere sulle motivazioni che vi hanno spinti a sposarvi: insomma di allontanarvi dai problemi pratici. Una boccata d'aria e romanticismo è sempre la benvenuta!

FATE UNA PAUSA

Le ultime settimane prima del matrimonio, cercate di ritagliarvi degli spazi solo per voi due, organizzate delle cenette romantiche, un uscita imprevista... e evitate di parlare dei preparativi, naturalmente!

Garden Bar ...non solo sport

AL TENNIS

UISP sportpertutti

CAMPUS ESTIVO 2011

Il Garden Bar in collaborazione con l'associazione ASD "T.C. "AL Tennis" organizza delle settimane di campus per bambini e ragazzi dai 5 ai 16 anni. Tanto sport e tanto divertimento in compagnia di tanti amici e di uno staff composto da istruttori qualificati per le varie discipline, tutto questo in un incantevole scenario che solo la costiera può regalare.

GIORNATA TIPO

- **8,30** • Arrivo al centro
- **9,00** • Risveglio muscolare
- **9,30** • Inizio attività sportive:
  Tennis - Calcetto - Pallavolo - Giochi in acqua
- **11,30** • Pausa merenda
- **12,00** • Ripristino attività sportive
- **13,30** • Pausa pranzo* (colazione a sacco)
- **14,30** • Inizio attività ludiche:
  ping pong, bigliardino, freccette, giochi di società, Balli di gruppo
- **16,00** • Fine attività

* Supplemento pasto 25,00 € settimanale

TURNI

- **1** • dal 13/06/11 al 17/06/11
- **2** • dal 20/06/11 al 24/06/11
- **3** • dal 27/06/11 al 01/07/11
- **4** • dal 04/07/11 al 08/07/11
- **5** • dal 11/07/11 al 15/07/11
- **6** • dal 18/07/11 al 22/07/11
- **7** • dal 25/07/11 al 29/07/11

COSTI

1 Settimana 100,00 €
Due o più figli 90,00 € cad.
da 2 a 7 Settimane 85,00 € cad.
Due o più figli 80,00 € cad.

ISCRIZIONE, ASSICURAZIONE E GADGET 30,00 €

GIORNATA DIMOSTRATIVA GRATUITA
GIOVEDI' 2 GIUGNO DALLE ORE 09:00 ALLE ORE 17:00

OFFERTA 6+1
SE PRENOTI PER 7 SETTIMANE, NE PAGHI 6

OFFERTA 2+1
SE ISCRIVI 3 FIGLI, PAGHI PER 2

INFO: 081.808.05.95 - 338.48.22.783 - 335.68.45.609 (M. Aprile)
VIA ROTABILE TURRO PASTENA, 1 - MASSA LUBRENSE

LA STORIA DELLA Vespa

ULTIMA PUNTATA

VESPA 50N (1989)

Le modifiche apportate al Codice della Strada italiano consentono ai 50 cc di svincolarsi dal limite di potenza di 1,5 CV, e Piaggio presenta un nuovo "vespino" più performante (oltre 2 CV a 5.000 giri) e caratterizzato da una veste estetica inedita dalla linee più "morbide".

VESPA ET4 125 (1996)

Prima Vespa con motore 4 tempi, è il modello "nuova generazione" lanciato in occasione del cinquantenario. Nel 1997 e 1998 è risultato il veicolo due ruote targato (moto incluse) più venduto in tutta Europa.

VESPA ET2 (1997)

Presentata nel settembre '96 insieme alla ET4 125, è stata commercializzata nel maggio dell'anno successivo. E' dotata di motore 2 tempi 50 cc. E' disponibile anche nella versione Vespa ET2 Iniezione (1997) primo scooter al mondo con motore due tempi a iniezione che consente di soddisfare (con marmitta catalitica) anche le normative europee sull'inquinamento entrate in vigore nel 2002.

VESPA ET4 150 (1999)

Presentato a luglio 1999 il modello di punta del ritorno negli USA è equipaggiato con il nuovo motore 4 tempi Piaggio LEADER (Low Emission ADvanced Engine Range) a ridottissimo inquinamento atmosferico e acustico.

AMBRO MOTO

LIBERTY 125
€ 2.090,00

LIBERTY 50
€ 1.790,00

SCARABEO 50
€ 1.890,00

BEVERLY 300
€ 3.990,00

I PREZZI SI INTENDONO FRANCO CONCESSIONARIO

~~€ 78,00~~
Presentando questo coupon avrai diritto allo sconto del 50%
€ 39,00

Colori disponibili:
Azzurro e Fucsia

DIEFFE SH 60

~~€ 78,00~~
Presentando questo coupon avrai diritto allo sconto del 50%

Colori disponibili:
Bianco - Nero
Rosa - Grigio
Titanio e Fucsia

DIEFFE 500
€ 39,00

La promozione è valida solo per i colori e taglie disponibili

DIEFFE SX40
Colori disponibili:
Nero e Grigio
~~€ 70,00~~
Presentando questo coupon avrai diritto allo sconto del 50%
€ 35,00

Ape · scarabeo · Piaggio Veicoli Commerciali · Derbi · Gilera · Vespa · Piaggio · aprilia

PIANO DI SORRENTO (NA) - C/so Italia, 22/24 - Tel. 081.878.6763 - 081.532.2926
e-mail: ambro20032003@libero.it

VESPA ET4 50 (2000)

L'ultimo modello della "nuova generazione" di Vespa in ordine di tempo è la ET4 50cc, lanciata nell'autunno del 2000. E' la prima Vespa 50 dotata di motore 4 tempi, e grazie alle caratteristiche del suo propulsore stabilisce un vero e proprio record di autonomia: oltre 500 km con un pieno di benzina.

VESPA PX (2001)

Freno a disco anteriore, accurati interventi estetici, nuovi colori e il ritorno al logo Vespa "storico" per la intramontabile PX, che ha raggiunto la straordinaria cifra di 2 milioni di unità prodotte e vendute in quasi 28 anni di carriera. Disponibile nelle cilindrate 125, 150 e 200, la PX è un "evergreen" anche grazie all'unicità del cambio a 4 marce al manubrio e alla possibilità di installare la ruota di scorta laterale.

VESPA GT 200L e 125L, 2003
è storia di questi giorni...

Pauciano
anacapri

Via Trieste e Trento, 24 - Anacapri
Tel. 081 837 3991
e-mail: aempauciano@libero.it

Onoranze Funebri
Marciano
dal 1960

SERVIZIO AMBULANZA

www.onoranzefunebrimarciano.it

Via degli Aranci, 29/h | 80067 | **Sorrento** | Na
tel./fax **0818074664** | tel. **0818781790** _ 24 ore
info@onoranzefunebrimarciano.it
ufficio di Massa Lubrense: Via Filangieri, 32

Associazione Cremazione
Penisola Sorrentina

liberi di scegliere...
sottoscrivi la tua scelta!
www.acps.it

Via degli Aranci, 29/h | 80067 | **Sorrento** | Na
tel./fax **0818074664**

ufficio di Massa Lubrense: Via Filangieri, 32

Sms pervenuti in redazione entro il 1 giugno 2011

SMS DAI LETTORI

INVIA I TUOI SMS AL NUMERO 380.3067686

I temporali ricordano quant'è bella l'estate. Le foto ricordano quant'è bello crescere. Le persone come te ricordano quant'è bella la vita...Invialo ad 11 amici e stasera riceverai un "TI AMO"; cancellami e cancellerò dalla tua vita una persona importante. Conta quanti te ne rinviano, il numero combacierà con l'iniziale del nome dell'amore della tua vita...che aspetti? RIMANDAMELO MA NON DIMENTICARE GLI ALTRI 10..

****

NO AL POLLO DELLE TORE E SOPRATTUTTO NO A QUELLO DI PEPPE

****

MI HANNO DATO GLI OKKI E MI HANNO DETTO GUARDA.. MI HANNO DATO IL CUORE E MI HANNO DETTO AMA..XO NESSUNO MI AVEVA DETTO KE CN IL CUORE AVREI SOFFERTO E CON GLI OCCHI AVREI PIANTO...

****

Str… mi vuoi allontanare da tutti...?? Sai che Toti è una delle poche persone che mi sono rimaste davvero vicino... e cosa gli vai a dire ?? Lo inviti ad uscire con i tuoi amici o presunti tali...sempre più schifata... A parte il fatto che mi avevi promesso che il nostro rapporto non si sarebbe ridotto a un saluto e alla fine così è successo... ma vabbè ormai anche io mi sono resa conto che se ti vedo sto male...una pugnalata al cuore...un proiettile che mi trafigge il corpo ogni volta che il tuo sguardo freddo e indifferente incontra il mio più sofferente che mai... un'altra promessa infranta è stata quella in cui mi avevi assicurato che almeno i primi giorni avremmo messaggiato e invece... il giorno dopo quel maledetto 3 aprile ti mandai un sms in cui ti dicevo chiaramente che stavo male per te e ti chiedevo cosa avrei potuto fare e tu con tutta la cattiveria, la tua indifferenza e la tua infantilità mi rispondi che non sapevi cosa dovevo fare anche in modo abbastanza sgarbato…e alla fine mi chiedo: chi ho avuto al mio fianco per quasi 2 anni ?? Un mostro?? Un diavolo travestito da angelo?? Un assassino che ha aspettato paziente che mi innamorassi smisuratamente per poi sferrarmi il colpo mortale o un bambino che giocava ad amare e a dire e a fare cose più grandi di lui??

****

Martina è inutile che mi accarezzi e mi fai il piedino! Io con te non ci voglio stare! Mi hai fatto troppo male al cuore!

****

Tu sei solo un chow chow e sai fare solo i cupcakes!!

****

Canzone del giorno: 5 giorni! E quanto sto uccisa :-D

****

Ciao rosetta mi chiamo peppe t e ti voglio conoscere chiamami ;)

****

Mary e paul uscita a 4 co enzo e lauro amore 4 ever

****

Ultima ora: sostituzione! Caz…. al massimo al distributore ormai vuoto con Luisa che da botte per far scendere le merendine ahahah xD un saluto alla redazione Frà Rossi Luisa ed Ily <3 3C :) I.C. Bozzaotra!

****

Amò…spero ke nn finisca! Ti amo <3

****

BuonaNotte & Sogni D'Oro Dolce Cuore Mio ? {*A&R*}

****

Ciao a tt sn 1a raga di vico equense vorrei conoscere 1 raga di età 22 carino simpatico se volete conoscermi risp sul proximo num vi aspetto

****

RUOSS'

****

Tanti auguri a giuliano d alberi x il 14 maggio x il suo 21 compleanno...ti amo vita mia

****

<3...Buongiorno...<3

****

{*Ho*Ricominciato*A*Credere*Nelle*Favoleeee*}

****

Ninna nanna ninna oh questo pollo a chi lo do,se lo do a pepp o bell to port a cas cà vesparell!buonanotte amici pollini e non!

****

Mi fai sempre arrabbiare

****

Lo so ke nn mi ami

****

{*A*Studiare*Scienze*&*Fisica*} 2libriiii… Cè la posso fare? ="(Help meeeeee =S

****

Sei la cosa più bella ke si possa desiderare TI AMO COLY <3

****

*Piu bella cosa non c'e…più bella cosa di te…grazie di esistere*Sai tirarmi sempre su ti amo more del mio cuore:-*

****

Ti amo e giuro ke ti riporterò a me!

****

Che bello ha vinto Giorgiaaaaa <3 non smettere di sognare maiiii <3 {*A&R*} {*GnèGnè&Patan*} BuonaNotte & Sogni D'Oro alle personi speciali... Vi amo

****

Sono le 23 e 45 del 04 maggio 2011 . Sono nel letto e ti penso come ogni sera, mattina e pomeriggio! Mi machi da morire e mi rende triste il fatto che noi non siamo stati siamo e saremo mai nulla forse ho commesso alcuni sbagli anzi ne sono consapevole ed ora ho paura paura di non piacere agli altri come non sono piaciuta a te... Mi dispiace davvero purtroppo tu con me non saresti mai stato felice e va beh :(Piccola

****

Donne ad un telefono che non suona mai...

****

Quando sei lassu la musica divien poesia.. La la la la <3 dancing

****

Voglio dire una cosa all'amico migliore del mondo.... Ti voglio bene .Non scordarlo ci sono sempre! Giuro che sei la persona piu cara che ho! <3

****

23:52 del 04.05.11 domani scuola,penso che comunque quest'aria estiva già si sta facendo sentire.. Mi mancava il sole che da fastido agli occhi,la voglia di mare,la voglia di te, voglia di amici granite frappè,voglia di te,di sole,di amore,di uscire, voglia di te di dirti che ti amo!

****

Ci ho fatto l'amore . F

E sorprendente! 1200 sms e nemmeno una volta il tuo nome nemmeno gli auguri per Pasqua, c'è persino il nome di tuo padre... Mi hai rimossa dalla tua mente molto bene ammesso che ci sia mai stata! Beh fammi sapere come si fa cosi inizi a fare le valigie anche tu!!!

****

BUONGIORNO<3

****

{*_*вuoиa*_*иottε*_*}? Vi?Adoro?

****

Dopo aver mandato tanti messaggini ... Mi è venuta voglia di dormire a domani!! Notte redazione *-* siete i migliori!

****

E' tutto finito non me l'aspettavo da te mi credevo kè mi amavi veramente e Vabbe tutto e' destinato a finire :'(spero troverai una ragazza migliore di me

****

princess <3 ti amo sei tutto x me da tu sai chi <3

****

Italiano time -,-

****

HàHàHà ti ricordi ammor mij! HàHàHà GnèGnè&Patan <3 Moianooo Ti Amooo

****

La voglia di rivivere quei momenti e di parlarti tra le tue braccia ...la consapevolezza di non poterlo fare mai più.

****

Quanto mi piaci ma tu non lo saprai maiiiii... =<

****

Gli amici sono come le stelle, non li vedi sempre ma sai che esistono Mandalo a tutti i veri amici che hai (anke a me se lo sono) e se te ne tornano almeno 5 domani riceverai una sorpresa!

****

... Ho pensato dopo la lite che io e patan abbiamo avuto, che voi credete che a raffaele l avete perso... Non è cosi. Io ve lo poxo far vedere pure tutti i giorni ma le cose che avete fatto voi a me sono SCHIFOSE... Raffaele è vostro... :'(

****

?Voglio che mi batte il cuore.... Voglio chr mi chiami amore... E mi ami come nn hai amato maiii...?

****

Vojo nu vajon!!!

****

Salve regia/Leggimi Gratis io stò a casa mia perchè nn mi sento bene, penso che spongepob dovrebbe rifarsi il naso perchè e troppo lungo, non fraintendete by Daniele C.

****

*quello

****

{*BuonaNotte*Aì*Mièi* Amoruccì*} ? {*Vi*Voglio*Tanto* Tanto*Bene*} ©{[«**GnèGnè&Patan**»]}®

****

=) =] =D =P ;) :) :P :D ^_^ *_* ._. $_$ =} -.- -.-"<3 ={ =(=S =[O.o V.V T.T ù.ù ='(

****

Voglio Te!

