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

Mensile - Anno 8 - N° 7 - **Luglio 2011**

LEGGIMIGRATIS

IV edizione

Fantacalcio 2011-2012

Bar Paradise Sorrento

1° Honda Sh 300

2° Honda Sh 150

3° Honda Pcx 125

... e tante altre grandi sorprese vi aspettano !

CAFFE' IZZO

PUNTO MOTO
HONDA SORRENTO OFFICIAL DEALER
VIA DEGLI ARANCI - SORRENTO
TEL. 081.878.32.84

European Organization
PREMIAZIONI SPORTIVE
TEL. 081.808.89.52

Termine iscrizioni 23 Agosto

INFO: 081/807.11.84 - barparadise@live.it

Allianz Lloyd Adriatico

Conto Vedo Sunshin€

Il sole splende sul conto corrente

Conto Vedo Sunshine, il conto zero spese che ti garantisce il **4% fino al 31/12/2011**.
E' il modo più facile e conveniente per entrare nel mondo Allianz Bank Financial Advisors.

Per chi

i nuovi clienti non titolari di un conto corrente Allianz Bank nei sei mesi precedenti che apriranno il conto **dal 1 luglio e fino a fine anno**.

Approfitta dell'offerta

il conto non costa nulla (zero canone) e ti offre un **rendimento del 4% fino al 31 dicembre 2011***.

Tanti vantaggi che durano

- **prelievo bancomat gratuito** presso tutti gli sportelli della UME (Unione Monetaria Europea)
- **bancomat gratuito**
- carta di credito gratuita per il primo anno
- estratto conto online e servizi telefonici gratuiti
- domiciliazione utenze e pagamerto effetti gratuiti.

Inoltre, Conto Vedo Sunshine ti dà un benvenuto veramente speciale nel mondo del risparmio con uno sconto del 50% sulle commissioni di compravendita titoli, per operazioni eseguite via internet.

Per vederci sempre chiaro

operatività bancaria online e via telefono, possibilità di aderire al servizio di alerting "Mobile Banking", un customer care dedicato e uno specialista sempre a tuo fianco.

E in più

Dal 1 gennaio 2012 i vantaggi continuano

- prelievi gratuiti
- carta di credito gratuita per il primo anno
- bonifici via internet gratuiti
- servizi telefonici e online gratuiti
- custodia e amministrazione titoli gratuiti

Inoltre, dal 1 gennaio 2012, Vedo Sunshine ti consente di accedere automaticamente, a seconda del tuo patrimonio investito con il Gruppo Allianz, a una delle condizioni previste dall'offerta del Conto Vedo il conto che ti riconosce.

4*%
rendimento
conto corrente

Per aprire Conto Vedo Sunshine, contatta il Financial Advisor a te più vicino.

**per giacenze fino a 1.500.000 euro.*
Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per le condizioni contrattuali leggere attentamente il foglio informativo disponibile presso i centri di promozione finanziaria e le filiali della Banca e sul sito www.allianzbank.it. Le condizioni del Conto Vedo Sunshine sono riservate ai rapporti aperti da persone fisiche residenti in Italia dal 1 luglio 2011 al 31 dicembre 2011. Il tasso attivo si intende lordo e gli interessi sono liquidati al netto della ritenuta fiscale in vigore. La concessione degli strumenti di pagamento è soggetta alla valutazione della banca.

Dove è possibile stipularlo?

dr. Valdemaro Giardullo promotore Allianz bank

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

MiCHaeL TeCH

sempre saldi

Tel. 081 808 65 70

OFFERTA 2011

Rotolo Termico 57 mm x 30mt F12

*0,42 € cent

Per Registratori di Cassa POS & Bilance da Banco

€ 130,00*

www.berkelincampania.c

€ 158,00*

www.berkelincampania.com

€ 300,00*

www.berkelincampania.com

*Rotoli Conf. Min 50 Pz. , Prezzi espressi al netto di iva 20%

CELENTANO AUTO

RENAULT

Via Capo, 10 - 80067 Sorrento (Na)
Tel. 081.8072592

2010

RENAULT MEGANE
1.5 - Diesel
Colore Nero

2006

SUZUKI SWIFT
1.2 Benzina
Colore Grigio Argento

VIENI A VEDERE LA NUOVA RENAULT WIND CABRIO

2009

RENAULT GRANDE MODUS
1.2 - Benzina - Colore Nero

2008

FIAT 500
1.2 - Benzina
Colore Rosso

2007

RENAULT CLIO
1.5 - Diesel
Colore Grigio scuro

NISSAN CELENTANO AUTO

2009

FIAT 500
1.3 - Multijet
Colore Blu

2010

FIAT PANDA
1.2 - Benzina
Colore Grigio scuro

2007

NISSAN MICRA
1.5 dci - Diesel
Colore Grigio

Via Capo, 10 - 80067 Sorrento (Na) - Tel. 081.8072592

VASTA DISPONIBILITA' DI USATO GARANTITO

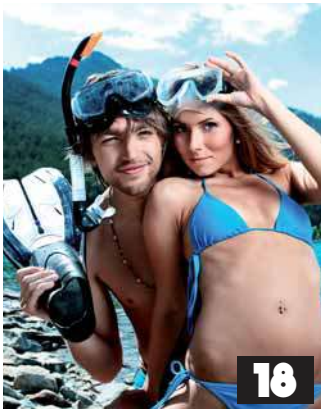
Finanziamenti a tasso agevolato personalizzati anche senza anticipo

FINANZIAMENTI COMPASS
GRUPPO BANCARIO MEDIOBANCA

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

Luglio

Anno 8 - Numero 7
2011



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

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.

QUESTO MESE...

Estate
14 Esercizi in acqua con musica
Si sente spesso dire che l'attività sportiva in acqua fa bene, ma pochi sanno che esiste una...

18 L'estate in allegria
Dimentica lo stress e approfitta delle vacanze. Sembra facile! Eppure alla fine dell'estate...

20 Perchè in vacanza ci si innamora facilmente?
L'estate è propizia ai nuovi incontri che possono anche trasformarsi in vere e proprie storie d'amore

Viaggi
22 10 consigli per il viaggio giusto
Voglia assoluta di vacanza e relax, ma indecisione totale su dove andare? Ecco qualche consiglio

24 Ho perso la valigia!
25 milioni di bagagli persi l'anno.
Ecco un vademecum per chi perde il bagaglio

26 Bimbi in viaggio
Riducete a poco a poco il bagaglio e continuate fino a quando vi sembrerà che manchi...

Tempo Libero
28 Scegliere un libro
Non esistono persone a cui non piaccia leggere, ma solo persone che non hanno mai trovato...

Ecologia
32 Semplici iniziative per tutti
Risparmio energetico, acquisti intelligenti, piccoli. Ecco qualche consiglio per tutti.

Internet
34 Facebook
Facebook ha sostituito le mail per i nativi digitali e siccomi tutto ciò che accade passa da lì...

Moda
36 Il caftano passepartout
Ideale anche per le "morbide", il caftano sprigiona un fascino esotico e una...

Nutrizione
38 Occhio al colore
La variegata gamma di colori posseduta da frutta e verdura è dovuta ad un diverso...

Astronomia
40 Il cielo di luglio
Il mese appena passato e' stato dominato dal bellissimo fenomeno della Luna Rossa...

Mamme al centro
44 Teniamoci per mano
Le associazioni Mamme al centro e Telethon viaggiano insieme.

Eventi
58 Il gusto del pane
Il Gusto del Pane nasce dall'idea di riscoprire e condividere i semplici sapori della tradizione

Motori
100 Bmw X1 sdrive20D
La diffusione delle versioni EfficientDynamics all'interno della gamma BMW prosegue...

IN OGNI NUMERO

8 Sai perchè?
12 News dal Mondo
47 SMS dai lettori
60 Annunci immobiliari
64 Bacheca annunci
76 La ricetta
78 Svago
90 Kids Corner
96 Il test
104 Nei cinema a luglio
106 Orari e numeri utili

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 - 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

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

SAI PERCHÉ?

È vero che anche le piante di notte dormono?

Le piante non dormono di notte perché non hanno un cervello, però si riposano. L'attività delle piante dipende dalla luce del sole e dalle condizioni climatiche. Durante il giorno sfruttano l'energia solare per compiere la fotosintesi clorofilliana. La clorofilla, che si trova nelle foglie, e dà loro il colore verde, cattura la luce del sole e la trasforma in energia per scindere in idrogeno e ossigeno l'acqua che la pianta assorbe dal terreno. Contemporaneamente le foglie assorbono dall'aria anidride carbonica. L'ossigeno dell'acqua viene liberato nell'aria, mentre l'idrogeno serve per trasformare in zuccheri il carbonio dell'anidride carbonica. In questo modo le piante si nutrono e possono produrre foglie, legno, fiori, frutti e semi, allungare le radici e preparare le riserve di cibo. **Quando il sole tramonta, le energie della pianta e la capacità di svolgere lavoro diminuiscono. Al buio, la fotosintesi clorofilliana non può più avvenire e quindi il processo si interrompe.** Esistono anche piante, come le robinie, che abbassano le foglie, altre chiudono i fiori: tutte, però, rallentano l'attività fino al nuovo giorno. A riposo vanno anche le piante di regioni desertiche, quando la temperatura diventa troppo elevata, o di aree montane, quando l'acqua ghiaccia anche nel suolo.