****

Scusa ma mi sono reso conto ke senza di te la mia vita non ha più senso!Nana ti amo

****

-25 giorni BLOOM

****

-6ore e mi dv svejare! Ce la posso fare dmn ad andare a scuola?! 1000 pensieri x la testa e 1000 domande... Uff Buonanotte genteee

****

{[*Sono*Tanto*Tanto*Sola&Triste*]}

****

Naòòò ti voglioоo beneee grazieee d esistere. Tu mi kapisci kn uno sguardo grazie davvero. Ti voglio bene ® Nao&Agny ©

****

X Umberto del Bar sei davvero BELLISSIMO ti devo dire la verità mi sono innammorata di te spero che ci potremmo conoscere by Maria tu sai chi spero che mi risponderai sul prossimo num ciao e tanti baci mandatelo xfavore

****

Sei stato/a tu ad aprire questo messaggio allora adesso incatenati con me. Oggi è la festa della mamma allora per dimostrare il tuo amore per lei invia questo msag a 10 persone e se te ne torneranno 5 indietro vuol dire che oggi sarà una giornata bellissima per la tua mamma.Miraccomando nn rompere la catena altrimenti sf... porterai alla tua mamma

****

TeSciOriNiiii Che Fate? Sta Con il Suo Loveee ?

****

X mary e ketty...Anke voi un giorno incontrerete il pollo giusto !!parola di peppe amadori !!

****

Quella sua pellekkia fina tanto cotta al punto ke si era disintegrata e quell'aria da pollinake non gliel'ha detto maima peppe ne andava matto. E chiare sere d'estate polli, pulcini e graunino, la paura e la voglia di mangiarli tutti...Un pollo al quanto salato,un poco di 5litri, un pollo cotto alla griglia...lo amiamo davvero, lo amiamo è sicuro, l'amiamo l'amiamo davvero...e lui, lui ci guardava con sospetto ma gli si leggeva kiaro in faccia ke soffriva e lui, lui aveva già capito tutto visto ke oramai non aveva via d'uscita... perke lui era un pikkolo grande pollo, solo un pikkolo grande pollo e niente più dopo lui niente più !!Ci manka da morire questo pikkolo grande pollo adesso ke saprei spennarlo, adesso ke saprei cucinarlo adesso ke...voglio un pikkolo grande polloo :DDE sull'importante melodia di ''questo pikkolo grande amore, claudio baglioni'' vi presento QUESTO PIKKOLO GRANDE POLLO !!! Questo testo è offerto alle ore 22:57 da ketty e mary xDD

Nuova rivelazione Best autori: ketty e mary. Complimenti!

****

{*_*вuoиa*_*иottε*_*}

****

® {*_*вuoиgioяно*_*} ®

****

Emanuele P. sei Bellissimo.

****

E adesso va a ninna... Brrr che freddo! Ma è Maggio o Dicembre? Bhà Avremmo bisogno di kokkole uff {*_*вuoиa*_*иottε*_*}

****

Pollo 4ever

****

Pollo paisan e copp e tore a soli 7.50 al kg richiedete il mitico sconto di 2 cent a kg! affrettatevi gente e un offerta imperdibile

****

Quant'è Bello il Mio Tesoro! ? Luigi C. Ti Voglio Troppo Bene! :P

****

Naooo ho un bisogno urgente di teee rixp.

****

X isabella, ma lo sai k nn stai prp bon ka cap?! Ma k t credi di essere si sul na pazz a cui manca qualche rotella nel cervello...e nn t sbattr k faj schium...mhuahahahahah

****

Come saprei amarti io...NESSUNO saprebbe mai...io ci metterei tutta l'anima che ho.....

****

Nn ce la faccio a dirti addio.....ci soffro troppo.....by kelly

****

Giacomo ti amo troppooooooooooooo grazie mille d'esistere! :) <3

****

oggi 13.05.11 mi ha lasciato il mio LOVVO AMOROSUCCIO COCCOLOSUCCIO! TI PREGO GASPARE TORNA A SURRIENT! FAMM' CAMPA IJ T'AMM E TU Ò SAJ! GASPARINO MIO TU SI O COR MJJ

****

?{*Amoreee Miooo*}?

****

?Ti?Amo?Davvero?Puffetta?Mia ?Sei?Davvero?Importante?Per? Me?Sei?La?Mia?Ragione?Di?Vita?Il?Mio?Perchè?Il?Centro?Del ?Mio?Vivere?Il?Mio?Universo?Sei?Tu?Grazie?Di?Tutto?A&R?Una?Promessa?Roberta&Agnese?

****

Nn so il xk ma qualcosa mi dice di andare avanti e di lasciar perdere tutto ma poi il mio cuore nn vuole e io nn so ke fare e rimango sola cn i miei dubbi e miei xk.. Nn si può andare avanti così e lo so anche io ma nn sai quanto è doloroso dirti addio.. Ti amo amore e forse x me è lo sbaglio più grande ke possa commettere!

****

In diretta dalla spiaggia di meta un saluto a tutti i nostri fans by ìo pepp matteo lauro ed infine enzucc ps facitv sand

****

{*Moiano*Ti*Adoro*} --» Tu Già Rind O Cor ?A&R?

****

1a1 napoli e inter... Forza Napoli...

****

BuonaNotte e Sogni D'Oro a Tutti... ;) ?

****

e siamo noi siamo noi i ragazzi di via Angri siamo noi hahahaa ..... ti amo gnukki .... ciaooooоo .....

****

12/07/2009 inizio di una favola ti amo tantixx vita miaaaaaa ....

****

Ho voja di skassare il mondo... La Gelosia si è trasformata ìn rabbia... Perchè mi fai arrabbiare se mi dici ke mi AMI... Kazzo xkè... Agnese&Raffaele... GnèGnè&Patan <=

****

... <3 Ti Voglio Bene <3...

****

<3__<3

****

...<3

****

...<3 Ho Te In Testa... Te E Basta... <3...

****

...<3 Twilight <3...

****

Grande filone oggi 16 maggio 2011 con azzurroide e la signorina panna,con la partecipazione straordinaria e pepp o poll,girando come ebeti tra piano e sorrento!un caloroso abbraccio a tutti i nostri fans soprattutto ai miei!by pepp o poll

****

Buonanotte e polli d oro by pepp o poll

****

14/05/11 serata indimenticabile... L'inizio!! Sono cotta e stracotta di te ivan... Kiss

****

Appena tornata da skuola...? Si mangia e dopo a studiare matematica e geografia per domani ?

****

E la nostra favola inizio nell estate del 2009 ma forse per timidezza o paura di essere respinti non Ci siam mai avvicinati più di tanto.. tra chiamate messaggi e sguardi capii che tra noi stava crescendo qualcosa..siam andat avant cs xtnt tmp..fino a qst estate..in cui Ci siam uniti senza dividerci mai nonostante difficoltà che fino a ogg hann fatto solo crescere il nostro Amore.giovanni.b ti amooo!!!tua cucciola kiara<3

****

Pizzeria "La Briciola"

Via caracciolo 189 - Meta

Rosticceria
Pizzeria
Gastronomia su prenotazione

Specialità Rollata di Pizza

Internet GRATIS

Consegna a Domicilio GRATUITA
tel 081-8088499

Chiusi il lunedì

Prezzi vantaggiosi sui cartoni

CHIAMA SUBITO
380 32 41 537

Caffè Giulia

1 Macchina da Caffè Professionale
+
1 Cartone da 150 Cialde, Zucchero
Bicchierini, Palettina

~~€ 205,00~~ - € 150,00

Se possiedi già una macchina
puoi ricevere un Kit completo
ad un prezzo vantaggiosissimo

QDS

Questione Di Stile

JEANSERIA
T-SHIRTERIA

RIVENDITORE AUTORIZZATO

S.T.A.M.P.S.
time to change

TUTTE LE MIGLIORI MARCHE

UOMO - DONNA

CON SCONTI

DAL 50% ALL' 80%

TUTTO L'ANNO

Corso Italia, 67 - 80062 Meta - Tel. 0815322616
mail:qdsquestionedistile@libero.it
ci trovi anche su Facebook: Qds Questioni di Stile

Ecco ora stai vivendo in una catena splendida vai giùOra incrocia le dita...Ora scegli un desiderio splendido anzi bellissimo...Ora invia questo messaggio a ki vuoi tu ma devi superare i 10 contatti altrimenti ti succederà tutto il contrario di quello ke hai pensa

****

17/05/11 data stupenda... Sono pazza... Pazza di te cucciolo...

****

Non pensavo di poter recuperare qst rapporto cn te.. Sn felice k tu ora sei il mio mijiore amico ma ti prg nn lasciarmi mai.... <** sekkiona**>

****

<3 Ed e' incredibile di quanto mi sia affezionata a te <3 teso ti voglio troppo bene <3

****

X me tu sei come l'acqua <3 indispensabile x la vita <3 teso principe pallottina sposina amò <3 ti voglio troppo bene <3

****

<3 Teso & Princess x sempre <3 ti voglio troppo bene <3

****

*-*Dmn gioki della GiOVeNtU' al palazzetto dello sport!!!Mitica 3D battera'tt!*-*Kiss a tutta la redazione e tifate x noi

****

Maria S & GnèGnè <3 anke se mi hai ftt stare male ti vojo kmq bene

****

le cs k ora ami x davvero.... Finirai sempre x odiarle.... <3 *.*

****

...kappy <3 ti voglio bene non dimenticarlo mai <3 cucciola <3

****

* r o * c a * p r o c y * n a o *su*manuel*ily D* le mie amike di volley* siete tt la mia vitaaaa! Vi vojio un mondo di bene! *.* by {{(_lù_)}}

****

E ora è passato un anno della nostra storia.... 22-06-2010 ---> 22-06-2011 un anno pieno di amore, pieno di felicità.... In questo anno piccola siamo stati molto bene insieme sempre uniti e mai separati, con te voglio vivere fino alla fine xke la mia vita, la mia felicità, il mio amore, il mio cuore sei e sarai sempre tu unica al mondo.... Grazie di questo anno meraviglioso passato al tuo dolcissimo fianco, non avere mai paura xke sarò sempre e solamente io al tuo fianco a difenderti dalla gente che ci odia e ci vuole solo del male.... FATE SEMPLICEMENTE SCHIFOOOOOOO..... <3 sarai il mio futuro xfv cucciola non lasciarmi mai e poi mai.... GRAZIE X TUTTE QUESTE EMOZIONI PROVATA, GRAZIE DI ESISTERE, GRAZIE DI TUTTOOOOOOO <3 S+J S+J S+J S+J e sarà sempre così..... Ti amooooooooo principessaa miaaa

****

Xke la vita e un brivido ke vola via.!!concy e mery del isa grandi

****

Ma xké qst anno abbiamo l esame?!nn ci capisco piu nnt cn qst tesina!=(by raga confusa XD

****

Senza di te non posso stare xdonami more del mio cuore...:-'(((

****

Giuseppe di moiano sei .....

****

Ciao lg qst anno è stato pesantissimo ho studiato migliaia e migliaia di cose, ogni giorno compiti e interr.. Non ne posso piu!

****

''Bricy ti amo" ma ki l'ha scritto?! Ma soprattutto xk?!

****

Ciao genteeee!! ?Giuseppe v mi piaci sul serio!! Voglio avere una storia kn te!!.. :)

****

Buona notte a tutti.. :)

****

-13 BLOOM

****

Buonanotte Persone Speciali della Mia Vita ? Ho fatto tante kose dentro ad una giornata...? Mamma Mà?GnèGnè&Gemelli& Mara&Maria&Anna&Annarè&Colly&Enzo Fratellì Vi Voglio Bene? Patàààà ti amo ;)

****

Che Periodo da Schifo..! :S

****

Sposina mia <3 ti voglio troppo bene <3 non cambiare mai resta sempre così <3

****

Gio - procy - castorina - pongy girl-str-frato - vale - gemé- vi voglio un bene dell anima#Anna#

****

Michele m ti amo by ilaria di trinità

****

Aspettando sabato x andare a fare il giro con te <3 sul quad =D Hihi non vedo l'ora ti voglio troppo bene teso <3

****

ti amo ti amo ti amo

Teso0o0o0o0o0o0o0o0o0o00o-0o0o0o0o0o0o0o0o0o0o0 ti voglio troppo bene <3 sei troppo speciale x me <3 by la tua Princess <3

****

Piangere, ridere, prendere in giro, fingere davanti a tutti di aver dimentikato.... :'(

****

*ki*nn*ti*guarda*neji*okki*ha*qlcs*da*nascondere* by annetta e lulù *

****

La domanda nun è ki è ma pecchè!? Ne suo ultimo film l'Uomo Ragno ha la tuta k da rossa e blu è diventata nera. E tutti a dire:"l'Uomo ragno è diventato cattivo!". No, è stata la zia ke ha sbajiato il candeggio in lavatrice! :p :p by lu e anna

****

Ma ì più disadattati sono i fantastici 4. Soprattuto l'uomo elastico che lo puoiallungare,sckiacciare,rimpiÇiolire: ma ki è, un barbapapà?! :pp :DDDD

****

Vorrei donare il tuo sorriso alla luna xké di notte chi la guarda sopra pensare a te!Ti amoooo-ooooo

****

Vale 96 Ti Amo!!!!!!!!!!By Vale 97

****

Me + Te = figur e me… 4 ever ?

****

{Vale+Robby+Agnese+Vale+marika+Anna+Ilaria+Lucia+Susie+Naomi+Manu+lella+luigi+Rokko+Vincenzo+Mario+pietro+emanuele+christian+gianfranco} Prima A ITT COLLI DI FONTANELLE THE BEST!! 2010-2011 ?

****

Pusky nn so xk ma penso ankora a te.. Anzi forse lo so.. Io sono stata davvero innamorata di te.. E l'amore vero nn si skorda mai.. Rimarrai x sempre nel mio kuore.. ?

****

<3 noi abbiamo la risata contagiosa Hihi <3 ti voglio bene manu <3

****

Paniko.. pappaniko.. pappaniko paura.. Panico {kucciola 96} Ti amo!! By vale 97 ?

****

Per valentina 97 amore ti giuro ke se qst` ultima settimana di maggio nn ti metti studiare ti vatto! Arrivo fino sant agata e ti ammazzo! Amooooooo devi studià! Aaaaaahhhh azz-------òòò ihihhhihh dai cucciola fai la brava. Passa qst estate in grazia di dio! By valentina 96 (la tua sorellina)

****

{*Su & Mu*}

****

Agnese ci hai quasi rotto a scrivere solo messaggi by uno che ti vorrebbe vedere a 90 gradi.....

****

X Manuel il ragazzo che va a scuola col pepole 50 nero 6 troppo bono ti vorrei conoscere sn pazza di te.....by lucia.....

****

X la mia pig sn pazzo di te..... Erika ti Amo.....

****

Giovedì 19 maggio, stiamo caz….. come nn mai... 2A itt colli sempre nel nostro cuore ... Terry ti voglio bene =)

****

Mesa ti voglio beneeeeeee

****

Pensavo ke eri diverso ke potevi capire qnt mi faceva male una bugia ma lo hai fatto lo stesso mi hai mentito posso dirti solo una cs persone cm te dovrebbero solo vergognarti oggi dovrebbe essere un giorno stupendo xke stiamo da tanto insieme invece no dv riempirti d m….

****

Ndokk m hai aiutato molto e soprattutto mi hai fatto capire ke Nn tutti sn uguali ti amo ndokk <3

****

X te ke giochi Cn i sentimenti delle persone spero ke un gg troverai una persona ke ti farà perdere la testa ma lei giocherà SL Cn te così capirai Cs si prova ad essere preso in giro...

****

{Pierpaolo & Valentina} *TI AMO*

****

Bianca+Teresa=amiche x sempre.... Bianca ti voglio bene! <3

****

Vale m. Ti voglio troppo bene...<3

****

Dimmi ke rimarrai quando fuori pioverà e non sarò lì a dirti ke anche la pioggia è bella se ci sei tu a guardarla.... <3

****

<3<3

vodafone

Passa a Vodafone.

A SOLI
99
EURO

- Google Android 2.2 (Froyo)
- HSDPA/UMTS
- WiFi, A-GPS, Bluetooth
- Touchscreen e Fotocamera
- MicroSD da 2 GB inclusa

Vodafone Smart Android

E se passi a Vodafone, con la prima offerta Ricaricabile tutto incluso pensata per il tuo smartphone, hai chiamate, messaggi e Internet.
A soli 9 euro al mese, per un anno.

power to you

Vodafone

Via degli Aranci 29/L • SORRENTO • Tel. 081 8075880

TABACCHERIA
RICEVITORIA n° 1
di Eduardo PENTANGELO

alcuni dei nostri servizi:

10 e LOTTO

BOLLO AUTO - CANONE TV
RICARICHE TIM - VODAFONE - WIND - 3
SCHEDE INTERNAZIONALI
BOLLETTE TELECOM - ENEL
PAGAMENTO MULTE CON COMUNI D'ITALIA CONVENZIONATI
RIVENDITA UFFICIALE PER CONCERTI - SPETTACOLI TEATRALI - EVENTI - PARTITE CALCIO NAPOLI

NewSlot

PayPal

Gratta e Vinci!

WESTERN UNION | MONEY TRANSFER
Il modo più rapido di inviare denaro in tutto il mondo.

GIOCO DEL LOTTO

PUNTO LIS

Corso Italia, 153 tel. 081.8088519
PIANO DI SORRENTO (NA)

Auguri ai promessi sposi del 31 Luglio 2011 vi augriamo una vita felice e lunga v.u.m.d.b. By zia e i tuoi cugini

****

Mercoledi farete la promessa al comune di Sorrento auguroni da una zia che vi ama tanto!!!

****

E si va avanti tra un sorriso ke nasconde una lacrima! Per non dare spiegazioni... Quel tutto iniziato da uno skerzo per dimenticare un amore perso! Perdonami se non ti ho capito, se non ti ho dato l'amore che meritavi! L'ho capito trp tardi ke davvero mi amavi... Addio PICCOLÌ! Ti vojio bene Tony!

****

X Daniele Visco... Sono felice di questo periodo che stiamo passando insieme e ho capito che sono diventata importante x te e che hai tralasciato il passato dietro le tue spalle.... E ormai ti voglio più che bene anzi ti voglio e basta. Spero ke la nos@sy0favola continui in eterno... Io&Te x sempre

****

Palestra a non fare niente mentre i criaturi delle elementari giocano -.-"3f pulcarelli S'agata<3

****

Cerco una risposta a tutte le domande navigando invano!

****

IN QUESTO INFERNO DELLA MIA VITA,TU SEI IL PARADISO DEL MIO CUORE,TI AMO X SEMPRE MIO DOLCE AMORE-X RAFFAELLA IL TUO BÓ!(SE HAI LE P.... NON NASCONDERTI DIETRO UN DITO COME SEMPRE E FIRMATI) [A VOLTE UN ATTIMO BASTA X DIMENTIÇARE UNA VITA!ALTRE VOLTE,INVECE,UNA VITA NON BASTA X DIMENTIÇARE UN ATTIMO VISSUTO CON TE!COME SAI, SEI TU CHE NON VUOI VIVERE IL PARADISO QUINDI PRENDITELA CON TE STESSO!]

****

<3...Tesò & Princess...<3... Per sempre...<3...Ti voglio troppo bene...<3

****

Sn scema scema scema! Perché decido una cosa e poi me ne pento.AIUTOOOO :-(

****

Forza napoliiiiiiii

****

x marianna <3 DIRTI K TI AMO E POCO CUCCIOLA MIA,TI AMOOO TROPOO <3 by polini

****

Dedico questo sms a un caro amìco tvb la sofferenza ci unisce e ci fa crescere giorno x giorno. By fata

TI AMOOO

Km una stella senza luce..Km un albero senza foglie..Km un gabbiano senza ali..Mi sentirò!!Ma qnd apriro il ricordo di te nel mio kuore..Impazzirò d'amore!!..

****

Francesco r ma fattelo dire! Si propri SQUALLID! HAHA

****

... Grazie... Kè rendi la mia vita <3 bella da morire <3 teso <3 principe <3 manu <3 vi amuuuu <3

****

Principeeeeeeeeeeeeeeeeeeee ti voglio beneeeeeeeeee <3<3<3

****

~_~ teso ~_~ just the way You are ~_~ ti amuuu ~_~ grazie x tutto quello kè fai x me ~_~ <3

****

Kekko ti voglio un casino di bene mi sono affezionata veramente tanto a te! Pensavo eri falso invece mi sono sbagliata! Persone false ce ne sono ma tu non ne fai parte! <3 ti voglio bene teso <3 grazie di tutto <3

****

Non pensate anke voi Kè valentina m e' proprio una z..... Ma vi rendete conto? Sé la fa con tutti ci prova con tutti ma po ama semp o stess Kè squallore!

****

Francesco r te sei fidanzato con questa ragazza come io sono fidanzata con Cristiano ronaldo hahahaha mi fai pena! U.u <3

****

Mamma mia e come si sta comodi sul quad <3 sopratutto se lo guida una persona veramente speciale <3 ti amuuuu <3 teso <3 grazie <3

****

Mi spiace ma ti tocca...Avrai una storia lunga lunga cn qualcuno k ami quando riceverai qst sms... Anke xk è arrivato x portarti fortuna! L'originale di qst sms è a Parigi, la città dell'amore e gira da più di 3 anni... <3 R <3

****

Io e te x sempre...by 95

****

E banc a svizzr ....(by sceicco)

****

E ke dire?! La Juve sta perdendo e dmn si vede con gli juventini... Grande Maggio ? ?Napoli 1&Juve 0? A&R

****

Antonio di sant'agnello a final si nu scem e uerr!

****

Antonio di sant'agnello, ASTEMIO!

****

E si parte per tornare a casa da Moiano ?A Sentire La Partita Per La Radio? Forza Napolì ?Napolì 2 & Juve 1?

****

Pierpaolo sei il mio migliore amico!! Carmine ti sEi rivelato uno str...., che schifo. Anto

****

<3 Bhè In Fondo Mi Piaci <3

****

<3 Lui... <3

****

Che Skifo! Che Skifo! Che Schifo! Che Skifo! Che Skifo! Che Skifo! Che Schifo! Che Skifo! Che Skifo! Che Schifo! Che Skifo! <3 Fedeeeeeeeeeeeeeeee Ti Amooooooooooooo.....

****

Caro Ig...mai cn stavolta nn o niente da scrivere..forse xke nella mia mente e nel mio cuore ce scritto solo il suo nome..... X anny amoremio TI AMO TANTISSIMOOOOOOO OO....9.12.10<3

****

HAHA troppo bello stamattina in classe a cantare Ihihi <3 manu love You <3

****

Mi mankano 5pagine di scienze mi faccio interrogare giovedìì... È un esaurimentooo!

****

...mi manki vita...

****

AMIKE MIE VI VOGLIO BENEEEEE

****

Cose ka miet mez e cresc san?

****

... E km e' bella la spiaggia di notte <3 sopratutto se con te ce una persona davvero speciale <3 ti amuuuu <3 teso <3 grazie di tutto <3

****

Per Mariateresa p:nn ho mai smesso neanke per 1secondo di amarti...e finkè vivrò il mio cuore apparterrà solo a te...grz a te..ho imparato ad amare.ti amo!

****

"Io x te vojio combattere!" aggiungi un "*" e rinvia qst catena a tutti i tuoi amici..nn spezzarla! * * * * * * * *******

****

<3...6 TUTTO 9.12.10....<3

****

Sono Scemaaa!!

****

Il male provocato da te non svanirà e credimi stavolta non ti perdonerò!Buonanotte e sogni d oro a tutti ?
Scusa ma al leggimi gratis si può chiamare? Se si per che cosa? Redazione rispondete grazie!! Siete unicìì

Certo che puoi, trovi i nostri recapiti nella gerenza.

****

{«*Io*A*Te*Ci*Tengo*Veramente*»}?Manda Questo Messaggio alle persone speciali della tua vita, {*Anche*a*me*se*lo*sono*} e Aggiungi una faccina a queste altre! Non spezzare la catena! ;D :) :(XD (_)3 @>--

****

X la ragazza ke cammina x piano Cn un cagnolino nero ....6 la bella di piano e ti Vgl conoscere

****

Kmq ti amo Anke se pensi a lei....

****

Bubu e Kikka siete la mia vita Grz di tutto la vostra bimba

****

GIANFRANCO..AMORE MIO..TU L UNICO KE HA SAPUTO RENDERE LA MIA VITA UNA FAVOLA.. IL MIO CUORE..IO..VIVO DI TE.. TU E IL TUO AMORE SIETE TUTTO QLL KE HO DI PIU PREZIOSO AL MONDO..GRAZIE D ESISTERE!!!TI AMO E AMERO' SOLO TE X SEMPRE!!!...La tua Piccola...

****

... Carmen e carlo... <3 amore A PRIMA VISTA <3

****

Mando Una Dolce BuonaNotte e sogni d oro aì miei tesciori! Tescìù vì adoro!

****

Sabato filone!! Paxato kn i miei 2 amori.. ?

****

Xk? Xk qnd siamo da soli io e te mi fai rikordare noi..? Qnd l'altro gg hai kominciato a baciarmi io ero kontenta ma anke triste.. Triste xk ti sto dimentikando.. Pensando ad un altro.. Ma adexo anke qnd sto kn lui mi vieni in mente tu.. E nn riesko a smettere di pensarti.. Spero ke un gg io mi poxa dimentikare di te.. Anke se so ke sarà molto difficile..

****

*B*u*O*n*G*i*O*r*N*o* <3

****

BuonGiorno a tutti...e ke buongiorn nn mi sento tanto bene... Uff

****

~_~ Principino ~_~Teso ~_~ Pallottina ~_~ Carmi ~_~ vi amuuuu ~_~

****

BuOnGiOrNoOoO! :P <3

****

Ed eccoci qui.. Quasi all ultimo anno di scuola poi ci saranno gli esami che finiranno a luglio..... E kissà quest estate cosa ci riserverà.... Di sicuro nuovi amori sensazioni emozioni amicizie litigi ecc.... Ed io ho una gran paura..... La paura di trascorrere tutto questo senza te... Già adesso fa male non averti vicino ma devo andare avanti e camminare x la mia strada... Mi manchi peppe e senza di te mi manca il sorriso....

****

Ciao L.G siamo la 3D ci hanno dato i risultati!abbiamo fatto il 2 posto!cmq meglio di nnt ciaooooo

****

Mirko c noi MERI-TI-AMO DI PIU!

****

Per S. Mi manca la tua amicizia, le nostre telefonate notturne dove ci raccontavamo la giornata, peccato aver rovinato tutto..p.s.Tuo fratello si é rivelato una grossa delusione ;)

****

Nn so xk ma ogni volta ke ti bacio mi viene in mente lui.. Forse ho kapito il motivo.. Sono ankora innamorata di lui.. Nn so più ks fare.. Mi sto dedikando a te x dimentikarmi di lui.. Ma nn ci riesko.. Io spero ke un giorno io mi poxa innamorare di te.. Xk 6 molto importante x me.. Xò ripeto!! Forse sono ankora innamorata di lui.. Uff.. Xk è kosì komplikato!?..

****

Che bella giornataaaaaa! Stupendentissimaaaaa e ne sanno qualkosa per metà loro -->Peppe&Peppina<-- HàHàHà ma per intero luì -->Raffaele<-- cucciolo ti amo! ?Buonasera?A? Tutti?I?Miei?Tesori?Vì Adoro =P voi sì che siete Amici!

****

Inglese -.- uff

****

Economia time! XD

****

Kagnolino mio 6 davvero importante.. Spero ke nn ti stankerai mai di me.. Xk io di te nn lo farò mai!!.. Mi piaci sul serio!! Voglio stare kn te!! Voglio passare il resto dei miei giorni kn te.. Ti amo!!{[*valentina*+*giuseppe*]} <3

****

Ti amo ilaaaa ^-^ 6 davvreo speciale x me =) io e te a sud di new york

****

Bellìssìmo il prìmo bagnooo con No stress, Enzo, Giando, Gio Pizza, Motorongo, fonz, Paparell etc ma soprattutto c era lui e sempre lui -->Raffaele detto Patan<-- ?Tì Amo? Giornata stupenda u.u

****

Non so nemmeno ìo che voglio piu... Sto buttando la vita mia nel sekkio della spazzatura! Notte tesorì

****

Destinazione: Trinity! >.<S pò fa? -.-Cmq... Buongiorno Gente! ^.^ <3

****

...A volte piangere x qualkuno può sembrare stupido ma spexo accade k le lacrime sanno esprimere ciò k le parole vorrebbero dr... Se ti manca una persona...nn piangere...alza gli okki e ricorda k é sotto il tuo stexo cielo!!!!! manda qns catena a tt le persone k vuoi bn o k ami....aggiungi un asterico e nn bloccare la catena.... rinviamelo se tieni a me....******

****

Credimi é meglio csì..Tu x la tua strada e io x la mia anke se la mia strada nn é nnt senza di te! Nn sarà + la stessa cosa e anke se ora fai fatica ad accettare qst mia decisione prima o poi proprio xké so ke mi vuoi bene imparerai ad accettarla

****

Tu m guard? No ij nu t vec prp a sò hahahaha sei una ridicola nn ti atteggiare...anzi si ti vedo xk sei talmente grassa ke nn riesco a guardare oltre!!! Fa nu pok e diet!!!hahaha

Maraye' Tattoo

Tatuaggi dal 1993

Body Piercing

Autorizzato ASL

Correzioni o coperture vecchi tattoo

"Cercami su FACEBOOK "Tony Nastro"
per vedere tutti i lavori"

Corso Italia, 5/1D - META (Na) - Cell. 3393132575 - email: tonynastro@libero.it - msn: tonytattoo@hotmail.it

... E fa veramente male sapere che una persona a cui volevi e vuoi ancora bene... Si e' allontanata da te... :(hai fatto la tua scelta hai scelto me... Xò quando stai con lei io divento inesistente :(Ti voglio bene carmi non dimenticarlo mai <3

****

Scusate ma è vero che forse alla notte bianca 2011 vengono i sonorha? Speriamo di nooo!! By 93.

****

_ _ (o\---/o) (. .) _((T))_ / / ti \ V / voglio \ _) bene (_/ \ _ / _) | (_ (___,'.___)

****

Rossella 1b sei bellissima però non te lo credere con la tua vespa che cadi come una pera secca! :) by M(il tuo osservatore segreto)

****

Sta s.....a facevi tnt l'amica ma poi....ti 6 mostrata peggio di kiunque altro...ke falsità! Ki lo immaginava ma nn ti preoc a me già mi hai xsa e un giorno xderai anke lui qnd scoprirà la tua vera natura e li vedremo ki sarà a "skiattare" cm hai dtt tu

****

Cm a voi nn piacciono le papere a noi nn piacciono mlt stalio e olio xDDD ahahahah nn é forse vero wakka??

****

Caro Leggimigratis vorrei fare una proposta ai vari giornali pubblicitario o di qualsiasi tipo essi siano... Vorri chiedere di aprire uno spazio per noi giovani ovvero poter scrivere anche noi e avere piccole soddisfazioni! Magari i direttori potrebbero assegnare gli argomenti le foto potrebbero essere fatte da noi.. Non so qualcosa che per una volta coinvolga noi,che siamo il futuro :) ditelo in giro potrebbe essere un sogno che si avvera scrivere su un giornale ... Baci a presto :*

Siamo aperti a qualsiasi iniziativa. Mandateci il materiale che intendete pubblicare.

****

Com'è bello lavorare il sabato sera D:

****

E ho capito che ormai di te non mi importa piu nulla! Non tornare perchè per te pane da mangiare non ce n'è ;)

****

Appena tornata e domani alla comunione a Caprìì! Shìì ? A farsi i capelli per domani! Marò menomale ke abbiamo ftt pace io e te <3 BuonaNotte dolcì tesciori miei...