Perché sotto gli occhi si formano le borse?

Le borse sotto gli occhi sono determinate dopo i 45-50 anni da due possibili modificazioni delle palpebre inferiori: la diminuzione del "tono" dei muscoli delle palpebre oppure il deposito al loro interno di cellule di grasso. Nel primo caso la pelle, non più sostenuta adeguatamente, "casca"; nel secondo viene "gonfiata" dal deposito adiposo. Nell'uno e nell'altro caso l'unico rimedio è la blefaroplastica, l'intervento sulle palpebre che costituisce spesso la prima richiesta di chirurgia estetica da parte delle donne di una certa età.

Perché la luce attira gli insetti?

Non si sa perché alcuni insetti siano così attratti dalla luce da concludere la propria esistenza bruciati da candele o lampade alogene. Si sa però che il fenomeno riguarda soltanto gli insetti che vivono di notte, perché quelli diurni sono abituati a vivere con la luce del sole, che rende meno evidenti tutte le altre sorgenti luminose. Gli entomologi, cioè gli studiosi degli insetti, non hanno ancora trovato nessuna spiegazione attendibile per questo comportamento che, tra l'altro, è semplice solo in apparenza. **Hanno scoperto, per esempio, che gli insetti sono particolarmente attratti dalla luce ultravioletta**, ma anche questa osservazione, sfruttata dai costruttori delle lampade che si usano d'estate per eliminare gli insetti, rimane senza spiegazione. Un caso diverso di "attrazione" è quello della luce prodotta da alcuni particolari insetti, come le lucciole, che si illuminano per attirare l'attenzione del partner durante la stagione della riproduzione.

CARTOLIBRERIA

AVERSA

Sant'Agnello
C.so Italia 76/80
Tel.081.8071508

SPECIALE SCUOLA

TUTTE LE NOVITA' 2011

Zaini - astucci - diari - quaderni

BEN 10

Hello Kitty

Winx

Cars

DIMENSIONE danza

Ferrari

flor

7 NANI Disney

ALICE nel Paese delle Meraviglie

Pokemon

LONSDALE LONDON

COMIX

EASTPAK

SMEMORANDA

Seven

invicta SINCE 1906

JUVENTUS

ACM 1899

... e tanti altri!

PERCHÉ SI DICE ''PARLARE A VANVERA"?

L'espressione compare per la prima volta nel 1565 in un testo dello storico fiorentino Benedetto Varchi e significa dire cose senza senso o senza fondamento. Sulla sua provenienza si sono fatte molte ipotesi. Alcuni studiosi, ad esempio, fanno notare che la radice di vanvera assomigli a quella di vano. Altri ritengono che la parola derivi dal "gioco della bambàra", una locuzione, forse di origine spagnola, con la quale s'intendeva una perdita di tempo.

Origini contrastanti. E se a rinforzare questa tesi c'è il fatto che in certe zone della Toscana si dica proprio "parlare a bambera", alcune contraddizioni cronologiche e altri piccoli indizi sembrerebbero smentirla seccamente. Per questa ragione, oggi gli etimologisti sono più propensi a credere che vanvera sia una variante di fanfera, una parola di origine onomatopeica che vuol dire "cosa da nulla": fanf-fanf, infatti, riproduce il suono di chi parla farfugliando e, appunto, senza dire niente di sensato.

Chi ha inventato l'air bag?

Il primo air bag fu brevettato nel 1953 dallo statunitense John W. Hetrick, tecnico industriale in pensione, che lo inventò dopo un incidente occorso a lui e alla sua famiglia.

Ma perché l'air bag entrasse a far parte degli accessori di un'auto fu necessario attendere il 1973. La prima vettura su cui venne montato, negli Usa, fu la Oldsmobile Toronado.

Dubbi inziali. Dapprima l'accoglienza del mercato non fu positiva e ci furono molte controversie sull'effettiva validità del dispositivo. Non a caso, in Europa apparve solo nel 1981, come optional dei modelli più prestigiosi della Mercedes-Benz.

Oggi, a oltre mezzo secolo dalla sua invenzione, è diffusissimo anche sulle utilitarie ed è diventato un elemento indispensabile per la sicurezza dell'auto (alcune ne hanno fino a 12). E comincia a trovare applicazione anche in campo motociclistico.

Perché le balene spruzzano acqua?

In realtà è solo un'impressione: tutti i cetacei presentano sul dorso una narice o due narici che utilizzano per espirare l'aria che hanno introdotto nei polmoni durante la respirazione. Poiché si tratta di aria molto umida, il vapore acqueo talvolta condensa a contatto con l'aria e dà l'impressione di essere un getto d'acqua, anche consistente. I cetacei risalgono in superficie per inspirare ogni 5-10 minuti ma possono restare sott'acqua anche mezz'ora o più. La prima cosa che fanno emergendo è esalare l'aria attraverso la narice. L'aspetto e la forma del soffio sono utilizzati anche per riconoscere le diverse specie.

Come avviene il riciclo della carta da macero?

La carta recuperata è messa in vasche piene d'acqua, nelle quali ruota una grande lama affilata, come in un frullatore. Impregnata d'acqua e macinata dalla lama, **la carta si trasforma in una pasta composta per il 99 per cento da acqua e per l'1 per cento da fibra.** Questa massa viene trattata con una soluzione alcalina per eliminare le sostanze indesiderate (grassi, plastiche, colle). Quindi viene lavata e, se in origine la carta era stampata, si eliminano gli inchiostri con acqua calda a circa 70 centigradi e con tensioattivi emulsionanti. Le schiume, ricche dei pigmenti degli inchiostri, sono eliminate man mano che si formano. L'impasto viene infine passato attraverso rulli che comprimono le fibre e fanno uscire l'acqua. Il processo di riciclo comporta la perdita di almeno un decimo del materiale trattato. **La pasta di carta riciclata, la cui qualità è comunque inferiore a quella ricavata direttamente dal legno**, viene venduta a stabilimenti per la fabbricazione dei prodotti finali. Infatti, a seconda della carta recuperata e riciclata (giornali, cartoni, carta mista) si hanno prodotti diversi: carta da imballo e da scrittura, cartoni, cartoncini e altri tipi.

IANA

QUALITA' PREZZO E CORTESIA

ABBIGLIAMENTO BIMBI 0-14 ANNI
VASTO ASSORTIMENTO DI COLORI E FANTASIE

SONO INIZIATI FAVOLOSI

SALDI

CON SCONTI FINO AL **50%**

IANA
PERCHE' TUO FIGLIO
SIA SPECIALE NON SOLO
AI TUOI OCCHI

PIAZZA COTA, 36 - PIANO DI SORRENTO (NA)
Tel. 081 5342201

PARCHEGGIO PRIVATO RISERVATO AI CLIENTI

COMBATTERE LO SMOG SI PUÒ: A MILANO ARRIVA LA ROSA ANTI INQUINAMENTO

Una rosa salverà le nostre città dall'inquinamento. Da Milano, infatti, ci arriva questa bella notizia: ha deciso di far fronte all'inquinamento, piantando in alcuni parchi cittadini questa rosa. **Si tratta di un nuovo "modello" in grado di resistere a moltissime malattie, oltre che ostacolare la crescita dell'erba. Non ha bisogno di molte cure e riesce a sopravvivere anche in condizioni non proprio gradevoli. Ma quel che più conta è che combatte l'inquinamento.** Questo particolare tipo di rosa, che è stato chiamato Gran Milano, aiuta a mantenere l'aria pulita nella grande metropoli lombarda, assorbendo l'anidride carbonica. La rosa verrà piantata nel centro della città meneghina per poter dare un po' di tregua ai milanesi e rendere la loro aria decisamente più respirabile, per rendere il capoluogo più vivibile.

NEWS DA

IL BACIO DURANTE GLI SCONTRI DI VANCOUVER: LA FOTO CHE HA FATTO IL GIRO DEL MONDO

Mentre a Vancouver vanno in scena degli scontri piuttosto violenti tra manifestanti e forze dell'ordine, ecco che due ragazzi, due innamorati, vengono immortalati mentre sono intenti a scambiarsi un bacio. La fotografia di questa scena è diventata un cult sulla rete: in mezzo agli scontri i due ragazzi, Scott Jones, barista australiano di 29 anni, e Alex Thomas, studentessa canadese dell'Ontario University, sdraiati a terra mentre si baciano e intorno a loro c'è l'inferno. C'è chi ha parlato di fotomontaggio, ma è tutto è vero: ora i due raccontano la loro versione.

Scott e Alex sono fidanzati. E lui l'ha baciata per calmarla e tranquillizzarla: "Stavo solo cercando di calmarla lei era stata sbattuta a terra dalla polizia ed era un po' isterica".

I due si sono trovati per caso in mezzo agli scontri, causati dalla sconfitta della squadra locale di hockey su ghiaccio contro gli americani dei Boston Bruins. I tifosi hanno dato il via ad una serie di violenze davvero inaudite. Scott e Alex si trovavano al momento sbagliato nel posto sbagliato. Lei viene buttata a terra dalla polizia, mentre lui si fionda su di lei non solo per calmarla con un bacio, ma anche per proteggerla dagli agenti.

ERUZIONE VESUVIO RIVIVE IN TEATRO VIRTUALE 3D

Fiumi di lava accompagnati da una colonna di gas e ceneri e da una pioggia di lapilli incandescenti che sembrano irrompere sullo spettatore: l'eruzione del Vesuvio del 79 d.C diventa virtuale e sarà possibile viverla in un teatro a 3D che sarà realizzato presso il Museo Archeologico Virtuale di Ercolano.

L'installazione "**sarà realizzata entro la fine di quest'anno e si baserà sul racconto che fece il Plinio il Giovane dell'eruzione del Vesuvio che distrusse Pompei, Ercolano e Stabia.** Sarà il primo esempio di Teatro Virtuale realizzato in Italia, ovvero un sistema di proiezione 3D immersivo fino a 360 gradi", spiega Giovanni Caturano, amministratore delegato dell'azienda che realizzerà il progetto, la SpinVector. Nella riproduzione dell'eruzione del Vesuvio "non si vedranno immagini di morte - prosegue Caturano - ma ci concentreremo sul fenomeno naturale. Stiamo realizzando anche una piattaforma vibrante che simula i terremoti che vi furono contemporaneamente all'eruzione". Il Teatro Virtuale consiste in uno speciale schermo curvo o cilindrico sul quale le immagini arrivano da più proiettori. Per sentirsi immersi nella scena e parte dell'esperienza proiettata i visitatori, che si trovano al centro del cilindro, dovranno indossare degli occhiali 3D. Cuore della tecnologia è il 'motore 3D'.

ROSITA, PRIMA MUCCA CON LATTE 'UMANO'

In Argentina è nata la prima mucca al mondo in grado di produrre latte materno grazie ad alcuni geni umani inseriti nel proprio Dna. L'annuncio è stato dato dal National Institute of Agrobusiness Technology, secondo cui il latte 'potenziato' contiene due sostanze protettive contro le infezioni che non si trovano in quello prodotto naturalmente dall'animale. "La mucca clonata si chiama Rosita - si legge nel comunicato del laboratorio argentino - è nata il 6 aprile con un parto cesareo dovuto al fatto che alla nascita pesava 45 chilogrammi, il doppio di un bovino normale, e quando sarà adulta produrrà latte simile a quello materno umano". **Gli scienziati argentini hanno inserito nel Dna della mucca i geni che producono la lattoferrina, una proteina che rinforza il sistema immunitario, e il lisozima, un'altra sostanza antibatterica.**

AL MONDO

OSSERVARE UN BEL PAESAGGIO VI METTE TRANQUILLITÀ? ECCO LA SPIEGAZIONE SCIENTIFICA

A spiegarci cosa scatta nel nostro cervello ci ha pensato il dottor Michael Hunter, che fa parte Sheffield Cognition and Neuroimaging Laboratory dell'Academic Clinical Psychiatry dell'University del Dipartimento di Neuroscienze di Sheffield. **Esiste una spiegazione scientifica secondo la quale osservare un panorama naturale mette tranquillità, al contrario di un paesaggio metropolitano.** Nel primo caso, infatti, viene generata una connessione tra aree distanti del cervello, che lavorano in sincronia. Nel secondo caso l'attività delle diverse aree cerebrali si disconnette e il cervello non riesce ad operare in maniera sincronizzata. La ricerca si è avvalsa della collaborazione di 12 volontari, che prima hanno ammirato una spiaggia meravigliosa e poi un'autostrada decisamente trafficata. Il dottor Michael Hunter ha affermato che "le persone sperimentano la condizione di tranquillità come uno stato di calma e tendenza alla riflessione, che ha un effetto di ristoro se comparato agli effetti stressanti della condizione di continua attenzione stimolata dalla vita di tutti i giorni".

L'AEREO PIÙ VELOCE DEL MONDO ARRIVA DALLA FRANCIA, È IL MODELLO ZEHST

Eads, un colosso europeo, ha presentato in occasione del Salone aereonautico di Bourget Zehst (Zero Emission Hypersonic Transportation), un aereo che va ad energia assolutamente pulita e che vuole diventare l'aereo più veloce del mondo. Questo modello di velivolo potrebbe collegare la città di Parigi a quella di Tokyo in due ore e mezza, risparmiando 9 ore, o la capitale francese a New York in un'ora e mezza, risparmiando sei ore. Davvero una grande rivoluzione. "Non è un semplice progetto, ci lavoriamo da 5 anni in collaborazione con i giapponesi. Lo presentiamo finalmente a Parigi perché siamo sicuri della sua realizzabilità tecnica e soprattutto economica", queste le parole di Jean Botti, dirigente di Eads. **L'aereo più veloce del mondo è anche pulito. Il decollo avviene grazie a dei turboreattori alimentati con biocarburanti ricavati dalle alghe.** L'ascensione fino a 32 chilometri sopra il livello del mare sarà possibile grazie a tre razzi a idrogeno e ossigeno. Un viaggio a bordo di questo mezzo può arrivare a costare almeno 8mila euro per volare da Parigi e New York. Zehst non volerà prima del 2050.

L'ITALIA È PRIMA IN UNA CLASSIFICA EUROPEA: QUELLA DELLE FRODI NEI CONFRONTI DELL'UE

L'Italia è finalmente prima in una classifica stilata nell'Unione Europea. L'Olaf, l'organismo della Commissione Europea che ha come obiettivo quello di riscontrare le irregolarità nell'uso dei fondi messi a disposizione dall'Unione Europea, ha stilato la classifica dei paesi che frodano maggiormente l'UE. E le aziende italiane sono le più brave in questo. **Secondo i dati resi noti dall'Olaf, pare che le nostre aziende abbiano frodato moltissimo l'Unione Europea: prima chiediamo i fondi per aprire nuove aziende, per effettuare corsi di formazione e poi non realizziamo nulla di tutto ciò.** Ma, ovviamente, intaschiamo i soldi. E secondo quanto affermato dall'organismo, pare che il danno arrecato sia di cinque miliardi di euro. Nel 2009 le frodi accertate sono state 1131, pari a 328 milioni di euro di danno. E il fenomeno, ovviamente, è in crescita. In tutta Europa l'ammontare delle truffe accertate è pari a 320,1 milioni di euro, sui 28 miliardi di euro erogati come fondi per aiutare il lavoro e la formazione. Un fenomeno che, dunque, non riguarda solo l'Italia, che però ha vinto, tristemente, la maglia nera.

Estate

ESERCIZI IN ACQUA A RITMO DI MUSICA

Si sente spesso dire che l'attività sportiva in acqua fa bene, ma pochi sanno che esiste una varietà incredibile: non solo nuotare avanti e indietro, ma anche divertirsi a suon di musica con esercizi semplici che permettono di mantenere la forma fisica.

CORSA SUL POSTO O IN MOVIMENTO

Si parte con una corsa a movimenti lenti fino a raggiungere la massima intensità con la corsa a ginocchia alte e a ritmo intenso. Questo esercizio è sempre accompagnato dalle braccia che si muovono sui diversi piani (frontale o sagittale), seguendo il ritmo degli arti inferiori.

ELEVAZIONE DEGLI ARTI INFERIORI

A ogni elevazione della gamba in un senso corrisponde una spinta opposta con le braccia per poter mantenere l'equilibrio in acqua.Alzare la gamba spostando l'acqua verso l'alto con un solo colpo secco, fino a far uscire l'acqua con la punta del piede. Riportare la gamba allo stato iniziale mantenendola diritta e senza piegare il ginocchio.

SFORBICIATE SUL POSTO O IN AVANZAMENTO

Con appoggio dei piedi sul fondo o in sospensione si effettuano movimenti simultanei lungo il piano sagittale di tutti gli arti. Schiena dritta: sono le gambe che si muovono, non il busto. Il peso del corpo ricade sulla gamba più avanti.

Sia le braccia che le gambe risultano essere ben distese per muovere più acqua possibile e quindi dar maggiore resistenza al corpo.

ASCENSORE

Gambe divaricate con la stessa ampiezza delle spalle e ben piantate sul fondo. Scendere con il sedere mantenendo la schiena dritta: sono i glutei che lavorano non gli addominali. Continuare lo stesso movimento salendo e scendendo. Le braccia accompagnano il movimento e aiutano a mantenersi in equilibrio spingendo dietro l'acqua con l'avambraccio.

PEDALATA IN SOSPENSIONE

E' consigliabile il sussidio di un tubo galleggiante messo dietro la schiena come sostegno. Rimanere in sospensione, spostare il peso del corpo sulle spalle e pedalare con le gambe protese in avanti.

APERTURE E CHIUSURE DEGLI ARTI SUPERIORI

Appoggio a terra con le gambe divaricate all'ampiezza delle spalle. Arti superiori aperti appena sotto la superficie dell'acqua: aprire e chiudere simultaneamente le braccia tese mantenendo i palmi delle mani rivolti verso l'interno.

SALTI IN RACCOLTA IN APPOGGIO O IN SOSPENSIONE

Saltare portando le ginocchia al petto e chiudere le braccia sotto i glutei. Per ottimizzare il lavoro bisogna contrarre gli addominali e chiudere le spalle in avanti, fino a trovarsi a "uovo" sospesi in acqua. Espirare nella fase di chiusura e ritornare nella posizione iniziale.