****

BuonGìorno tesciori e adesso ci prepariamo a scendere a sorrento per andare a capri... Vi amo

****

Sta al grand hotel moon valley! Yelaccccc =D

****

Mi hanno detto di inseguire sempre i sogni.. Bhè l'ho fatto.. L'ho raggiunto.. L'ho sfiorato e mi stavo avvicinando sempre più! Ma nn mi avevano detto ke poi perderlo poteva essere ancora più doloroso di quando nn l'avevo mai avuto!!!

****

Everything that I lived with you was a dream because now I know it was done with the heart, but it is time to forget, even though our hearts cry to only hear the word "forget" but we do! Love is for me and for you.. Thank you for having fulfilled the dream more beautiful than I had.. I love you how you love me.. I cry when I write this word but I must make it!

****

.....E quando mi abbracci il mio cuore batte a mille.....<3 ti amuuu teso <3

****

... Serata bellissima <3 grazie a voi! Kè siete delle persone veramente speciali <3 teso principe carlo vi amuuuu grazie <3

****

Carlo fai parià... :P mi fai morire! Hihi anke se ti conosco da poco... Ti voglio un casino di bene <3

****

¡¡¡Porque esta noche no sera fria!!!

****

...Y cada noche vendra una estrella a hacerme compañia que te cuente como estoy y se pas lo que hay...

****

Cara Gabriella Sei Stata Già avvisata da Me prima di Natale Di non rompere Le P....^^al mio ragazzo! Non lo vuoi capire che lui sta cn ME!? Ma ke donna sei?! ..Con Che coraggio continui ankora a rompere? Te lo dico x L'ultima vlt " LASCIACI IN PACE"! " Ps la conversazione tra te e lui del 29.05.2011 la so^^ è stata tutta una presa x c... xD sappilo! 6 Solo una povera ILLUSA!

****

{*G-V*} + {*V-M*}

****

Buongiorno amoree!! ? So 25 gg e già mi sn innamorata di te.. Tu 6 un'altra ks.. Già ti sento io petto a me.. Io sognavo un ragazzo km te.. 6 + dolce della nutella.. 6 il mio bonazzo!!.. Il mio kagnolino.. XD :) Giuseppe Ti Amooooo!!!!!! ?

****

Voglio il mio ragazzo.....

****

"Io x te vojio combattere!" aggiungi un "*" e rinvia qst catena a tutti i tuoi amici..nn spezzarla!

* * * * * * * * * * * * * * * * *

Baci a tutti quelli che ci menzionano nei loro messaggi

INSOLITO

night & day

Piano Bar
& Disco

Wine Tasting

Internet
Cafè

Aperitivo

Bar - Caffetteria

www.insolitosorrento.it

corso italia, 38/E - sorrento - tel. 081.8772409

4 Bit

VENDITA E ASSISTENZA PC

DR. MOUSE
ASSISTENZA COMPUTER, HARDWARE & SOFTWARE

CORSO ITALIA, 317 - PIANO DI SORRENTO (NA) - TEL. 081.534.2135

MANTIENI IL TUO COMPUTER IN PERFETTA FORMA

- PULIZIA DELL'HARDWARE
- PULIZIA E OTTIMIZZAZIONE DEL REGISTRO DI CONFIGURAZIONE, E DEL DISCO
- RIMOZIONE SPYWARE ED AFFINI, VIRUS
- OTTIMIZZAZIONE DEL SISTEMA OPERATIVO E DELLA MEMORIA

€ 25

OFFERTA LIMITATA

FILTRO POLVERI SOTTILI PER STAMPANTI E FOTOCOPIATORI + INSTALLAZIONE

€ 20 INVECE DI € 48

PURIFICA L'ARIA DEL TUO UFFICIO DALLE EMISSIONI DANNOSE PER LA SALUTE, PROTEZIONE DALLE POLVERI SOTTILI

SPECIALE ANTIVIRUS
PANDA ANTIVIRUS PRO 2011
+ INSTALLAZIONE

€ 25
INVECE DI € 40

LA TUA STAMPANTE CONSUMA COME UNA FERRARI?

RICARICALA E RISPARMIA FINO ALL' 80%

4 CARTUCCE SERIE T711

€ 9,90 INVECE DI € 16

CASTELLANO Immobiliare

FIAIP

CORSO ITALIA, 53
80065 SANT'AGNELLO (Na)
Tel. 0818071533 - Fax 0818071423
www.castellanoimmobiliare.com
info@castellanoimmobiliare.com

SORRENTO, Centro Storico, Via S. Cesareo, ampio salone, 3 grandi camere, cucinotto-tinello, ampio bagno, ripostiglio, balconi. RIF. A 386

SORRENTO, centralissimo, signorile, luminoso: salone, 3 camere, studio, cucina, doppi servizi, lavanderia, ripostiglio, ingresso e disimpegni, terrazza, balconata, box doppio, cantina. RIF. A 265

S.AGNELLO, lato mare, località Cappuccini, a pochi mt dalle spiagge, grazioso, d'epoca, bilivelli, soleggiato, vista colline: soggiorno con a.k., 2 camere con rispettivi bagni. RIF. A 384

META, lato mare, tranquillo, d'epoca, panoramico: ingresso, 4 ampie camere, cucina, doppi servizi, ripostiglio, camera-verandata, terrazza mq 30. RIF. A 283

VICO EQUENSE, Seiano, tranquilla, centrale, porzione di fabbricato, bilivelli, panoramica: ampio ingresso indipendente, 4 camere, cucina, doppi servizi, terrazza mq 40, balconata. RIF. V 649

S.AGNELLO, tra centro e mare, moderno, tranquillo: ingresso,soggiorno, 2 camere, cucina abitabile, bagno, ripostiglio, veranda, terrazzino, balconata. RIF. A 280

META, lato mare, moderno: ingresso, soggiorno, camera, cucina abitabile, bagno, disimpegno ed ampie balconate. Parcheggio moto. RIF. A 304

SORRENTO, centrale, moderno, signorile, tranquillo appartamento: soggiorno, 2 camere, cucinotto, doppi servizi, balconata, giardino privato mq 120, cantina-box. RIF. A 303

META, centralissimo, panoramicissimo: ingresso, soggiorno, 2 camere, cucina, bagno, veranda, balconata. RIF. A 299

SORRENTO, centrale, tranquillo monolocale: camera-cucina, camera matrimoniale, bagno, solarium. RIF. A 266

VICO EQUENSE, in parco centralissimo, signorile appartamento composto da: salone, 3 camere, cucina abitabile, doppi servizi, lavanderia, ampio portico, terrazze, giardino, p.auto. RIF. A 248

MASSA L. porzione di fabbricato, d'epoca, vista Capri, tranquilla, nel verde, plurilivelli, semiristrutturata mq 90, giardino mq 300. RIF. V 589

MASSA L. Marciano, nel verde, panoramica, graziosa porzione di fabbricato da ristrutturare, 2 livelli, mq 80, terrazzi mq 30, giardino mq 800. RIF. V 653

VICO EQUENSE, centralissimo, moderno, soleggiato: ingresso, soggiorno, 2 camere, ampia cucina-tinello, ripostiglio-deposito, lunga balconata. RIF. A 254

SORRENTO, Centro Storico, caratteristico, d'epoca: soggiorno-cucina, 2 camere, bagno, ampi disimpegni, ripostiglio, giardino privato mq 50. RIF. A 383

PIANO DI S. d'epoca, esclusivo, semindipendente: soggiorno, 2 camere, cucinotto, doppi servizi, cortile terrazzato ed ampio parcheggio. RIF. A 311

MASSA L. S.Agata, prossimità centro, tranquillo, luminoso, semindipendente: soggiorno, 3 camere, cucinotto, doppi servizi, terrazze, ampio giardino carrabile. RIF. A 381

SORRENTO, Centro Storico, semindipendente: soggiorno, 2 camere, cucina, bagno, balconata. RIF. A 380

PIANO DI S. tra centro e mare, luminoso, tranquillo, panoramico, d'epoca, ottimamente rinnovato: soggiorno, salotto, 2 grandi camere, cucina, doppi servizi, studio, terrazzo. RIF. A 300

MASSA L. collina, villa bilivelli, panoramica, nel verde, 180 mq circa, giardino mq 1800, portici, cortili, parcheggio. Grande autorimessa con deposito di circa 60 mq. RIF. V 598

VICO EQUENSE, a pochi minuti da Seiano, vendesi villa a schiera mq 180, sottotetto, terrazze coperte, cortile, giardino, posti auto coperti. RIF. V 651

S.AGNELLO, lato mare, in piccolo fabbricato: soggiorno, 3 camere, cucinotto, bagno, balconate vista mare, ampio parcheggio. RIF. A 306

MASSA L. lato mare, caratteristico, fabbricato d'epoca, ristrutturato, vista mare: soggiorno, 3 camere, cucinotto-tinello, doppi servizi, cortile, terrazzo, solarium, parcheggio. RIF. V 588

POSITANO, panoramicissima, signorile, esclusiva villa: salone, 4 camere, cucina, pluriaccessoriata, ampie terrazze a livello, giardino, p.auto, discesa a mare. Comodo accesso. RIF. V 650

COMPRAVENDITA - LOCAZIONI - CESSIONI - MUTUI - CONSULENZA - VALUTAZIONI

Il Melograno

IL MELOGRANO di Davide Gargiulo - Iscrizione Ruolo CC.I.AA. di Napoli al n.2674
COMPRAVENDITE - LOCAZIONI - RISTRUTTURAZIONI - CONSULENZE TECNICO LEGALI - MUTUI
Sede legale: Via Campo di Termini n.6 - TEL./FAX 0818082220 - 80061 Massa Lubrense (NA) Loc. Termini
Uffici amministrativi: Corso Sant'Agata n.61/N - TEL. 0818780925 - FAX 0818085154
80061 Massa Lubrense (NA) Loc. Sant'Agata sui due Golfi
E-mail: daga73@libero.it - Sito Internet: www.sorrentohouse.info - Cell.+393336616264

VENDITE

Massa Lubrense - Termini - soluzione semindipendente su due livelli di circa mq. 85 con annesso giardino al livello, da ristrutturare **€ 260.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - S. Maria Annunziata - graziosa soluzione composta da: camera con soppalco, cucinotto, bagno e piccolo giardino di circa mq. 60 Panoramico con vista su Capri **€ 130.000,00 trattabili.**

Massa Lubrense - Torca - Casa colonica su due livelli di circa mq.120 con sottotetto da ristrutturare **€ 230.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - Appartamento in piccola palazzina composto da soggiorno, cucina, 2 camere da letto, bagno e ripostiglio con ampie balconate panoramiche **€ 400.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - zona centrale - Appartamento al secondo piano in palazzo d'epoca, composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto soppalcabile e bagno. Panoramicissima, ottima esposizione **€ 270.000,00 trattabili**

Massa Lubrense – Torca (zona centrale) Soluzione semindipendente composta da: ingresso, ampio soggiorno, 2 camere da letto, 2 bagni, ripostiglio e ampio spazio esterno vista mare. **€ 440.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Termini -Soluzione indipendente completamente a grezzo di circa mq 60 con annesso giardino. **€ 240.000,00 trattabili** (autorizzazioni già rilasciate)

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - Appartamento al primo piano composto da: soggiorno, cucina, 2 camere da letto e bagno. Ampia balconata panoramica Buone condizioni **€ 320.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Monticchio - graziosa soluzione indipendente completamente ristrutturata composta da: ampio soggiorno, cucina abitabile, camera da letto, 2 bagni, ripostiglio, giardino e terrazzi con vista diretta sull'isola di Capri. **€ 490.000,00 trattabili**

Massa Lubrense – S.Agata sui due Golfi - Soluzione indipendente di circa mq. 110 con annesso giardino di circa mq. 800 da ristrutturare con autorizzazioni edilizie rilasciate **€ 270.000,00 trattabili**

Massa Lubrense – zona Massa Turro - soluzione semindipendente composta da: soggiorno, cucina, 4 camere, 2 bagni, doppio ingresso, piccolo giardino, terrazzo a livello e posti auto **€ 650.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi - Soluzione indipendente composta da: soggiorno con angolo cottura, 2 camere da letto, 2 bagno, ampio porticato e giardino con posto auto. **€ 350.000,00 trattabili**

LOCAZIONI

Massa Lubrense - Torca - Appartamentino composto da: soggiorno-cucina, camera da letto, bagno e piccolo ripostiglio Contratto regolare **€ 400,00 mensili trattabili**

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - appartamento in villa composto da: soggiorno con angolo cottura, 3 camere da letto, bagno, terrazzi a livello panoramici e posto auto **€ 900,00 mensili** CONTRATTO REGOLARE

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - soluzione semindipendente composta da ampio soggiorno con angolo cottura, 2 camere da letto, 2 bagni e posto auto scoperto. Ampio terrazzo panoramico con vista diretta su Capri. Contratto regolare **€ 650,00 mensili**

Massa Lubrense - S. Agata sui due Golfi - appartamento di circa mq.50 composto da: soggiorno, cucinotto, camera da letto e piccolo spazio esterno con ripostiglio. Contratto regolare **€ 550,00 trattabili** – ristrutturato - (anche uso ufficio)

Massa Lubrense – S.Agata sui due Golfi - appartamento completamente ristrutturato composto da: soggiorno,cucina,camera da letto,bagno e balconata panoramica vista mare. Termoautonomo con posto auto assegnato. **€ 500,00 mensili contratto regolare**

Massa Lubrense - S.Agata sui due Golfi - Graziosa soluzione semindipendente composta da: soggiorno-cucina,camera da letto,bagno piccolo ripostiglio. Ottima esposizione ,contratto regolare **€ 450,00 mensili**

DISPONIAMO DI NUMEROSE LOCAZIONI PER IL PERIODO ESTIVO

BACHECA ANNUNCI

ANIMALI

Se qualcuno ha avuto una cucciolata di **yorkshire toy** razza piccola e vorrebbe regalarne uno, questo è mio numero per contattarmi. Assicuro massima serietà.
Tel. 3290479443

IMMOBILIARI

Vendesi al centro di Piano di Sorrento locale terraneo in fabbricato moderno in ottime condizioni, uso ufficio, negozio o deposito di mq. 65 circa + 25 mq. di spazio antistante.
Tel. 3384934292

Piano di Sorrento, **vendesi**, nei pressi di Piazza Cota, in piccolo fabbricato, appartamento moderno al secondo ed ultimo piano, composto da soggiorno, due stanze, cucina, doppi servizi, balconate, riscaldamento autonomo.
Tel. 3384934292

Sant'Agnello **fittasi** appartamento per brevi periodi anche per week end.
Tel. 3392841446

Sant'Agnello centro, **fittasi** box capienza 1 auto + 1 moto, accesso da Via Iommella Piccola / Piazza Municipio.
Tel. 3334033089

Sorrento. **Fittasi** stanze in villa con dimostrazione piatto tipico. € 25,00 al giorno.
Tel. 3662063401

Sant'Agnello centro, **fittasi** appartamento ristrutturato + AC 1°: piano salone doppio, cucina abitabile, due ampie camere da letto, bagno con idromassaggio, bagno di servizio, balconata e cantinola. Ottimamente rifinito, ideale anche uso studio. Contratto regolare. No agenzie, no perditempo.
Tel. 3497559519

Napoli: Via Stadera in parco di nuova costruzione con centro commerciale e 134 appartamenti, a poca distanza dal Centro Direzionale, **VENDESI** appartamento nuovo e libero piano terra composto da 4 vani + 2accessori, tre ingressi, balconi e terrazzi pavimentati e recintati di 100 mq, giardino, riscaldamento autonomo, portineria e posto auto all'aperto all'interno del parco. € 355.000,00. Tel. 0818087657 - 3476166456

Vico Equense, **vendesi** appartamento completamente nuovo e ristrutturato composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, corridoio e bagno + 2 ampi balconi soleggiati. Con giardino annesso di circa 130 mq e posti auto. Termoautonomo e in ottime condizioni.
Tel. 3392749940

CAMPITELLO MATESE. Bojano, a 15 minuti dalle piste sciistiche **vendesi** fabbricato abitabile e semiarredato su due livelli in stile rustico, per complessivi 97 mq di superficie commerciale. Piano terra: soggiorno - cucina con camino, bagnetto di servizio e sala da pranzo. Piano primo: camera, cameretta e bagno. Terrazzo di copertura panoramico (32 mq circa), con soffitta (7 mq circa). Cantina (16 mq circa) al piano seminterrato con autoclave e garage adiacente da ristrutturare. Prezzo € 50.000,00.
Tel. 0818087657 - 3476166456

Affitto Turistico. Appartamento. in, Loc. Sant'Agata sui due Golfi fittasi appartamento con ampio balcone panoramico, nuovissimo, accessoriato, semi - indipendente, posto auto, per 6 persone, per brevi e lunghi periodi, prezzi modici. www.moonsmile.it 0818085255 - 3338132968

Affittasi bivani per ufficio piano terra Via Plinio 62 Castellammare di Stabia adiacente Farmacia circa 50 mq.
Tel. 3355270513

S. Marià la Carità, piazza Borrelli, **fittasi** locale commerciale di circa 70 mq. Tel. 3899637060

S. Agnello, via Iommella Grande, **vendo** appartamento di 50 mq. al 2° piano, panoramicissimo.
Tel. 3381879273

Fittasi annualmente in Vico Equense (Via Montielli) appartamento indipendente 50 mq molto luminoso arredato € 500,00 mensili. Tel. 33817263461

ENAP SCUOLA

UNISU
Università telematica delle Scienze Umane
NICCOLÒ CUSANO

dal 1984 ... al servizio dei giovani

Sono aperte le iscrizioni al corso per :

O.S.S.