PUNTO ARTE

FERRO BATTUTO

PRODUZIONE - VENDITA

Tel 0818083491

Punto Arte snc
di Cocurullo Giuseppe & Francesco

Lavori e progettazione propria
o su richiesta
Ferro Battuto Forgiato
Tavoli - Sedie - Gazebi
Barbeque - Lanterne - Letti
Lampadari - Piantane
Applique - Copritermosifoni
Scale - Ringhiere - Cancelli

Via Meta/Amalfi, 4 - Piano di S. (Na)
cocoferro@yahoo.it

ARREDAMENTI

di Claudio & Luigi Gargiulo

Parete attrezzata moderna

Divani letto a partire da **€ 600**

(completamente sfoderabili, rete elettrosaldata, materasso ortopedico)

Letti con contenitore a partire da **€ 600**

... comodi e capienti...

AMPIA ESPOSIZIONE: Via del Mare 15/19 - Sorrento

... vestiamo la tua casa... dallo stile classico... al moderno!

Camera da letto completa moderna

€ 1.069

Bhe... comunque la guardi è la number one!

Divani ...

... a prezzi vantaggiosissimi!

€ 500

Poltrona motorizzata e completa di vibromassaggio

Pouf letto con rete elettrosaldata e materasso ortopedico

... arredo bagno

..estetica e praticità!

Reti e materassi di ogni tipo anche fuori misura

Ritiriamo gratis il vecchio materasso

Tel/fax 081 807 17 64 - cell. 3382065411
www.lgarredamenti.it - info@lgarredamenti.it

TANTI CONSIGLI PER VIVERE L'ESTATE IN ALLEGRIA

È estate! Dimentica lo stress e approfitta delle vacanze. Sembra facile! Eppure alla fine dell'estate, alla fatidica domanda "come sono andate le vacanze?", non viene sempre spontaneo rispondere "bene". Allora per tornare riposata e serena dalle vacanze dimentica gli obblighi e ricaricati. Dipende tutto da te. Buone vacanze!

ACCETTA IL TUO CORPO

Ogni anno è la stessa storia: vorresti un fisico da modella e ti ritrovi con tutti i tuoi complessi. Ma non è il momento di iniziare una dieta drastica e rovinarti l'estate.

METTITI IN VALORE

Comprati un costume da bagno che ti stia bene. Creati un look tutto tuo con accessori tendenza: occhiali, bracciali, cappello... Non pensare alla gente Non pensare a come ti guardano gli altri. Anche se ti fissano per 30 secondi poi si dimenticano subito di te. L'estate non è un concorso di bellezza. Smettila di pensare che la vita sia un provino per modelle e dimentica i tuoi complessi. Spogliati e buttati in acqua!

MOMENTI DI PIACERE

In vacanza non si seguono le mode, ma ci si regala dei momenti di piacere assecondando i propri desideri più profondi. **Ti piacciono i pic-nic sulla spiaggia con borsa termica e lasagne fatte in casa? Organizzane uno con i tuoi amici o la famiglia, anche se**

c'è chi dice che non va più di moda!
Scalpiti all'idea di divorare dei romanzi d'amore sotto il sole? Che male c'è? Chi dice che si debbano leggere sempre e solo libri seri? In ogni caso, prima di proibirti di fare qualcosa chiediti il perché. La risposta "chissà che cosa dice la gente!" non è una buona ragione.
Non dimenticare che solo essendo te stessa ti rilasserai veramente.

STOP AI LAVORI DI CASA!

Anche se sei maniaca dell'ordine, non diventare schiava dei lavori di casa. **Lascia che se ne occupino anche il tuo ragazzo, tuo marito o i tuoi figli.** Attribuisci ad ognuno di loro dei compiti, e se le cose non vengono fatte immediatamente o come avresti voluto tu, non farne un dramma! E' estate, e potete prendervela comoda!

SMETTILA DI PENSARE CHE LA VITA SIA UN PROVINO PER MODELLE E DIMENTICA I TUOI COMPLESSI. SPOGLIATI E BUTTATI IN ACQUA!

SEMPLIFICATI LA VITA

Per quelle a cui piace cucinare la preparazione dei pasti può diventare un momento da condividere in famiglia. E se non ti piace cucinare non fa niente! Non per questo non sei una brava compagna o una brava madre...

NIENTE FRETTA

Cambiare ritmo non significa solo andare a dormire più tardi. Si tratta piuttosto di avere meno fretta, di concedersi più tempo per fare le cose. **Fai colazione e pranza più tardi, fai la siesta al pomeriggio.** Torni a casa alle 9 invece che alle 8? La cena può aspettare! Durante le vacanze non si guarda l'orologio!

ARIA E SOLE

Quando si è in vacanza la prima cosa da fare è approfittare del sole, possibilmente. Non per abbronzarsi, ma per beneficiare degli effetti della luce sul cervello. Esponendoti al sole regolarmente il tasso di melatonina, l'ormone del sonno, si abbasserà, e ritroverai energia. Lasciati accarezzare dal sole... e vedrai che ritroverai la carica!
Cammina a piedi nudi in giardino: il contatto con la terra ti trasmetterà benessere.
Fai lunghe passeggiate a piedi, respira l'aria carica di odori dopo un temporale, o al tramonto, guarda le foglie degli alberi che si muovono. Tutte queste piccole scoperte ti permetteranno di non pensare più alle piccole preoccupazioni quotidiane.

MOVIMENTO

In vacanza gli sportivi si dedicano alla loro attività preferita. E tu? Anche se lo sport non è il tuo forte, puoi comunque approfittarne per muoverti di più.
Muoversi permette di dormire meglio e di sentirsi più tonici e pieni di energia. In forma insomma!

PERCHÉ IN VACANZA CI S'INNAMORA FACILMENTE?

L'estate è propizia ai nuovi incontri che possono anche trasformarsi in vere e proprie storie d'amore. L'abbronzatura, la pelle nuda, l'aria di libertà e di leggerezza... sono gli ingredienti del flirt perfetto. Perché in vacanza è più facile trovare l'amore? E cosa accade poi?

LE CONDIZIONI IDEALI

Le vacanze sono arrivate: basta con lo stress e le preoccupazioni, bisogna rilassarsi! E relax vuol dire tranquillità e benessere. Libera dalle preoccupazioni della routine, ti senti come se avessi le ali e questo ti fa persino sentire più bella!
Puoi fare ciò che vuoi del tuo tempo, ti senti libera anche nei pensieri e riesci a lasciarti andare agli imprevisti. Il tempo libero che hai in vacanza favorisce, quindi, un'apertura verso le novità e il piacere.

DATTI IL TEMPO DI AMARE

L'amore e la seduzione non amano i limiti che la routine quotidiana impone. Hanno bisogno di spazio per crescere. Sedurre l'altro, lasciarsi desiderare, imparare a conoscersi: schermaglie amorose che richiedono tempo... e in vacanza di certo il tempo non manca!
L'attività preferita dell'estate? Restare per ore sul lettino al mare a pensare al bel biondo incontrato il giorno prima, passare ore a prepararsi per potergli piacere, parlare per ore con lui in spiaggia e, poi, fantasticare fino al giorno dopo. Ma il tempo non è l'unico a far nascere la passione: anche il clima e i luoghi da sogno favoriscono gli incontri romantici e i sentimenti passionali.

IL RISVEGLIO DEI SENSI

L'estate ti permette di scoprire il tuo corpo. In che altra occasione puoi permetterti di andare in giro indossando solo un costume e un pareo? Tutto questo risveglia il desiderio e i sentimenti. Gli ormoni sono all'erta e basta poco, una siesta pomeridiana all'ombra, un bacio in acqua, una carezza sulla spalla, per risvegliare i tuoi sensi.

UN RICOSTITUENTE PER L'EGO

Gli amori vacanzieri, in genere, non resistono quasi mai al ritorno alla realtà. Con il ritorno in città, la parentesi d'incanto si chiude e il tran tran quotidiano riprende: la tua pelle non è più dorata dal sole, ritorna lo stress, il tempo inizia a mancare... tuttavia, la dura realtà non toglie niente allo charme del flirt estivo che hai vissuto.
Al ritorno ti senti rinvigorita, hai più fiducia in te stessa e nelle tue capacità di seduzione; ti senti pronta a riprendere il lavoro in piena forma.