Operatore Socio Sanitario

con rilascio attestato di qualifica professionale valido ai sensi dell'accordo Stato e Regioni del 22/2/2001 in tutte le regioni d'Italia. ISCRIZIONI A NUMERO CHIUSO

Castellammare di Stabia: Via Simmaco, 1 - ☎ 081.872.70.48 - 081.870.58.40
Torre del Greco: Via Marconi, 27 - ☎ 081.881.46.75 - www.enapscuola.com

RECUPERO ANNI : RAGIONERIA - GEOMETRA - ALBERGHIERO - TECNICO - MECCANICO

L'incanto

Liste Nozze

Bomboniere
Oggettistica
Argenteria

RIVENDITORE AUTORIZZATO: SWEET YEARS

Meta (Na) - Corso Italia, 96 - Tel. e Fax 081.534.2474
Massa Lubrense (Na) - Via S. Caputo, 11 - Monticchio - Tel. e Fax 081.533.0340
lincanto2000@libero.it

Bike Zone
VENDITA ASSISTENZA

MOTO & SCOOTER
Via Maiano, 13 - Sant'Agnello
Tel. 081 807 16 98

FIDDLE II
50/125/151
CON BAULETTO
DI SERIE E SELLA
RIBASSATA A
770 MM DA TERRA

HONDA
The Power of Dreams

SH 150

SCARABEO
50

SH 300
BIANCO

SYM

Servizi:
Collaudi - Tagliando - Demolizioni
Restauro Moto d'epoca - Soccorso veicoli guasti
Riparazione e sostituzione pneumatici
Rinnovo Targhine

HONDA The Power of Dreams
SYM Engine of Life
PIAGGIO
KYMCO
YAMAHA

Fittasi locale deposito di 250 mq in perfetto stato, con ampio accesso carrabile H 3 metri, situato in una zona centrale di Piano di Sorrento. Visitabile in qualsiasi momento.
Prezzo: € 1.900,00 al mese.
Tel. 3355228768

Cedesi attività situata in Sorrento, Corso Italia (bar) 100mq e spazio esterno. €80.000,00. E-mail: rosanna87119@yahoo.com

---

Fittasi casa vacanze Costiera Amalfitana di 110mq con 4 camere da letto 8 - 9 posti letto ben arredata con terrazza solarium a 50mt dal mare.
Tel. 3925031081

Affittasi appartamento a Massa Lubrense centro composto di 2 camere da letto, 1 bagno, cucina, soggiorno, cortile con ingresso indipendente.
Tel. 3293277213

Piano **fitto** box altezza supermarket SISA (lung5.20 larg2.15 alt2.85) € 2.000,00 annuali. Tel. 3332464560

Fittasi bilocale in località marina di Cassano (piano di Sorrento) Tel. 3394815052

Capri **locale commerciale** libero da subito.
Tel. 3386558298

CORSI

L'**associazione Horus** (onlus) organizza corsi di: Reiki, Massaggio classico, Shiatsu, Riflessologia, Reiki Aurico e tanti altri. Tel. 3382172970 oppure m.pascariello@libero.it

---

Insegnante madre lingua inglese e francese impartisce lezioni private a domicilio per alunni scuole elementari, medie e superiori.
Tel 0818024680 ore pasti o 3341344156

Professoressa esperta in dizione impartirebbe lezioni private. Tel. 0818788657

Corso di Pittura ad Olio e Disegno dal Vero diretto dal M° Nico Taminto al "Caffè Artistico - Letterario Sorrentino" c/o English Inn - Corso Italia - Sorrento. Dal 20 settembre 2010 nei giorni di lunedi e giovedi dalle ore 18 alle ore 20. Per iscrizioni e info chiama. Tel. 3381542958 - 081 19725147

Laureata in Lingue e Letterature Straniere con esperienza nell'insegnamento impartisce lezioni private di inglese e spagnolo. Preparazione esami universitari, diplomi di lingue e recupero debiti scolastici. Impartisce inoltre lezioni di francese ad alunni delle scuole medie e lezioni di tutte le materie umanistiche ad alunni delle scuole medie e superiori. Zona Penisola Sorrentina.
Tel. 3204565062

Laureata con il massimo dei voti impartisce lezioni private a studenti di scuola superiore (materie umanistiche, diritto, inglese) ed universitari (diritto). Prezzi assai modici.
Tel. 3484393322

Laureata in lingue con esperienza all'estero impartisce lezioni private di inglese e spagnolo (anche a domicilio), recuperi scolastici e traduzioni. Massima serietà.
Tel. 3332911159

Insegnante qualificata impartisce ripetizioni per alunni dai 8 ai 18 anni.
Tel. 3662063401

Studentessa universitaria impartisce lezioni private in tutte le discipline a bambini di scuole elementari e ragazzi di scuole medie per modica cifra di € 5,00 a lezione.
Tel. 3493630805

ELETTRONICA

HI-FI Kenwood Perla Nera, MULTI CD-2MC-AMPLIFICATORE-SINTONIZZATORE-EQUALIZZATORE SURROUND DOLBY-2casse 150W-LP, come nuovo **vendesi** € 250,00 trattabili. Tel. 333-4768720

PC Pentium III sistema operativo windows 98 + lettore DVD + masterizzatore cd + monitor 15 " + casse + tastiera + mouse, perfettamente funzionante ottimo per imparare ad usare il pc **vendesi** € 80,00.
Tel. 3338489186

Vendo APPLE IPAD 16 gb Wifi comprato il 22 dicembre 2010 ancora con scontrino fiscale di 499 €. Ovviamente iPad ancora in garanzia Apple. Vendo causa doppio regalo a soli € 300,00 non trattabili.
Tel. 3408981863

Vendesi Acer TravelMate 5720G 15. 4" con processore Intel Core 2 Duo da 2. 2 GHz, 2Gb RAM, 250Gb HDD con Bluetooth, infrarossi (IrDa) e WiFi, come nuovo. € 400,00.
Tel. 3347563098

Vendo televisore a colori con digitale pollici 21 € 50,00.
Tel. 3388841157

TELECOMANDO PHILIPS SRU9600 Universale con display LCD per comandare più apparecchi nuovo mai usato **vendesi** € 50.00.
Tel. 3334768720

LAVORO

Parrucchiera per signora offresi per acconciature, pieghe, tagli e colori presso il vostro domicilio, prezzi modici.
Tel. 3341344156

Signora esegue lavori di stiratura presso il vostro domicilio. Prezzi modici.
Tel. 3341344156

Optima Italia ha deciso di investire sulla divisione call center ed in particolar modo sul progetto telemarketing quale area di supporto alla rete commerciale. Per lo sviluppo di questo Business e per l'apertura della sede di SORRENTO stiamo ricercando 20 ADDETTI/E AL TELEMARKETING BUSINESS Le risorse si occuperanno della gestione dell'attività di telemarketing per il business to business sul territorio nazionale, dal primo screening dei potenziali clienti alla gestione dell'agenda per l'intera rete commerciale. Rappresentano requisiti fondamentali: buona dizione; bella voce; diploma; conoscenza del pc. OFFRIAMO Contesto dinamico Formazione in aula e training on the job Strumenti informatici contratto part - time, Retribuzione fissa + variabile cell 3382541904 mail info@segreteriavirtualeitalia.it Sede di lavoro: SORRENTO

Estetista effettua al vostro domicilio: manicure con colate in gel e ricostruzione unghie, massaggi, pedicure, cerette, etc. Prezzi modici. Esclusivamente a donne.
Tel. 3337397045

Sig. ra seria, italiana con esperienza cerca lavoro come collaboratrice domestica o aiuto x anziani dal lunedì al venerdì solo la mattina.
Tel. 3332254804

Cerco lavoro part - time dalle 8: 30 alle 12: 30 o in una casa privata o in bed & breakfast. Tel. 3318419624

Ragioniere 48 enne, con esperienza pluriennale in contabilità generale, gestione magazzino, pratico computer, cerca lavoro a Scafati (SA) o zone limitrofe.
Tel. 3393586823

Sono una **Signora 40enne** SERIA ed AFFIDABILE Cerco Lavoro come: Dama di Compagnia - Cassiera - Assistenza Anziani - Baby Sitter CERCO incarico per prossima stagione come Cameriera ai Piani e Governante Esperienza pregressa della mansione in contesti alberghieri di lusso della Penisola Sorrentina. Mi occuperò' dell'allestimento, dell'igiene e dell'ordine delle camere dal rinnovo della biancheria al rifornimento delle amenities (saponette, bagno schiuma, accessori per la toilette); sarò inoltre responsabile dell'aspetto scenico delle camere; gestirò la lavanderia, il riordino gli oggetti degli ospiti. Collaborerò alla preparazione del buffet della prima colazione e ad aiutare il cuoco là dove ce ne fosse il bisogno. La mia richiesta economica è di pagamento ad ore. Disponibilità immediata.
Tel. 3332628652

Ragazza cerca lavoro come baby sitter, commessa, aiuto cuoco, lavapiatti o pulizie. Massima serietà ed esperienza.
Tel. 3341385202

Cerco lavoro come **collaboratrice domestica**. Tel. 3318364696 - 0818074196

Si organizzano **feste ed eventi** in bellissimo agrumeto nel centro storico di Sorrento.
Tel. 3351266000

Ragazza ventenne auto munita cerca lavoro in penisola come baby sitter, commessa o per pulizie! Massima serietà e disponibilità. Tel. 3386573296

Cerco lavoro in un albergo come tutto fare, esperienza cucina! Penisola sorrentina.
Tel. 3381049770

Per i tuoi annunci:
tel. 081.009.3883 - **fax** 081.19319209 - **SMS** 380.3067686
e-mail: annunci@leggimigratis.it

Fabbro ma non solo, disponibile per manutenzioni e riparazioni di porte blindate, ringhiere,cancelli lavorazioni in ferro battuto ed altro. Disponibile anche per manutenzioni domestiche. Offro esperienza nel settore,ottima manualità e serietà. Prezzi convenienti.
Zona penisola sorrentina e zone limitrofe. Tel 3802624399

Laureanda in lingue e letterature straniere effettua traduzioni da/versoinglese, francese, tedesco, spagnolo, italiano e cinese. Per info scrivi. Mail rafpol2002@yahoo.it

---

Segretaria con esperienza ventennale in ufficio commerciale cerca lavoro a Sorrento e dintorni. Anche presso studi medici. Tel.3386621819

Laureato in ingegneria elettronica impartisce ripetizioni in matematica e fisica per studenti di scuola media e superiore, per ulteriori informazioni contattatemi. Tel. 3404645414

Signora anni 50 **infermiera professionale** cerca lavoro come babysitter o badante in penisola sorrentina.
Tel. 3339405669

Sig.ra 31enne cerca lavoro di baby sitter per mezza giornata zona Sant'Agata o Sorrento.
Tel 3339409460

Ragazza 16enne cerco lavoro come baby sitter, volantinaggio, cameriera, comessa ecc. (Zona penisola sorrentina), conoscenza lingua inglese e francese. Massima serietà e esperienza per quanto riguarda la baby - sitter! Tel. 3383268904

Siamo due **studentesse ventenni** cerchiamo lavoro come cameriere per extra per qualsiasi evento. Assicuriamo massima disponibilità.
Tel. 3395279523 3382603005

Ragazza responsabile e con esperienza, cerca lavoro come baby sitter per il periodo estivo tutti i giorni mattina e pomeriggio. Tel. 3389482240

Ragazza seria residente in penisola sorrentina cerca lavoro come BABY SITTER nei mesi estivi a partire da giugno. Tel. 3391166558

Cerco lavoro come baby sitter volantinaggio, cameriera, comessa, dog - setter ecc. conoscenza lingua inglese e francese, bella presenza. Massima serietà e esperienza per quanto riguarda la baby - setter!
Tel. 3663517795

Sono una **ragazza di sedici anni**. Cerco lavoro come baby sitter nei mesi estivi. Esperienza e affidabilità garantita!
Tel. 3341277512

Sei alla ricerca di: prodotti, un lavoro, bellissimi viaggi e una stupenda carriera? Chiamami, la tua ricerca finisce qui! **Stanhome World** una parola per mille risposte!
Tel. 3395302791

Effettuo ricostruzione unghie, colata gel e french a domicilio. Per informazioni e appuntamento chiamami. Tel. 3332685240

Sig.ra seria, sposata, non automunita cerca lavoro in Penisola, come collaboratrice domestica 2-3 volte a settimana solo la mattina. Tel. 3332254804

Parrucchiere effettua al vostro domicilio: piega € 8,00, taglio € 12.00, colore € 10.00.
Tel. 3298834157

MOTORI

Vendo Barca: Motore Yamaha 75 cv (ultima serie del 2 tempi Yamaha) quindi consumi ridotti circa 25 litri l'ora, sempre rimessato e perfettamente funzionante, trim elettrico. Scafo della prestigiosa marca "CAD MARINE" della linghezza di 6 metri - serbatoio acqua 50 litri - serbatoio benzina 60 litri (spazio disponibile per metterne uno più grande). Impianto elettrico 2009, autoclave 2010, presa 12v, faro notturno, pompa di sentina 2009, stereo mp3, sd, usb 2009, luci di via e di fonda, 2 batterie, tendalino a 3 archi. Tutte le dotazioni di bordo anno 2009 con 6 giubbotti di salvataggio e ancora con cima 45 metri Lo scafo è di murata alta e molo largo rispetto ad altre imbarcazioni della stessa lunghezza, ottima tenuta anche con mare formato. prezzo € 7.300,00.
Tel. 0818788463 -3315953660