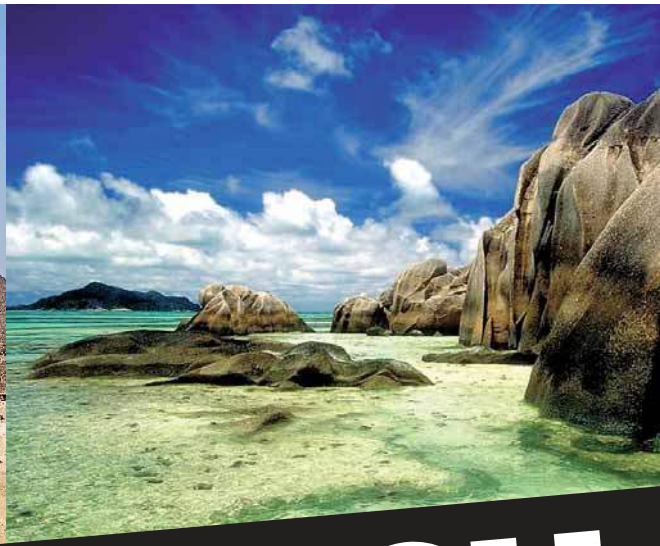
Ar Giò

Outlet Occhiali da Sole

SUNGLASSES OUTLET

ARMADA nueva
ROSSODISERA
Timberland
Ray-Ban
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



10 CONSIGLI

Per quanto riguarda l'aspetto della destinazione, è da tenere in considerazione la regola che più lontana è, più costa. Sulle destinazioni molto turistiche (come il Mar Rosso o Cuba), la forte concorrenza degli operatori turistici fa abbassare i prezzi. Scegliete quindi mete commerciali come: Europa, Mediterraneo (Mar Rosso, Tunisia, Turchia, Baleari e Canarie) e Caraibi (Repubblica Dominicana, Cuba, Messico e Giamaica), se volete risparmiare di più. Nell'Oceano Indiano potete optare per un soggiorno a Mauritius. Ancora con pochi collegamenti aerei e comunque con poche ed esclusive strutture invece troviamo le Seychelles e la Polinesia.

Per quanto riguarda il luogo del soggiorno, ci sono destinazioni capaci di unire la vita da spiaggia alla cultura o alla natura. Se siete tipi attivi, che non riescono a prendere il sole sulle spiagge bianche per più di tre ore, allora scegliete quelle destinazioni "versatili" o quei pacchetti misti che prevedono tour culturali abbinati ad un po' di relax e vita balneare, come ad esempio il Tour in Giordania, in Marocco, In Thailandia di due settimane dove la prima è dedicata al tour e la seconda al soggiorno in qualche località sul mare.

Per quanto riguarda l'animazione, non piace a tutti è vero, ma tutto dipende dalla destinazione che si raggiunge e dal periodo nel quale si parte. Ci sono mete nel mondo famose per la loro animazione, come Ibiza, Santo Domingo, Messico e Cuba. Visitandole in periodo di bassa si potrà evitare il coin-

volgimento in balli di gruppo e giochi di vario genere. Tuttavia nel comprare un pacchetto turistico leggete attentamente se si fa menzione alla presenza di animazione, di solito è indicato.

Aspetto escursioni: di solito nei pacchetti turistici non sono inclusi, a meno che non si tratti di una soluzione a sfondo storico-culturale. In caso contrario cercate di capire bene le distanze tra la vostra meta e il sito culturale che volete visitare. Un esempio, se andate a Sharm El Sheikh ricordatevi che le piramidi distano 500 chilometri e per quanto bellissime sono distanti come Milano e Roma!

Attività da svolgere in loco: nel leggere le caratteristiche di un pacchetto vacanza, ricordatevi che ogni villaggio, club e resort propone una serie di attività sportive e di animazione e di servizi (piscina, palestra, spa). Selezionate quelle strutture che offrono quello che voi preferite e soprattutto accertatevi dei servizi a pagamento e di quelli gratuiti e comunque inclusi nel prezzo del pacchetto. Aspetto importante e fondamentale quando si sceglie una vacanza è il clima, la temperatura minima e massima e l'eventuale escursione termica tra il giorno e la notte. State attenti anche nella selezione del lato giusto di un'isola non esposto alle piogge tropicali. Alcuni paesi del Mediterraneo, come il Mar Rosso e l'Egitto, in agosto sono un forno e si respira a fatica. In questo caso scegliere destinazioni più ventilate, come la Grecia o la Croazia.

LA FORTE CONCORRENZA DEGLI OPERATORI TURISTICI FA ABBASSARE I PREZZI. SCEGLIETE QUINDI METE COMMERCIALI

PER SCEGLIERE IL VIAGGIO GIUSTO

VOGLIA ASSOLUTA DI VACANZA E RELAX, MA INDECISIONE TOTALE SU DOVE ANDARE? ECCO QUALCHE OTTIMO CONSIGLIO SU COME SCEGLIERE NELLA SELVA INFINITA DI OFFERTE DI VIAGGIO E LAST MINUTE LA PROPRIA VACANZA IDEALE.

Altra caratteristica prioritaria è il prezzo. Avvicinandosi alla data di partenza, sarà più facile trovare pacchetti vacanza più economici e convenienti. Tuttavia dovrete correre il rischio di prenotare anche solo cinque giorni prima della partenza! Per stare sicuri di partire al contrario, il consiglio è di prenotare un mese prima della partenza.

LE ESCURSIONI: DI SOLITO NON SONO INCLUSI NEI PACCHETTI TURISTICI, A MENO CHE NON SI TRATTI DI UNA SOLUZIONE A SFONDO STORICO-CULTURALE

Se vi recate in destinazioni balneari, informatevi sulla presenza di spiagge e sulla distanza della spiaggia dal resort. Molte volte vi si accede non direttamente, ma tramite un servizio gratuito di navetta dall'hotel. Inoltre, informatevi sulla grandezza della spiaggia e sul fatto dell'attrezzatura (se sono presenti o meno lettini ed ombrelloni), per potervi adeguare ad ogni situazione.

Grandezza delle camere: nel scegliere la destinazione di una vacanza chiedete sempre quanto sono grandi le camere da letto e che tipo di servizi offrono. Una camera inferiore ai venti metri quadri non è vivibile. Inoltre se siete una famiglia di quattro persone chiedete sempre per una Family Room, di solito due camere da letto divise da una porta e ideali per i genitori e i due figli.

Altro aspetto da prendere in considerazione quando si viaggia è quello del passaporto. Se si decide di partire all'ultimo e non si ha il passaporto si potranno scegliere solo alcune destinazioni, dove è necessaria esclusivamente la carta di identità. I tempi per fare e per rinnovare il passaporto sono abbastanza lunghi, di solito non inferiori a un mese.

E ora non vi resta che… prenotare e partire!

Scendi dalle scalette, vai in aeroporto e ti precipiti al nastro trasportatore, aspetti stanco e speranzoso la valigia....Che non arriva. Gli altri 'compagni di viaggio' se ne vanno con il loro bagaglio. Tu sei rimasto solo. Che fare? Inutile farsi prendere dalla collera. Meglio correre all'ufficio Lost and found, quello degli oggetti smarriti. Una situazione, purtroppo, in cui incappano in molti specie nei picchi di traffico come possono essere le prossime vacanze estive. Tra le ragioni più frequenti per cui si perde il bagaglio al primo posto quando ci si trasferisce da un aereo ad un altro che incide per ben il 52% dei casi, al secondo posto il mancato carico del 'collo' nella stiva che incide (16%), un errore nel biglietto o uno scambio del bagaglio o per questioni di sicurezza. E ancora: la perdita del bagaglio per un 6% dei casi e' riconducibile alla Dogana, alla situazione meteo, alla restrizione di volume e peso; e per il 7% e' dovuto ad un errore nel carico e scarico e per il 3% per una errata gestione all'aeroporto di arrivo e un errore di etichettatura.

HO PERSO LA VALIGIA! ECCO COME RITROVARLA

25 MILIONI DI BAGAGLI PERSI L'ANNO

ECCO UN VADEMECUM PER CHI PERDE IL BAGAGLIO:

PAROLA D'ORDINE 'PAZIENZA'. La prima cosa da fare in caso di smarrimento o di danneggiamento del bagaglio (per esempio la maniglia divelta o il carrellino privo di ruote) e' quella di andare in aeroporto all'ufficio oggetti smarriti, presentare il proprio biglietto, il tagliando del bagaglio e compilare un modulo detto Pir (Property Irregularity Report).

SMARRIMENTO. Entro 21 giorni dalla consegna della denuncia, se il bagaglio non e' stato ritrovato, oppure entro 21 giorni dalla sua riconsegna, se si intende comunque chiedere un rimborso, deve essere inviata una richiesta di risarcimento alla compagnia aerea quantificando e documentando il danno, quindi allegando gli scontrini, le ricevute e tutto ciò che può attestare l'importo delle spese sostenute a causa della perdita. Nel dettaglio va allegata alla richiesta: il codice di prenotazione del volo se acquistato via Internet oppure l'originale della ricevuta in caso di biglietto cartaceo; l'originale del Pir rilasciato in aeroporto; l'originale del talloncino di identificazione del bagaglio e la prova dell'eventuale avvenuto pagamento dell'eccedenza bagaglio. Servono, inoltre, le liste dettagliate del contenuto del bagaglio e dell'eventuale contenuto che manca se il bagaglio e' stato ritrovato; l'originale degli scontrini e delle ricevute fiscali in sostituzione dei propri effetti personali contenuti nel bagaglio; l'indicazione delle coordinate bancarie complete.

DANNEGGIAMENTO. Entro 7 giorni dalla consegna della prima denuncia in aeroporto (il Pir gia' detto) va inviata una richiesta di risarcimento alla compagnia aerea quantificando e documentando il danno. Allegare alla richiesta: il codice di prenotazione del volo in caso di acquisto via Internet oppure l'originale della ricevuta in caso di biglietto cartaceo; l'originale del Pir rilasciasto in aeroporto; l'originale del talloncino di identificazione del bagaglio; l'elenco del contenuto del bagaglio che abbia eventualmente riportato danni.

LIMITE DEL RISARCIMENTO. Per gli Stati che aderiscono alla convenzione di Montreal (a cui aderiscono la maggior parte delle compagnie) in caso di distruzione, danno, perdita o ritardo si ha diritto ad un risarcimento fino a circa 1.134 euro; se la compagnia e' di un paese che non aderisce circa 19 euro al chilo. Il rimborso, dunque, e' a bagaglio indipendentemente dal valore del bene perduto. Il risarcimento potrà essere maggiore se si e' fatta la 'dichiarzione di valore', dopo il pagamento di una tariffa aggiuntiva da parte del passeggero.

balloon express shop

C.so Italia, 182 - 80065 - S.Agnello - Na . Tel./Fax 081 807 46 21

RIDUCETE A POCO A POCO IL BAGAGLIO E CONTINUATE COSI FINO A QUANDO VI SEMBRERA' CHE MANCHI ANCHE L'INDISPENSABILE: SOLITAMENTE BASTA E AVANZA.

BIMBI IN VIAGGIO

La prima regola suggerisce di portare con sé il meno possibile

Da zero a un anno: I neonati hanno bisogno di pannolini (nei paesi in via di sviluppo sono completamente sconosciuti) e altre necessità che influiscono sulle dimensioni finali del bagaglio. Non mancano tuttavia gli aspetti positivi: i bambini di questa età sono facilmente trasportabili (es: passeggino) e tenerli occupati non è un problema.

Da uno a quattro anni: I bambini che muovono i primi passi sono forse i compagni di viaggio più difficili: sono pieni di energie e di voglia di provare tutto; dovrete sorvegliarli con molta attenzione. Per i bambini di questa età, che sono interessatissimi a tutto quanto li circonda, è utile tenere sempre delle salviettine umidificate per pulire loro le manine che toccheranno di tutto.

Giochi in viaggio: Nelle settimane precedenti la partenza ci sono mille modi con cui potete preparare i vostri figli al viaggio. Potete per esempio coinvolgerli nei preparativi esortandoli a decidere il loro bagaglio e lasciando che scelgano i libri o i giochi che intendono portarsi via. Inoltre, sarebbe utile legare al viaggio un gioco nuovo per l'occasione specialmente se inerente al viaggio.

Ristoranti ed esperienze fuori casa Introducete alcuni cibi nuovi e mettete condimenti insoliti nelle pietanze. Quasi tutti i bambini la prima volta rifiutano con disgusto i cibi cui non sono abituati, ma quando una nuova pietanza viene servita loro al ristorante in un paese straniero talvolta si lasciano tentare e l'assaggiano.

I TATUAGGI DI SICUREZZA PER I BAMBINI

Allegri tatuaggi di sicurezza personalizzati con il vostro numero di cellulare per riunirvi velocemente con il vostro bambino in caso di smarrimento. I tatuaggi sono dei semplicissimi trasferibili con l'acqua (i bambini li adorano.. si fa aderire una strisciolina di carta alla pelle e la bagniamo con dell'acqua.. voila.. il tatuaggio resta sulla pelle per un paio di giorni). Sono disponibili molti colori e disegni e possiamo personalizzarli con le scritte che vogliamo "Chiama mamma" o "Chiama papà" oppure "Non posso sentire" oppure "Sono autistico", seguito dal numero di telefono di uno dei genitori o di chi è uscito con il bambino.

Il beneficio di questo prodotto è chiaro: non può essere tolto, se si bagna non si deteriora, i bambini li adorano e sono resistenti alle creme solari. Possono essere applicati nell'avambraccio interno del bambino e quindi non rimangono alla vista di tutti, ma è accessibile alla vista in modo abbastanza diretto. Questo è utile soprattutto per i bambini al di sotto dei 3 anni che non si sanno esprimere bene e che sono i più proni a smarrire zainetti, giacchetti o quanto altro possa avere un tag di riconoscimento.

Il tatuaggi di per se sono molto economici (meno di 10 euro) ed un tatuaggio può restare ben visibile per un paio di giorni o tre (qualora lo si volesse rimuovere prima del tempo basta strofinarlo con un batuffolo imbevuto di struccante per gli occhi o dell' olio per bambini).

Il Balcone sul Golfo

Agriturismo - Pizzeria - Sfizioseria

dal Venerdì alla Domenica

"Pizza al Metro"

(servizio e coperto gratis)

Fattoria - Giardino Self Service
Terrazze Panoramiche
Parcheggio - Parco Giochi

Aperto tutti i giorni per Banchetti e Feste
Vendita diretta di Prodotti del nostro orto

Vico Equense - Via Ticciano, 40
081 802 62 78 - 335 8204788
www.ilbalconesulgolfo.it

MCR TRAVEL

MCR Travel
Via degli Aranci, 9 - 80067 Sorrento (NA)
Tel.: 081.878.5094
info@mcrtravel.it - www.mcrtravel.it

BIGLIETTERIA AEREA DI LINEA E LOW COST
BIGLIETTERIA MARITTIMA - BIGLIETTERIA TRENITALIA AUTORIZZATA
LEISURE - BUSINESS - CROCIERE - VIAGGI DI GRUPPO
NOLEGGIO AUTO E MOTO E TANTO ALTRO!!!

SCONTI SPECIALI PER GLI SPOSI IN VIAGGI DI NOZZE!

SCEGLIERE UN LIBRO

NON ESISTANO PERSONE A CUI NON PIACCIA LEGGERE, MA SOLO PERSONE CHE NON HANNO MAI TROVATO IL LIBRO GIUSTO

La lettura di un libro è uno dei passatempi più antichi e piacevoli che esistano. Leggere un libro ci isola dalla realtà quotidiana, rigenerando la nostra mente e permettendoci di dimenticare, seppur per pochi minuti al giorno, i problemi e i pensieri che ci affliggono.
E al termine della lettura, alla chiusura del libro, resta comunque quel sentimento di attesa che ci accompagna piacevolmente fino al momento magico in cui il libro verrà aperto di nuovo, in cui la lettura tornerà a nutrire la nostra mente di storie, di nozioni, di episodi, in un terapeutico scorrere di pagine e pagine di carta stampata.
Ma come scegliere un libro da leggere fra la mostruosa moltitudine di volumi che il mercato editoriale ci offre? Come scegliere fra i tanti generi letterari in cui sono catalogati i libri o fra le centinaia di autori che scrivono?
La scelta di un libro da leggere deve essere un passo da eseguire con cura ed attenzione, perché il libro sarà un po' come il nostro compagno di giochi, l'amico fidato con cui trascorrere la serata.

SCELTA PER AUTORE

Affidarsi ad un autore che si conosce è ovviamente una scelta sicura, avendone ormai apprezzato sia lo stile narrativo sia il genere letterario. Viene così a nascere un'attesa spasmodica del nuovo romanzo dello scrittore preferito ed una corsa all'acquisto di una copia del libro di cui si è letto sui giornali o sui siti dedicati. Collezionare tutte le opere del proprio autore preferito diviene un traguardo da raggiungere.

IN MOMENTI DI TRISTEZZA SI APPREZZANO MAGGIORMENTE ROMANZI CHE CI FACCIANO EVADERE DALLA SITUAZIONE COME UN LIBRO D'AVVENTURA, UN FANTASY

SCELTA PER GENERE LETTERARIO

Alcuni lettori sono invece amanti di determinati generi letterari. Da una parte potrebbe esse-

Inaugurazione
Domenica 31 luglio ore 20:00

Via Zatri 3 - Sorrento - Tel. 081 8085393

info@legrottellesorrento.com - www.legrottellesorrento.com

re considerata una letteratura monotona, ma spaziare da un autore all'altro nell'ambito del medesimo genere è pur sempre inserire una sorta di novità, di varietà nella propria lettura.
I lettori di gialli, ad esempio, possono immergersi nelle opere ormai classiche di autori come Agatha Christie o Sir Arthur Conan Doyle, oppure scegliere i più moderni Camilleri e Giorgio Faletti. Ogni genere letterario è un contenitore inesauribile di opere da leggere, in grado di soddisfare anche il lettore più intransigente.

SCELTA PER STATO D'ANIMO

Vi sono letture impegnate e letture d'evasione.
In momenti di sconforto o tristezza si apprezzano maggiormente romanzi che ci facciano evadere dalla situazione che stiamo vivendo, così un buon libro d'avventura, un fantasy, un romanzo di fantascienza, un classico ci vengono in aiuto nella scelta del libro da leggere.
Nei momenti di normalità o felicità il panorama letterario risulta essere più vasto e la lettura di un saggio storico, politico o culturale, che richiede un impegno di concentrazione maggiore, non ci appare più ostico e la sua lettura risulta così essere più apprezzabile.

SCELTA SU CONSIGLIO DI UN AMICO

Quante volte siamo stati consigliati da un amico, da un familiare, da un parente sulla lettura di un libro? Ognuno di noi, avendo apprezzato la lettura di un'opera, sente il bisogno e il piacere di consigliarla a chiunque.
Il consiglio deve essere dato, comunque, con una certa parsimonia. Non può essere consigliata una storia d'amore a chi non ama quel genere di letteratura, ad esempio. E' bene offrire quindi consigli mirati, selezionando i nostri amici in base al tipo di lettura che preferiscono.