Vendo **scooter Yamaha** x city cc. 250 con km. 17. 000, anno 2008 appena tagliandato e gommato + bauletto con staffa e parabrezza tutto nuovo mai usato. Vendo a € 2.200,00 visibile in Sant'Agnello. Tel. 0818770692

Vendesi **Piaggio Beverly 250** anno 2004, 25000 km sempre tagliandato in buone condizioni, per inutilizzo. € 1.000,00 trattabili.
Tel. 3343100798

IDEATOP

abbigliamento ed oggettistica personalizzata
con ricamo e stampa (serigrafica, termoadesiva, digitale)

personalizza le tue idee !
rendi originale il tuo regalo !!!

gadget pubblicitari:
penne
accendini
portachiavi
agende
calendari
bustine zucchero
caramelle ...

abbigliamento:
felpe
polo
t-shirts
cappellini
pantaloni
giubbini ....

gadget da regalo:
cuscini
tazze
orologi
puzzle
mouse pad

stampa digitale
su piccolo e grande formato:
cataloghi - depliants - brochure
biglietti da visita - timbri
banner - manifesti - vetrofanie...

stampa e ricamo anche su singolo pezzo

Via San Nicola, 14 Sorrento (NA) tel/fax 0818771050 e-mail: info@ideatopsorrento.com

Per i tuoi annunci:
tel. 081.009.3883 - **fax** 081.19319209 - **SMS** 380.3067686
e-mail: annunci@leggimigratis.it

Vendo **Beverly 200** nero anno 2002. € 700,00.
Tel. 3207178976

Vedesi motorino **Sh 150** anno 2007, colore verde a soli € 2.000,00. Nuovo, unico proprietario. Tel. 3339409460

Piaggio **Vespa LX 150** anno 2005 colore bianco perla super accessoriata, completa di bauletto, parabrezza, antifurto, bollo pagato vendo € 1.700,00 incluso il passaggio di proprietà. Tel. 3397126291 - 3386732012

VENDO **Vespa 50 special** faro rettangolare colore acquamarina, restaurata qualche anno fa e tenuta sempre in garage, perfetta. Motore ancora in rodaggio. Per amatori prezzo € 1.800,00 trattabili.
Info 3396854857

Causa inutilizzo vendo A**PRILIA SX 125** due tempi in ottime condizioni € 600,00.
Tel. 3664449282

Vendo **APRILIA SX 125 2t** in ottime condizioni causa inutilizzo prezzo piccolo piccolo € 600,00. Tel. 3664449282

Vendo **Nissan Micra**, colore celeste anno 2004, 1. 200 a benzina, 150000 km buone condizioni € 3.500,00.
Tel. 3207178976

Vendo **Terios 4x4** anno 2002, gommato nuovo, impianto gpl sequenzial, full optional con kit rialzo e distanziali ruota € 7.000,00.
Tel. 3929529333

Vendo **T-max** ottime condizioni anno dicembre 2006 prezzo € 4.500,00. Visibile a Meta. Tel. 3663891155 - 3348736815

FIAT 500 auto d'epoca immatricolata '70, con assicurazione storica, revisione e tassa di circolazione. Tenuta ferma e in buone condizioni. Colore bianco. Vendesi ad appassionati € 2.500,00. Visibile in Piano di Sorrento.
Tel. 3335292361

VARIE

Piano BAR con 3 chitarriste, 3 voci, 2 mandolini. Per le tue feste o cerimonie.
Tel. 3346972546

Si eseguono **pulizie approfondite** con aspirapolvere professionale, ideali per persone allergiche, su materassi, divani, tappezzeria, ecc.
Tel. 3899816503

COMPRO Fumetti/Giornaletti dei Supereroi (Thor, Capitan America, Uomo Ragno, Fantastici 4, Superman, ecc.).
Tel. 3404026438

Vendo **materasso in lattice** "Pirelli" per errato acquisto. Misure standard.
€ 500,00. Tel. 3313633696

Vendesi **Rolex** modello Oyster Lady accio/oro cinturino Oyster quadrante bianco in ottime condizioni € 1.500,00 trattabili. Tel. 3388372728

Vendo **posate antiche** in argento. Tel. 3333306598

Vendo **gioielli antichi** di fattura pregiata.
Tel. 3333306597

Poltrona bianca imbottita 1 posto € 40,00.
Tel. 3388841157

Armadio 5 ante + 5 scomparti superiori in mogano lucido € 100,00. Tel. 3388841157

Credenza lunga in mogano mt2, 50 con specchio in cornice dorata € 100,00.
Tel. 3388841157

Poltrona in vimini 2 posti più 2 piccole da 1 posto
€ 80,00. Tel. 3388841157

Vendo **culla** in vimini
€ 30,00. Tel. 3388841157

Rete ortopedica matrimoniale € 40,00.
Tel. 3388841157

Vendo **tavolino in legno** tondo di diametro 43 e alto cm 53 decorato con intarsio sorrentino. Tel. 3388841157

Vendesi mobili, scrivanie per ufficio usati, pc, fax, stampante ad aghi, per contatto zona Castellammare.
Tel. 3355270513

Schede telefoniche Italia (anche Sip) e Mondo circa 500 vendesi € 150,00
Tel 3334768720

Orologi e cronografi da polso a quarzo uomo e donna vari marche (Zenith, etc), nuovi, ancora etichettati, mai usati, vendesi in blocco o singolarmente prezzi modici secondo modello a partire da € 40,00.
Tel. 3334768720

Cartoline Italia e Mondo circa 500 vendesi € 150,00.
Tel. 3334768720

Dischi collezione vinile LP (Baglioni, Elthon John, 2 Battisti, Bennato, Tracy Chapman, Paul Mc Cartney, Cindy Lauper, 2 Ramazzotti, Zucchero) a € 70,00. Tel. 3334768720

CD musica New Age vendesi in blocco a € 50,00.
Tel. 3334768720

Serie monete argento Vaticano conio 1981 vendesi
€ 25,00. Tel. 3334768720

Brillanti, Smeraldi, Rubini, Turchesi, e altre **pietre preziose** vendesi per lavorazione o investimento secondo valutazione corrente solo a veri interessati - Tel. 3334768720

Perle di fiume già infilate, vari fili con chiusure in oro, ancora etichettai nuove vendesi - Tel. 3334768720

Vendesi **portale web** community/social NT prezzo affare, ottime potenzialità di guadagno. Tel. 3288331122 ore serali.

Abito da sposa Valentini originale, collezione 2010. Perfetto, di colore panna con sfumature, ricami, applicazioni in oro. Abito molto fine, taglia 44. Corpetto ricamato, con applicazioni di pietre, si chiude con tutti bottoncini sulla schiena che rimane ampiamente scoperta. Il corpetto ha una scollatura non molto profonda e si lega al collo con un elegante fiocco, che può scendere libero sulla schiena o essere legato in maniera festosa sulla spalla. La gonna stretta in vita, si apre pomposa verso il basso. E' formata da due tessuti: uno più lucido che si apre in vita a V e lascia vedere l'altro tessuto ricamato sotto. Il punto di apertura della gonna è finemente indicato dall'applicazione di un fiore ricco di pietre e veli. L'abito ha la coda, non troppo lunga, per fare in modo che la sposa si senta a suo agio nei movimenti. La chicca finale è il velo che viene applicato in due punti sull'acconciatura, scende lungo e copre in maniera sobria le spalle scoperte. In abbinamento all'abito le applicazioni per l'acconciatura realizzate con le stesse pietre che impreziosiscono l'abito. Il prezzo dell'abito acquistato in boutique è di € 3.800,00, lo vendo a circa la metà. Telefonare possibilmente ore pasti (13.30 alle 14.30) o la sera dopo le 19.30 alle 21.30.
Tel. 3423660619

Vendo **completo per capelli** della Philips, composto da piastra, arriccia capelli etc. a € 25.00. Mai usato.
Tel. 3386732012

Eseguo **punto croce** su Tela Aida: bavette, strofinacci, asciugamani, ecc. Prezzi modici. Tel. 3385672799.

Centri estivi in penisola sorrentina per bambini dai 6 ai 14 anni, attività ricreativa, socilizzazione, laboratori espressivi. Martedì e giovedì dalle18 alle 20. Tel. 3662063401

Causa trasferimento zona Monaldi vendesi **camera da letto** € 350,00.
Tel. 3387263461

Vendo **lavatrice** funzionante € 50,00. Tel.3388841157

Causa trasloco vendo **Rembo** poco usato, no perditempo.
Tel. 3383711009

Cerco giocattoli da giardino tipo casetta, scivolo, altalena ecc. Tel. 3381515683

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 leggittima titolarità di tutti i requisiti quali: autorizzazioni, licenze, concessioni, etc. 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.

TECNO CALOR

Ricambi - Caldaie - Condizionamento - Articoli termoidraulici

Per l'acquisto di una caldaia e un climatizzatore riceverai un FAVOLOSO CELLULARE

Chaffoteaux

ARISTON

Vaillant

ELECTRA
CLIMATIZZATORI

DAIKIN

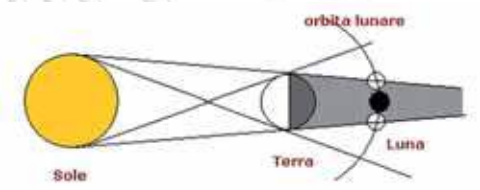
MITSUBISHI ELECTRIC
AIR CONDITIONING SYSTEMS

C.so Italia, 93 - Meta (Na) - Tel/Fax: 081 8787121
www.tecnocalorfrasca.it

di **Nello Ruocco**
nello.ruocco@astrocampania.it

IL CIELO DI GIUGNO ED I PRINCIPALI FENOMENI

L'evento dominante di questo mese e' sicuramente l'eclisse totale di Luna che si verifica il giorno 15.
Un'eclissi lunare totale si verifica quando la Luna transita completamente attraverso l'ombra della Terra.
La Luna attraversa prima la penombra, poi l'ombra e infine, dopo esserne uscita, interessa di nuovo la fascia penombrale. A causa degli effetti di colorazione rossastra che assume con la rifrazione dei raggi solari attraversanti l'atmosfera terrestre e per l'oscuramento parziale prima dell'entrata in ombra e durante l'uscita, è il tipo di eclissi lunare più osservata. *(fonte Wikipedia)*

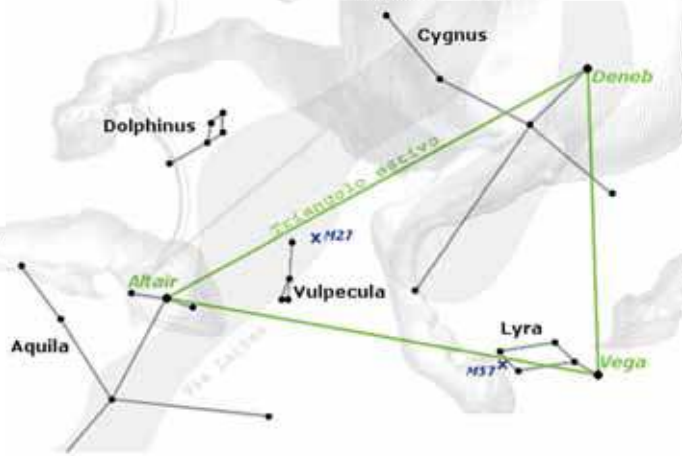


Eclisse di Luna del 16 Agosto 2008- composizione – Nello Ruocco

Nella tabella seguente sono riportati, in ora locale, i tempi dell'eclisse (ora locale)

FASE ECLISSE	ISTANTI
Inizio Eclisse di Penombra	19h23m01s
Inizio Eclisse Parziale	20h22m33s
Inizio Eclisse Totale	21h22m04s
Massimo dell'Eclisse	22h12m31s
Fine Eclisse Totale	23h02m58s
Fine Eclisse Parziale	24h02m28s del 16/6/2011
Fine Eclisse di Penombra	01h02m08s del 16/6/2011

Se la Luna si vestirà di scuro, diventando indiscussa protagonista del cielo per alcune ore di una singola sera, il resto del mese sarà invece dominato, ancora una volta, da **Saturno**. Il pianeta con gli anelli sarà ben osservabile, alto in cielo in direzione sud, per la prima metà della notte.
Nella seconda metà del mese anche **Mercurio** è nuovamente visibile alla sera: le condizioni per osservarlo migliorano gradualmente. Alla fine di giugno, infatti, tramonta più di un'ora dopo il Sole.
Per gli altri pianeti osservabili a occhio nudo, invece, l'appuntamento continua ad essere al mattino, prima dell'alba e le condizioni di visibilità continuano a non essere propriamente ottimali. Venere sorge soltanto un'ora prima del Sole, preceduto di poco da **Marte**.
Con il graduale aumentare dell'altezza sull'orizzonte, migliorano anche le condizioni di osservabilità di Giove, che, fra i pianeti mattinieri sarà il più facile da individuare.
Volgendo l'attenzione al cielo stellato sarà facile riconoscere, a est, tre stelle luminose che formano un triangolo molto esteso, il cosiddetto "**triangolo estivo**". Le tre stelle appartengono ognuna a una costellazione diversa: **Vega** alla Lira, **Altair** all'Aquila e **Deneb** al Cigno. Nelle immediate vicinanze di quest'ultima, si trova la spettacolare nebulosa **NGC 7000**, detta Nebulosa Nord America. La si può riconoscere anche a occhio nudo come una regione leggermente brillante, ma con un binocolo si può distinguerne la forma che ricorda, per l'appunto,



quella del continente nordamericano. Questa nebulosa si trova a 1800 anni luce da noi, alla stessa distanza di Deneb che, si ritiene, sia la sua principale sorgente di illuminazione. *(fonte INAF)*

AGRITURISMO

TENUTA MONTECORBO

DIMORA DI TORQUATO TASSO

Eventi e Cerimonie

Aperti tutti i giorni

Via Montecorbo - 80061 Massa Lubrense - Tel. 081-8784907

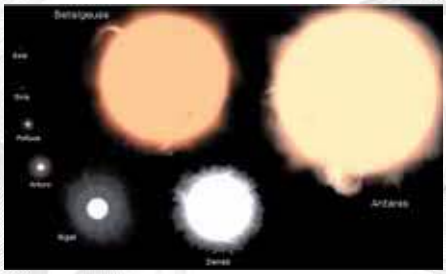
www.tenutamontecorbo.com

COSTELLAZIONE DEL MESE
SCORPIONE

a cura di **Antonio Catapano**
AstroCampania sez. Stabia-Penisola Sorrentina

E' sicuramente tra le più belle costellazioni del cielo, le stelle che la compongono raffigurano fedelmente l'animale che gli dà il nome.
Culmina al meridiano Sud a mezzanotte i primi di giugno introducendo la stagione estiva e ci porta in viaggio attraverso la nostra galassia (Via Lattea) in cui è immersa, mostrandoci oggetti di profondo cielo e stelle bellissime.

Sarà comunque visibile da maggio, sull'orizzonte Sud Est, e per tutta l'estate sempre più presto a sera fino a settembre quando andrà a tramontare sull'orizzonte Sud Ovest. Passando bassa e maestosa sull'orizzonte Sud la potremo comodamente osservare senza temere il torcicollo, anche se essendo posizionata notevolmente a sud dell'equatore celeste è osservabile con profitto solo dalle regioni meridionali italiane.
Osserviamo la costellazione in cielo e partiamo dalla luminosa stella rossa Alfa di nome "Antares", magnitudine stimata 1.1 e distanza 600 a.l. .E' una favolosa stella del tipo super gigante rossa che deve il suo nome proprio al fatto di essere l'Anti- Ares cioè la "rivale di Marte" con cui compete per luminosità e colore quando il pianeta rosso transita nella costellazione che appunto fa parte delle "13" costellazioni zodiacali (contando anche quella di Ofiuco).