IL LIBRO SARA' UN PO' COME IL NOSTRO COMPAGNO DI GIOCHI, L'AMICO FIDATO CON CUI TRASCORRERE LA SERATA.

SCELTA IMPOSTA DA UN REGALO

Regalare un libro è un pensiero lodevole. Un libro è un regalo ideale per qualsiasi occasione o ricorrenza. Ma quale libro regalare? Se ne conosciamo alla perfezione i gusti letterari o perfino l'autore preferito non sarà certo un problema incontrare le sue preferenze.
Molti regalano un libro soltanto perché a loro è piaciuto, mentre spesso accade che il libro faccia solo numero nella libreria e rimanga intonso. E' bene informarsi meglio prima di regalare un libro da leggere a qualcuno. La lettura è un piacere e un passatempo migliore di tanti altri, ma è personale.

Scegliere un libro da leggere è dunque cosa semplice e complessa ad un tempo. Da quella scelta dipendono le nostre ore di lettura, che devono essere piacevoli e rilassanti e non sofferte e noiose. Da quella scelta dipende il nostro viaggio verso mete sconosciute.
In un libro, dopotutto, c'è un mondo da scoprire, pagina dopo pagina, e la sua fine non è che l'inizio di un altro mondo, là, a pochi centimetri di distanza dal precedente, nello scaffale polveroso della nostra libreria.

Giuseppe Jaccarino

camicie Italia

camicie personalizzate e su misura
accessori - cravatte

personalized tailored shirts
ties - accessories

Via Vincenzo Casola, 4
Sant'Agata sui due Golfi
Massa Lubrense (Na)

Cell. 333 41 88 632
info@camiciegiuseppeiaccarino.com

SEMPLICI INIZIATIVE ECOLOGICHE ALLA PORTATA DI TUTTI

RISPARMIO ENERGETICO, ACQUISTI INTELLIGENTI, PICCOLI SACRIFICI, INVENTIVA... ECCO QUALCHE BUONA ABITUDINE DA ADOTTARE QUOTIDIANAMENTE PER PRESERVARE IL PIANETA.

A CASA

1. Chiudi il rubinetto quando ti lavi i denti: ti eviterà di sprecare 10.000 litri d'acqua all'anno!
2. Rinuncia al bagno (dai 150 ai 200 litri d'acqua) a favore di una doccia (dai 30 ai 70 litri d'acqua). E' meglio per la circolazione sanguigna e per l'ecologia.
3. Dimentica l'acqua in bottiglie di plastica e investi piuttosto in una caraffa filtrante che purifica l'acqua del rubinetto.
4. Non esagerare col riscaldamento. Installa un termostato per mantenere una temperatura di 16°C nelle camere e di 19°C nelle altre stanze. Abbassando la temperatura anche solo di un grado, questo ti permetterà di risparmiare il 7% in meno di energia.
5. Sostituisci le lampadine classiche con delle lampadine a basso consumo energetico. Consumano 5 volte meno elettricità. Pur essendo più costose, durano molto più a lungo.
6. Pensa sempre a spegnere la luce quando esci da una stanza e fai la stessa cosa anche con gli elettrodomestici (televisione, videoregistratore, lettori CD-DVD, computer...). Questi consumano il 10% dell'elettricità in più quando sono in stand-by.
7. Sbrina regolarmente il congelatore. Uno strato di soli 4 mm di ghiaccio può duplicare il consumo di elettricità.
8. Sostituisci il detersivo liquido con uno in polvere senza fosfati. O ancora meglio, usa una noce di lavaggio, un prodotto biologico che pulisce senza aggredire i tessuti e che può essere usato più volte.
9. Non lasciarti scoraggiare dalla raccolta differenziata: stai attenta a separare bene i rifiuti domestici.

IN UFFICIO

1. Stampa meno documenti e non esitare a usare il retro dei fogli già utilizzati (per comunicazioni interne, come fogli di brutta...).
2. Incoraggia la tua impresa ad adottare comportamenti ecologici: utilizzo ragionevole di aria condizionata e riscaldamento, riciclaggio della carta, scelta di fornitori che applicano politiche ecocompatibili, cessione del materiale informatico inutilizzato ad associazioni, acquisto di forniture ricaricabili...
3. Proponi che ognuno abbia la propria tazza per il caffè, in modo da dire addio ai bicchieri di plastica...

QUANDO FAI SHOPPING

1. Per fare la spesa, utilizza shopping-bag pieghevoli e riutilizzabili. Evita i sacchetti di plastica: ci mettono più di 400 anni a essere distrutti in natura!
2. Prediligi prodotti locali e di stagione: contribuirai a diminuire l'inquinamento provocato dal trasporto di prodotti esotici!
3. Conserva i flaconi originali che puoi riempire con delle praticissime ricariche (detersivo per i piatti, per i vestiti, bagnoschiuma...).

NEI TRASPORTI

1. Scegli il treno per i tragitti lunghi. Per avere un'idea dell'anidride carbonica emessa dai diversi mezzi di trasporto, per persona, in un tragitto Milano - Roma: Macchina: 178 kg (per il solo conducente, 89 kg con un passeggero) Aereo: 97 kg (ad aereo pieno) Eurostar: 3kg
2. Usa il mezzo di trasporto più ecologico per percorrere piccole distanze: i piedi. Camminare fa bene alla salute e al pianeta!
3. Organizzati con colleghi, amici e familiari per prendere la macchina a turno. Attualmente, una macchina è occupata in media da 1,2 persone.

FACEBOOK: UN ARMA A DOPPIO TAGLIO

Dati personali

Meglio non pubblicare online la tua data di nascita: in America viene usata dai criminali per ricostruire i dati della tessera sanitaria che, come la patente, è uno dei pochi documenti concreti all'interno degli USA. Un altro dato sensibile che è meglio non pubblicare, è il nome da nubile di tua mamma. Spesso fa parte delle classiche domande di conferma del sistema, che si usa per ricordare la password di accesso. E, per ovvi motivi, è fondamentale non pubblicare online il nome dei bambini, che, in quanto minori, hanno, o dovrebbero comunque avere, maggiori tutele online. Soprattutto da parte dei propri genitori.

Indirizzo

Chiunque può farsi un'idea del tuo tenore di vita, se per caso è sopra, oppure sotto, oppure in linea con il tuo tenore di vita. Come anche le immagini della propria casa: certo è bello mostrare l'ultimo acquisto fatto, ma è anche ovvio che la planimetria del tuo appartamento può servire ai cyber ladri dotati di spirito d'osservazione: equivale a un sopralluogo, comodamente eseguito al computer.

Face - Book ha sostituito le mail per i nativi digitali e siccome tutto ciò che accade nel mondo passa da lì, c'è questa impellente necessità di raccontare al mondo di noi e di qualsiasi azione si compia. Attenzione però a tutti quegli aggiornamenti di stato che a noi sembrano tanto necessari, ma si possono rivelare un'arma a doppio taglio per noi.

NON PUBBLICARE IL NOME DA NUBILE DI TUA MAMMA. SPESSO FA PARTE DELLE CLASSICHE DOMANDE DI CONFERMA DEL SISTEMA

Vacanze

Ci sono stati casi in cui, dopo comunicazioni del tipo "non sono a casa, dal giorno X, al giorno Y", "sono in vacanza al mare" e simili, i ladri hanno fatto visita agli appartamenti lasciati incustoditi, conoscendo preventivamente gli orari, gli spostamenti, la durata delle ferie.

Foto e confessioni

Sono innumerevoli i casi al mondo in cui degli scatti da ubriachi, in pose compromettenti, in atteggiamenti fin troppo libertini, sono costati il posto di lavoro, se non peggio. Le attività, lecite e illecite, di qualsiasi utente, vengono spesso raccolte dalle dichiarazioni spontanee sulle proprie pagine. Come ad esempio un comportamento al limite o rischioso alla guida di un veicolo, non è proprio l'ideale da postare online se sei in cerca di una nuova compagnia di assicurazione.

Numero di telefono

Certo sono accessibili agli utenti con cui sei più in intimità, ma anche all'amico dell'amico di un conoscente del tuo conoscente. E alcune delle pagine sono visibili anche al di fuori del network sociale. E anche autorizzare la visione del proprio profilo può essere controproducente: apparire su google vuol dire rendere disponibile a tutti il tuo nome, la tua faccia, il tuo sesso e buona parte delle informazioni lì riportate

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

ELECTRA
CLIMATIZZATORI

ACSON
International

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

1.

2.

3.

IL CAFTANO PASSEPARTOUT

IDEALE ANCHE PER LE "MORBIDE", IL CAFTANO SPRIGIONA UN FASCINO ESOTICO E UNA FEMMINILITA' PIENA DI MAGIA

9.

4.

6.

5.