Antares è circa 800 volte più grande del Sole è una massa stimata di 15-18 Masse solari; per dare un'idea del suo diametro possiamo dire che se fosse la stella del nostro sistema solare arriverebbe ad inglobare i pianeti rocciosi interni fino alla fascia principale degli asteroidi, anche se la sua atmosfera è molto rarefatta ed ha una temperatura molto inferiore alla nostra stella. Come tutte le stelle di questa categoria è una "variabile lenta irregolare" per cui la magnitudine apparente varia da +0,88 a +1,16.
Guardando la cartina e andando verso Nord incontriamo le stelle Beta "Acrab" e Gamma "Dschubba" che rappresentano il capo dell'animale. Mentre scendendo verso Sud andiamo verso il pungiglione dello scorpione le stelle Teta "Sargas" e Lambda "Shaula".

Stelle principali:

Antares (α Sco): significa simile ad Ares o contro Ares (Marte)
Acrab (β Sco): parola araba che significa lo scorpione
Dschubba (γ Sco): dall'arabo la fronte dello scorpione
Sargas o Girtab (θ Sco): dal sumerico lo scorpione
Shaula (λ Sco): dall'arabo pungiglione dello scorpione
Al Niyat (σ Sco): dall'arabo le arterie
Lesath (υ Sco): dall'arabo la macchia nebbiosa (riferito alla nebulosa M7 che si trova nelle vicinanze)
Jabbah (ν Sco): dall'arabo la fronte (dello scorpione)
Wei (ε Sco): dal cinese la coda (dello scorpione)

OGGETTI DI PROFONDO CIELO

Due superbi ammassi stellari aperti visibili ad occhio nudo scoperti da Charles Messier: **M7** di magn. 3,3 molto esteso, **M6** di magn. 4,6, rispettivamente a pochi gradi a Est e N-Est di Shaula (lambda). L'ammasso stellare globulare **M4** tra i maggiori della galassia, qualche grado ovest di Antares e la nebulosa planetaria **Ngc6302** Detta "BUG" per la vaga somiglianza con la cimice, di magn. 12,8

MITOLOGIA

Nella mitologia greca lo scorpione rappresenta l'animale che, col suo pungiglione velenoso, uccise Orione, mandato dalla dea della Terra "Gea" per punire la sua vanità.
L'eroe si era vantato con Diana di poter uccidere qualsiasi animale selvaggio; ma da una crepa del terreno uscì uno scorpione che punse inavvertitamente il cacciatore facendolo poi morire.
Per questo le due costellazioni sono alle opposte estremità del cielo. Questa costellazione è una tra le più antiche e conosciuta già di popoli sumeri.

TRASFORMA IL TUO ORO IN DESIDERI

COMPRO ORO

Corso Italia, 132 - Meta
Viale Nizza, 29 - Sorrento
10.00/13.00 - 16.30/20.30 - lunedì mattina chiuso

Il mercatino ORO CA$H dell'oro usato
rete in franchising

GNOCCHI CON RIPIENO DI CACIOCAVALLO

Gli gnocchetti al caciocavallo sono un' idea originale dello chef creativo Umberto Coppola, che ci regala un nuovo modo di realizzare un primo piatto particolare e appetitoso, ma allo stesso tempo di facile realizzazione. Questi gnocchi che contengono patate e farina, fanno da base a questo primo piatto delizioso arricchito da un saporito ripieno di caciocavallo.
Il profumo dei pomodorini freschi, unito alla delicatezza di questi gnocchetti ripieni, rendono questo piatto davvero unico nel suo genere e perfetto per fare colpo sui vostri commensali.

Ingredienti per 4 persone:

- **1 KG di patate lesse**
- **400 gr. di farina "00"**
- **2 uova uno per gli gnocchi e uno per attaccare le due parti di pasta**
- **Sale Q.B.**
- **½ caciocavallo tagliato a spicchi**
- **1 spicchio d'aglio**
- **Olio di oliva extra vergine**
- **500 gr. di pomodorini**
- **Qualche foglia di basilico**

Preparazione

Impastare le patate con la farina, unite il sale e 1 uovo, lavorate fino ad ottenere una pasta omogenea. Dividetela poi in due parti e stendete ciascuna con l'aiuto di un matterello. Ora spennellate la sfoglia ottenuta con l'uovo e disponevi le fettine di caciocavallo, ricoprite con l'altra sfoglia e tagliate gli gnocchetti con un tagliapasta della forma che più vi piace. A questo punto mettete una pentola di acqua sul fuoco con un po' di sale, mentre in un tegame fate rosolare lo spicchio d'aglio. Quando sarà pronto versate i pomodorini ed il basilico, salate. Intanto l'acqua starà bollendo, versate gli gnocchi e lasciate cuocere per circa 2/3 minuti, quando sanno gonfi potrete scolarli e versarli nel sugo.
Servite caldi e guarnite con foglioline di basilico.

Buon Appetito dallo Chef Umberto Coppola
e da tutto lo staff di "Antichi Sapori"

Giuseppe Longobardi

Consulente del Lavoro

Modello ISEE
Modello 730
Pensioni

Pensioni
Pratiche Disoccupazioni
e Conciliazioni Lavoro

Piazza G. Marconi, 10 - Vico Equense (Na)
Tel. 081 8790993 - Fax 081 3503699 - e-mail: giuseppelongobardi@live.it

I Sapori Reali
Dalla Terra al Mare

La Regina delle Mozzarelle di Bufala, Fior di Ricotta,
Caciocavalli e tanti altri formaggi
dai verdi pascoli del Casertano...

... I Principi del mare Tonno, Alici, Filetti
e altre specialità dalle splendide acque di Cetara ...

CONSEGNE A DOMICILIO A PREZZI DIVINI

per info: FRANCESCO D'ESPOSITO - Meta - Cell. 338 3718548

KIDS CORNER

UNISCI IL DISEGNO CON I PUNTINI

Ingrosso e dettaglio
fornitura ristoranti e bar

varone

dolci emozioni

Via Casa D'Antuono , 65 - Sant'Antonio Abate (NA)
Tel./Fax +39 081 8734061 - Cell. 331 4808539
www.dolciariavarone.it info@dolciariavarone.it

Mi Ami PUB

Ristorante - Paninoteca - Birreria

BATTESIMI, COMUNIONI E COMPLEANNI
SU PRENOTAZIONE

Specialità Bistecca Dinosauro
2 o 3 Kg su prenotazione

LIVE TUTTE LE PARTITE DEL CAMPIONATO
UEFA CHAMPIONS LEAGUE - EUROPA LEAGUE

SKY MEDIASET PREMIUM

APERTI SOLO A CENA

facebook MI AMI MI AMI

L'indirizzo è: Via Dei Campi 32,
Massa Lubrense - Località Sant'Agata
Recapiti: 3894873347 - 3383995320

SANDALI
Siniscalchi

Produzione propria di sandali su misura in poco tempo e di vari colori e pelli.

Nel cuore di Sorrento

Corso Italia, 203 - Tel. 081 878 30 65
Via S. Cesaro, 83 - Tel. 081 877 15 15
Sorrento (Na)
web.tiscali.it/zero81/

Allianz Lloyd Adriatico

1. PROTEZIONE CONTRO IL FURTO DELL'AUTO

Antifurto satellitare di ultima generazione

Grazie a speciali sensori, **SestoSenso** identifica ogni spostamento non autorizzato del tuo veicolo. In caso di furto la Centrale Operativa ti avvisa immediatamente e assiste le Autorità nelle operazioni di recupero, accelerandone i tempi.

2. PROTEZIONE DELLA PERSONA

Assistenza automatica in caso di incidente

In caso di incidente grave **SestoSenso** comunica automaticamente la tua posizione alla Centrale Operativa. Vieni immediatamente contattato tramite il sistema vivavoce e, se lo richiedi o non rispondi perchè impossibilitato, vengono inviati i soccorsi. In queste situazioni la tempestività può salvarti la vita. Inoltre, se in seguito all'incidente vieni ricoverato in ospedale, avrai a tua disposizione una collaboratrice professionale per svolgere le faccende domestiche o per badare ai bambini.

Consulto medico mentre sei in viaggio

In caso di necessità tua o di un passeggero, premendo un pulsante vieni messo subito in contatto con un medico o un pediatra.

Avviso di velocità eccessiva

Per la sicurezza di tuo figlio puoi attivare l'invio di un sms al tuo telefonino o una e-mail di avviso se supera il limite di velocità da te scelto, quando gli presti l'auto. Per impostare la soglia di velocità basta accedere al portale dedicato ai Clienti SestoSenso.

3. PROTEZIONE IN CASO DI GUASTO O IMPREVISTI

Assistenza immediata

In caso di guasto, foratura, batteria scarica o esaurimento del carburante, ti basta premere un pulsante per essere localizzato dalla Centrale Operativa e ricevere immediatamente soccorso stradale gratuito, ovunque ti trovi e a qualsiasi ora. Inoltre, se il guasto è grave, viene garantito a te e ai tuoi passeggeri il rientro a casa o il proseguimento del viaggio oppure, in alternativa, il pernottamento in albergo.

Priorità nella riparazione e auto sostitutiva

Affidandoti ad una carrozzeria convenzionata Allianz, il tuo veicolo avrà priorità nella riparazione e nel frattempo ti verrà fornita un'auto sostitutiva - se necessario, con seggiolino per bambini.

SestoSenso
La tecnologia intelligente che può ritrovare l'auto in caso di furto

Vieni a trovarci in agenzia.
Ti dimostreremo perchè SestoSenso è essenziale per proteggere il tuo veicolo, garantire la tua mobilità, la tua sicurezza e quella dei tuoi passeggeri.

Allianz Lloyd Adriatico
Giardullo s.a.s.

Corso Italia, 220 - SORRENTO - Tel. 0818784216 - Fax 0818771315
www.allianzlloydadriatico.it - 062300@allianzlloydadriatico.it

MERCEDES SLS ROADSTER

Si apre in 11 secondi, raggiunge i 100 km/h in 3,8, ma ancor prima ti fa perdere la testa
Le mitiche ali di gabbiano si chiudono e spariscono, ma ora si può aprire il tetto. Parliamo della SLS Roadster, la nuova variante scoperta di una delle Mercedes-Benz più sportive ed affascinanti di sempre, che si evolve nella carrozzeria per deliziare quella clientela che vuole il vento tra capelli anche al volante di una supersportiva.

PORTE... OMISSIS

A Stoccarda, almeno per il momento, hanno preferito non immortalare la SLS Roadster con le portiere aperte. E' meglio concentrarsi sulla linea di una carrozzeria altrimenti splendida. L'assenza del tetto non fa perdere valore all'aggettivo più appropriato per la SLS: "seducente". La capote elettrica, in tela a triplo strato, si apre in 11 secondi e si può azionare fino a 50 km/h di velocità.

PIU' RIGIDA, PIU' VELOCE

Appena 40 chili in più, per un totale di 1.660 kg. A così poco ammonta l'incremento di peso conseguente agli irrigidimenti apportati dai tecnici di Stoccarda per compensare l'assenza del tetto. Un risultato eccellente che si traduce in una conferma, sulla carta, delle prestazioni della SLS Coupé: 3,8 secondi di cronometro per scattare da 0 a 100 km/h e 317 km/h di velocità massima, peraltro limitata elettronicamente. Il merito è sempre di quel capolavoro motoristico made in Affalterbach, il V8 di 6.208cc di cilindrata da 571 cavalli a 6.800 giri per 650 Nm di coppia massima a 4.750 giri governato dal cambio a doppia frizione a sette marce Speedshift Dct.

PIU' COLORI E PERSONALIZZAZIONI

La nuova carrozzeria ha fornito l'ispirazione al Centro Stile Mercedes-AMG per concepire un nuovo colore per la carrozzeria denominato "marrone Sepang". Le tinte disponibili diventato quindi nove che si possono abbinare e tre colori per la tela della capote, nera, rossa o beige. E poi si possono scegliere i colori dei rivestimenti (in pelle) dell'abitacolo, che sono ben otto e anche bicolore. Un equipaggiamento specifico di questa nuova SLS, mutuato dalla altre Roadster Mercedes-Benz, è il sistema Airscarf, una sistema di ventilazione integrato nei poggiatesta, che riscalda il collo degli occupanti quando si viaggia a cielo aperto.

ROADSTER D'AUTUNNO

La SLS Roadster arriverà a ottobre, dopo la presentazione al Salone di Francoforte. Ma l'auto si potrà ordinare già a partire dal 1° giugno ad un prezzo di circa 200 mila euro.

Sulla pista del Red Bull Ring (la rinnovata pista di Zeltweg), KTM ha presentato la nuova e più estrema versione della sua barchetta/roadster: la KTM X-Bow R, dove "R" sta a significare, naturalmente, performance ancora più estreme di quelle che la vettura austriaca già non riesca ad assicurare con le versioni Street e Clubsport.

KTM X-BOW R

LA ROADSTER PIU' ESTREMA DI MATTIGHOFEN HA 300 CV

S3 + 35 CV

300 CV: bisogna partire da questo dato per farsi un'idea delle prestazioni della X-Bow R, un dato che va diviso per i 790 kg di peso assicurati dal telaio carbonio-alluminio progettato da Dallara e dalla pressoché totale assenza del superfluo. Il propulsore adottato è una versione evoluta dai tencici di Mattighofen del 2.0 TFSI già impiegato su Audi S3 (nella versione da 265 CV) e più tardi su Audi TT-S (272 CV), potenziato però attraverso l'adozione di una turbina di dimensioni maggiori e un nuovo sistema di iniezione firmato da Bosch che innalzano la coppia fino a 400 Nm a 3.300 giri.

GIU' IL BARICENTRO

Tutta una serie di interventi hanno permesso di raggiungere accelerazioni laterali pari a 1,5 g grazie all'abbassamento del centro di gravità da 390 a 375 mm. Il telaio ausiliario che ospita il propulsore è stato modificato in modo da abbassare quest'ultimo di 19 mm rispetto alle versioni X-Bow "standard", mentre il funzionamento delle sospensioni è stato reso più "tagliente" grazie ad una taratura di molle ed ammortizzatori meno confortevole ma più adatta all'uso in pista e una cinematica più efficiente grazie all'adozione di boccole più scorrevoli al Teflon. Il prezzo della KTM X-Bow R è stato fissato in 58.795 euro, escluse però le tasse.

L'AIRBAG SARA' ANCHE DA TETTO

Un altro cuscino d'aria calerà dall'alto per avere più protezione e sostituire quello passeggero

TRW, uno dei più gradi fornitori al mondo di componenti per la sicurezza in auto, ha presentato l'airbag da tetto, destinato a offrire maggiore protezione in caso di ribaltamento e di sostituire l'airbag frontale per il passeggero restituendo ai progettisti la libertà di disegnare la plancia con meno vincoli e con maggior spazio per i passeggeri. L'innovazione è inoltre destinata, almeno in teoria, ad offrire maggiore sicurezza per i bambini qualora vengano sistemati con il seggiolino sul sedile anteriore, condizione che al momento obbliga – in modo automatico o manuale – a disinserire l'airbag frontale per il passeggero. Resta da verificare se l'installazione dell'airbag sul tetto non possa limitare viceversa lo spazio in altezza. TRW ha lavorato all'airbag da tetto per parecchi anni e afferma di avere già in tasca un contratto di fornitura con un grosso cliente del quale non viene fatto il nome e con il quale TRW ha lavorato in modo congiunto negli ultimi due anni. Il debutto dell'airbag da tetto avverrà nel 2014 su un nuovo modello altrettanto ignoto. Ancora incerto lo stabilimento dove la multinazionale produrrà il suo ultimo ritrovato, ma la scelta ricadrà probabilmente su Germania o Polonia.

LAMBRETTA LN 125 - 151

Fedele alle linee delle gloriose Lambrette degli anni 60, questi modelli sono equipaggiati di moderni motori 4 tempi omologati Euro 3 di cilindrata 125cc e 151cc.

Le caratteristiche tecniche sono: il motore è un quattro tempi monocilindrico con misure di alesaggio e corsa di 52,4 x 57,8 mm per il 125 cc e 57,4x 58,2 mm per il 151 cc. Il raffreddamento è ad aria forzata e la potenza dichiarata è di 6,5 kW per il 125 e 7,7 kW per il 151 cc. La gamma colori rispetta ovviamente il carattere vintage della realizzazione con abbinamenti bicolore Bianco-Azzurro, Bianco-Rosso, Bianco-Giallo, Bianco-Salmone, Crema-Verde, mentre è in via di definizione la realizzazione di versioni monocolore.

I prezzi al pubblico stabiliti sono allineati alla fascia alta del mercato e saranno i seguenti: LN 125 monocolore: 3.649 euro f.c., LN 125 bicolore: 3.799 euro f.c., LN 151 monocolore: 3.699 euro f.c., LN 151 bicolore: 3849 euro f.c.

JHONNY
PIZZA & SFIZI

PIZZERIA - ROSTICCERIA - PIATTI PRONTI
CONSEGNE A DOMICILIO

APERTI
A PRANZO
E A CENA

L'Arte della Pizza

A SORRENTO GUSTA LE PIZZE
PLURIPREMIATE
COTTE NEL FORNO A LEGNA
DEL CAMPIONE EUROPEO

CORSO ITALIA, 255 - SORRENTO - TEL. 081 878 5773
WWW.JHONNYPIZZA.IT

Cinema i film del mese di GIUGNO

X-Men: l'inizio

Film d'avventura di Matthew Vaughn del 2011, con James McAvoy, Michael Fassbender, January Jones, Nicholas Hoult. Prodotto in USA. Durata: 132 minuti. Distribuito in Italia da 20th Century Fox a partire dal 08.06.2011.

Trama. Prima che il mondo conoscesse l'esistenza dei mutanti e che Charles Xavier ed Erik Lensherr prendessero i nomi di Professor X e Magneto, vediamo due giovani ragazzi scoprire i loro poteri per la prima volta. I due, che diventeranno nemici giurati, erano amici che lavoravano insieme con altri mutanti per fermare l'Armageddon. Ma durante la collaborazione tra di loro nacque un contrasto, che scatenò l'eterna guerra tra la Confraternita di Magneto e gli X-Men del Professor X.

Punto d'impatto

Thriller della durata di 101 min. diretto da Matthew Chapman e interpretato da Terrence Howard, Charlie Hunnam, Liv Tyler, Patrick Wilson.Prodotto nel 2011 in USA e distribuito in Italia da Eagle Pictures il 10 giugno 2011.

Trama: Gavin, un giovane professore universitario, è in piedi sul cornicione di un palazzo, chiaramente intenzionato a saltare e togliersi la vita. Quando Hollis, un detective della polizia, viene inviato sul posto per parlare con lui e dissuaderlo, scopre che Gavin "deve" saltare prima che arrivi mezzogiorno. Anche Hollis però ha da poco subito un grosso trauma, e presto i due uomini vedranno i loro ruoli invertiti.

See You in September

Film romantico di Tamara Tunie del 2010, con Estella Warren, Justin Kirk, Liza Lapira, David Eigenberg, Sandra Bernhard, Maulik Pancholy, Michael Rispoli, James McDaniel, Christopher Sieber, Michael Hyatt. Prodotto in USA. Durata: 90 minuti. Distribuito in Italia da Wave Distribution a partire dal 01.07.2011.

Trama. Lindsay è una bellissima donna a cui sembra non mancare nulla, ma nel profondo ha paura di impegnarsi. Quando scopre che la sua terapista andrà in vacanza durante tutto il periodo di Agosto, la cosa la sconvolgerà e la farà sentire abbandonata. Invece di arrendersi, Lindsday occorre all'aiuto della sua immatura migliore amica per trovare una soluzione. Con il supporto di Craiglist metterà su una sessione di terapia di gruppo a cui possono partecipare tutte le persone di Manhattan che ne hanno bisogno, in special modo quelle arrabbiate per l'abbandono del proprio terapista.

I guardiani del destino

Thriller di George Nolfi del 2011, con Matt Damon, Emily Blunt, Shohreh Aghdashloo, John Slattery, Terence Stamp, Anthony Mackie, Michael Kelly, Anthony Ruivivar, Brian Haley, Lauren Hodges. Prodotto in USA. Durata: 105 minuti. Distribuito in Italia da Universal Pictures a partire dal 17.06.2011.

Trama. David Norris, carismatico uomo politico che sembra destinato a una carriera governativa, incontra l'affascinante ballerina Elise Sellas, ma presto si accorge che una serie di strani eventi si stanno verificando intorno a lui e che misteriose forze sono al lavoro per tenerlo separato dalla donna. Norris incarica così i suoi avvocati di scoprirne la ragione.

INTER SERVICE

Primaria Agenzia Funebre di Alfonso Ronca (l'amalfitano)

...in un momento difficile sarà tutto più facile...

- ***Professionalità, Discrezione e Cortesia h/24***
- ***Totale disbrigo di tutte le pratiche inerenti il funerale e la cremazione***
- ***Auto funebri e personale necroforo***
- ***Fornitura di cofani, urne cinerarie, corone e addobbi floreali***
- ***Vestizione, cremazione, tumulazione, camera ardente***
- ***Servizi personalizzati per ogni esigenza***
- ***Trasporti funebri nazionali ed internazionali***
- ***Tariffe comunali***

INTER SERVICE SRL

Tel. diurno : 081-807.27.40
notturno : 081-877.33.42
Cellulare h/24 : 335.537.19.19
Fax : 081-807.27.40

Sorrento (Na): via San Renato, 15
Sant'Agnello (Na): corso Italia, 125
Piano di Sorrento (Na): via Bagnulo, 18
Salerno : Bellizzi - via Roma, 310

AUTOLINEE TORQUATO TASSO
noleggio
Autobus Minibus Auto

Pietralcina

Santuario del SS Salvatore
Monte Terminio (AV)

Medjugorie

San Giovanni Rotondo

San Gerardo Materdomini

contattaci per organizzare i tuoi viaggi verso mete religiose o turistiche...
...a bordo dei nostri veicoli troverai qualità, cortesia e professionalità.

AUTOLINEE TORQUATO TASSO
Via San Renato 15 - 80067 Sorrento (NA) • Tel.: 081 8771477 • Fax : 081 8072440 • E-mail : info@cooptasso.com

Cars 2

Film d'animazione di Brad Lewis, John Lasseter del 2011, Prodotto in USA. Distribuito in Italia da Walt Disney Studios Motion Pictures Italia a partire dal 22.06.2011.

Trama. Carl Attrezzi ottiene il passaporto e si imbarca in un viaggio in giro per il mondo insieme a Saetta McQueen.

The Conspirator

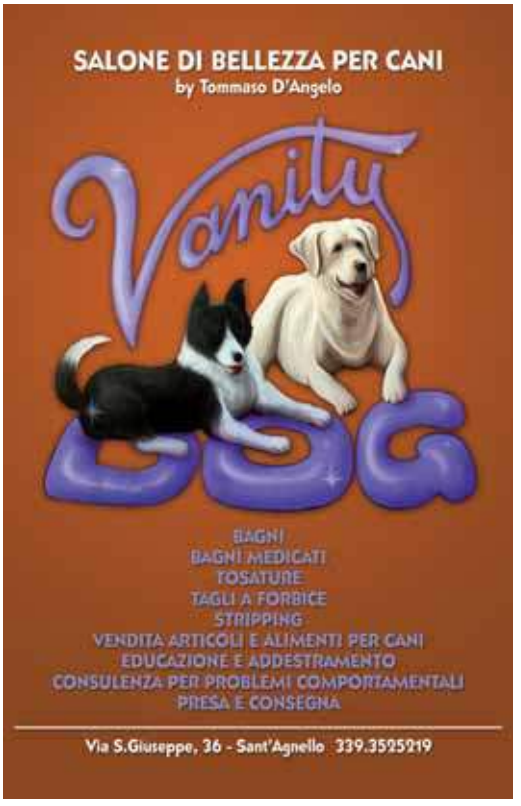
Film drammatico di Robert Redford del 2010, con Robin Wright, James McAvoy, Evan Rachel Wood, Alexis Bledel, Justin Long, Tom Wilkinson, Norman Reedus, Kevin Kline, Toby Kebbell, Danny Huston. Prodotto in USA. Durata: 123 minuti. Distribuito in Italia da 01 Distribution a partire dal 22.06.2011.

Trama. Mary Surratt è una simpatizzante confederata che viene accusata di far parte del gruppo di cospiratori che hanno organizzato l'assassinio del Presidente Lincoln. Nonostante la donna si professi innocente nessuno è disposto a crederle, nemmeno il giovane Aiken, eroe di guerra che la difende nel processo. Col passare del tempo, però, l'uomo rivedrà le sue posizioni.

Un anno da ricordare

Film drammatico di Randall Wallace del 2010, con Diane Lane, John Malkovich, Scott Glenn, James Cromwell, Dylan Walsh, Fred Dalton Thompson, Kevin Connolly, Carissa Capobianco, Amanda Michalka, Nelsan Ellis. Prodotto in USA. Durata: 116 minuti. Distribuito in Italia da Walt Disney Studios Motion Pictures Italia a partire dal 24.06.2011.

Trama. Storia del popolare Secretariat, uno dei cavalli più celebri del circuito delle gare negli anni '70, e della sua proprietaria Chenery, madre di famiglia e casalinga comparsa dal nulla sulla scena americana e candidatasi a diventare la first lady delle corse dopo aver ereditato la fattoria paterna in Virginia.



Mentre fa la sua solita passeggiata mattutina, Tommy si imbatte in un cane che si è perso, consultando la medaglietta del collare Tommy riesce a risalire alla padrona.

La Padrona, contenta, ringrazia Tommy, gli spiega che il suo cane è l'amico più prezioso che ha e gli regala tanti oggetti d'oro. Tommy decide di convertirli in contanti portandoli ad Orocash.

Con la cifra ricavata Tommy decide di premiare la sua buona azione con una gita ai tropici.

Ogni riferimento a fatti persone o cose realmente esistenti è puramente casuale - Illustrazioni: Massimo Somma

COMPRO E VENDO ORO USATO
Corso Italia, 132 - Meta
Viale Nizza, 29 - Sorrento
dalle 10.00/13.00 - 16.30/20.30 - lunedì mattina chiuso

Il mercatino ORO CA$H dell'oro usato
rete in franchising

L'ARTE DEI LETTORI

Le meraviglie della Natura

In questa stupenda foto inviataci dalla Dottoressa Filomena Furno, possiamo ammirare la bellezza di alcuni momenti che la natura ci regala.

E' la rubrica di Leggimi Gratis dedicata a quanti vogliono mostrare le loro doti artistiche.Per partecipare basta inviare
RACCONTI, FOTO,POESIE o DISEGNI
ai seguenti indirizzi: artisti@leggimigratis.it Fax. 081.193.9209

Se invece vuoi pubblicare la tua foto, ecco come fare: fatti una fotografia in posa con il LEGGIMI GRATIS!!!
Invia la tua foto via mail all'indirizzo:
foto@leggimigratis.it
Non dimenticare di indicare il tuo nome 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.**

IL BOX

"Il Box" è la rubrica di LeggimiGratis dedicata a quanti vogliono conoscere nuove persone, instaurare nuove amicizie, formare una comitiva, e, perché no, trovare l'anima gemella. Qui troveranno spazio i vostri messaggi.
COMPILATE LA SCHEDA ALLEGATA, SEGUENDO LE INDICAZIONI E PORTATELA IN REDAZIONE.

NICK
ANTONIO

ANNI
58

SESSO
M

LA MIA DESCRIZIONE
BELLA PRESENZA, SIMPATICO E SOLARE

COME CONTATTARMI
3389473593

HOBBY E INTERESSI
AMO LA NATURA E GLI ANIMALI, MI PIACE IL BALLO

IL MIO BOX
CERCO DONNA DI BELLA PRESENZA PER RELAZIONE SERIA E DURATURA

Nick:_____
Sesso _____ Anni: _____
Come contattarmi:_____
La mia descrizione: _____
_____
Hobby e interessi:_____
_____
Il mio box: _____
Dati necessari alla redazione che non verranno pubblicati:
Nome e cognome* _____
Indirizzo*:_____
Città_____
Recapititelefonici*:_____
E-mail*_____

DICHIARO DI AVERE PIÙ DI 18 ANNI.
Acconsento all'invio e uso dei miei dati personali in base alla legge 196/2003

firma_____

*Campi obbligatori - Gentile inserzionista, prima di confermare il tuo annuncio ti chiediamo di verificare attentamente tutti i dati inseriti. Ti ricordiamo che fornire dati ed indirizzi falsi è REATO. Gli annunci devono essere preventivamente verificati. Pertanto, potreste ricevere richieste da parte della redazione per la verifica del vostro annuncio, quelli recanti indirizzi falsi verranno CESTINATI automaticamente. I dati anagrafici NON verranno pubblicati ma conservati per uso archivio. ANNUNCI INVIATI VIA SMS, TELEFONO O TRAMITE QUALSIASI ALTRO MEZZO DIVERSO DAL COUPON NON VERRANNO PUBBLICATI.

RistHotelBar

VENDITA ED ASSISTENZA
ATTREZZATURE ALBERGHIERE E GRANDI IMPIANTI
HOTELLERIE - PRODUZIONE BARCHE REFRIGERATE
ARREDAMENTO NEGOZI

BANCO SALUMERIA AGORÀ

Da mt 2, con motore incorporato

€ 3.590,00 + Iva

BARCA REFRIGERATA-NEUTRA

Per l'esposizione di pesce e frutti di mare
Personalizzabile con il nome del locale sulla falca
In 3 versioni da 160/200/260 cm

GRANITORE AD UNA CAMPANA

Capacità: 6 lt
Comprensiva di 80 buste di preparato
per crema di caffè da 900 gr

€ 990,00 + Iva

GRATTUGIA ALIMENTARE

Potenza: 220 V
Per grattugiare formaggi duri, pane,mandorle, cioccolata
Compatta ed affidabile, molto facile da pulire e da usare.

€ 250,00 + Iva

PIASTRA AD INDUZIONE

Alim. 220V - Potenza 2500W
Temperatura fino a 180°C

€ 553,00 + Iva

ART DECOR SORRENTO S.a.S. - Via Degli Aranci, 108 /110 - 80067- Sorrento (NA)
Tel/ fax 081/ 877.14.84 - www.artdecorsorrento.com - info@artdecorsorrento.com

balloon express shop

C.so Italia, 182 - 80065 - S.Agnello - Na . Tel./Fax 081 807 46 21

L'abito giusto al momento giusto...

Corso Italia 16/18 - Meta - Tel. 081 532 2290

T-studio Therapy NORTHLAND POIS

KONTATTO àmati CHERIMAX Over ALBERTOCACCIARI ChiarodiLuna Rossella Cannone

CAPRI WATCH®

CAPRI WATCH
GARANZIA ANNI 5 YEARS GUARANTEE
CW
CAPRI WATCH
foto © ALESSANDRO CATTAGNO - www.alessandrocattagno.com - grafica © CAPRI GRAPHIC
CAPRI
SORRENTO
ISCHIA
NAPOLI
LONDON
NEW YORK
BAHRAIN
WWW.CAPRICAPRI.COM