1. **MAGDA GOMES**
Caftano di chiffon con stampa piumaggio multicolore e cintura annodata in vita
€ 320,00

2. **CHRISTIES**
Appartiene alla serie Tortuga il caftano di seta con stampa mosaico, maniche a pipistrello, spacchi laterali e arricciatura sotto il seno
€ 282,00

3. **RITRATTI**
Caftano in seta stampata a righe multicolor **€ 135,00**

4. **RAFFAELLA D'ANGELO**
Caftano in seta stampata con fusciacca in vita. (fusciacca venduta separatamente al prezzo di € 38,50) **€ 269,00**

5. **D&G**
Caftano corto in poliestere stampato a motivo floreale con maniche a farfalla e fusciacca in vita **€ 215,00**

6. **MAGDA GOMES**
Caftano in seta stampata con cintura in vita **€ 320,00**

7. **SWAN ORIGINAL**
Jersey di viscosa stampato e ricamato per l'abito-caftano a maniche corte, con laccetto sullo scollo, spalline sottili e cintura da annodare **€ 125,00**

8. **LIUJO**
Stampa camouflage per il caftano con coulisse sotto il seno e ricamo di perline a impreziosire il generoso scollo a V **€ 95,00**

9. **120% LINO**
Abito-caftano di lino bianco con maniche corte, arricciatura sotto il seno e ricamo di Swarovski Elements sullo scollo
€ 248,00

10. **H&M**
Miniabito in cotone organico bianco con ampie maniche e profondo scollo a V. Conscious Collection. **€ 14,95**

A cura della dottoressa **Emma Ruocco**

OCCHIO AL COLORE

LA VARIEGATA GAMMA DI COLORI POSSEDUTA DA FRUTTA E VERDURA È DOVUTA AD UN DIVERSO ASSORTIMENTO DI SOSTANZE CON CARATTERISTICHE PROPRIETÀ NUTRIZIONALI. I COLORI POSSONO ESSERE LA NOSTRA GUIDA AL BENESSERE.

Il colore è forse l'elemento che più di altri rende meravigliosa la natura. Basti pensare alle foglie degli alberi, con il loro verde lussureggiante nel corso della stagione estiva e le molteplici sfumature dal rosso, all' arancione, al giallo nel periodo autunnale. Per non parlare dalla tavolozza di colori dei petali dei fiori, della buccia dei frutti, delle bacche.

Eppure questo tripudio di tinte non è soltanto un piacere per i nostri occhi ma anche un toccasana per la nostra salute. Infatti i colori sgargianti di frutta e verdura sono dovuti a specifiche sostanze che, una volta introdotte nel nostro organismo, attuano un'azione benefica per il funzionamento delle nostre cellule.

Affidatevi ai colori

Frequentemente chi si occupa di nutrizione cerca di individuare quali siano le migliori strategie per comunicare in modo piacevole i concetti della sana alimentazione. Guidare il consumatore nella scelta dei vegetali attraverso la regola dei colori è un calzante esempio di come il rigore scientifico può sposarsi con un metodo didattico accattivante. Tale sistema è stato, infatti, spesso utilizzato dalle Organizzazioni deputate alla salute pubblica.

Secondo tale strategia, la frutta e la verdura possono essere suddivise in 5 classi di colori: rosso, giallo-arancio, verde, blu-viola,bianco. La predominanza di ciascun colore in un gruppo di vegetali è conferito da uno o più classi di pigmenti dalle caratteristiche azioni biologiche. Vediamoli insieme.

ROSSO

Il colore rosso è dovuto a due classi ben distinte di composti: il licopene e le antiocianine. Il licopene appartiene alla famiglia dei carotenoidi ed è presente in grandi quantità nei pomodori e nell'anguria. Dimostrate sono le sue proprietà antiossidanti e antitumorali. In particolare, studi sembrano dimostrare che riduca il rischio di cancro alla prostata e alla mammella. Le antiocianine, appartenenti alla famiglia dei flavonoidi, solo responsabili del colore dell'arancia rossa, del cavolo e della cipolla rossa, del ravanello. Hanno proprietà antiossidanti, antiaterosclerotiche e sono buoni alleati nella lotta alla fragilità capillare. I vegetali di colore rosso rappresentano anche una buona fonte di vitamina C.

VERDE

Appartengono a questa categoria zucchine, lattuga, rucola, spinaci, broccoli, carciofi che sono ricchi in magnesio, acido folico e vitamina C. Il colore verde è dovuto alla presenza della clorofilla che a livello del nostro organismo svolge un'importante attività antiossidante.

GIALLO-ARANCIO

Il β-carotene è responsabile del colore arancione di numerosi vegetali, in primis le carote. Appartengono a questa categoria anche peperoni, zucca, pesche, albicocche, pompelmi, nespole. I carotenoidi in generale sono precursori della vitamina A e svolgono un'azione antiossidante contro i radicali liberi. Il colore giallo-arancio è anche dovuto ai flavonoidi che agiscono come antiossidanti a livello gastro-intestinale. I vegetali di questa famiglia sono anche ricchi in vitamina C.

BLU-VIOLA

Il colore di questo gruppo di alimenti è dovuto principalmente ad alcune antiocianine, diverse da quelle dei vegetali rossi, ma con proprietà salutistiche simili. Ne sono particolarmente abbondanti i frutti di bosco come il ribes nero, la mora, il lampone, il sambuco, la fragole, i quali sono anche ricchi di fibra solubile e potassio. La melanzana ha, invece, un buon contenuto in magnesio. Le antiocianine dell'uva sono state oggetto di molti studi.

BIANCO

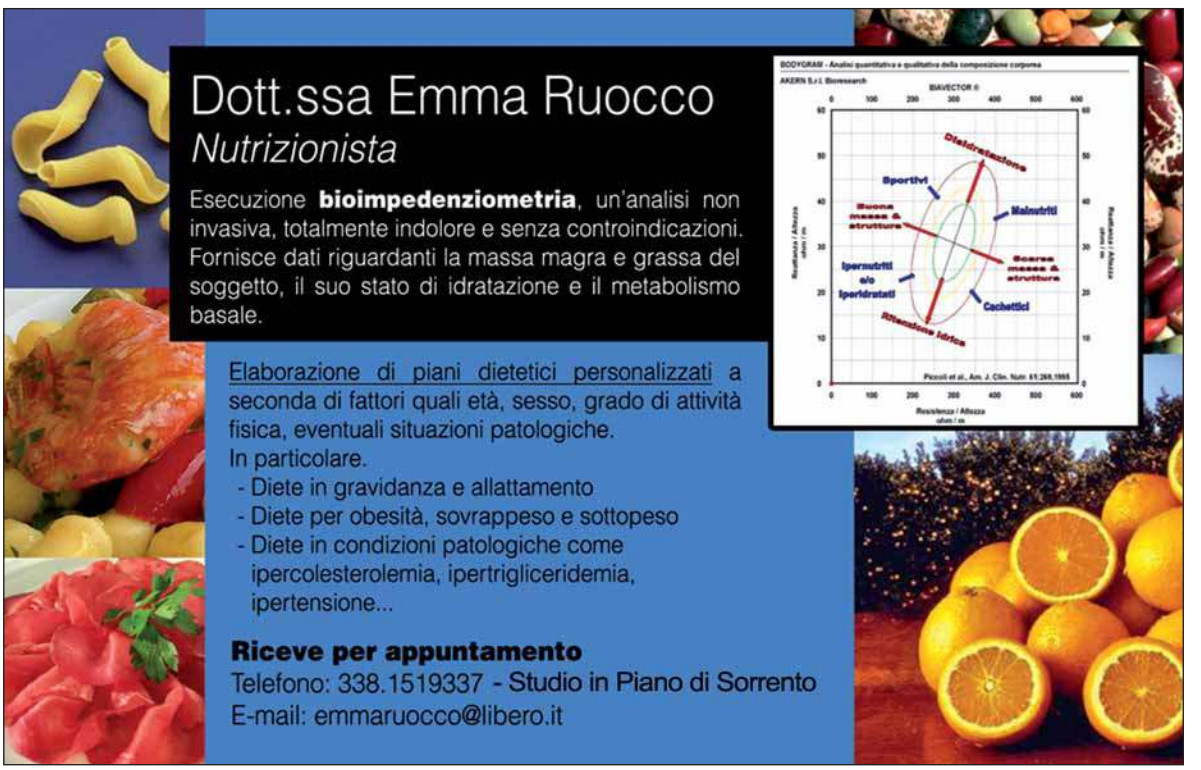
Appartengono a questa classe verdure come l'aglio, la cipolla, il cavolfiore, il finocchio, il porro. Il bianco è dovuto alla presenza di quercetina dalle proprietà antiossidanti e antinfiammatorie. Questo gruppo di vegetali abbondano anche in vitamine, sali minerali, flavonoidi, con azione antiossidante e favorente la funzionalità polmonare, e isotiocianati che prevengono l'invecchiamento cellulare.
Aglio, cipolle e porri contengono anche l'allisolfuro che contrasta la formazione di trombi nel sangue.

La regola dei 5

Cinque è il numero di classi di colore in cui abbiamo suddiviso i vegetali ma è anche il numero di porzioni di frutta e verdura da consumare nell'arco della giornata.
Per cogliere tutte le proprietà benefiche degli alimenti vegetali precedentemente descritti è opportuno alternare nell'arco del giorno e della settimana le cinque classi di colore.
Le insalate miste di vegetali, come peperoni, zucchine, melanzane, pomodori, lattuga e le macedonie di frutta, tanto gradevoli da gustare in queste calde giornate estive, sono un vero e proprio cocktail di variegate sostanze benefiche. Inoltre, gli ortaggi possono essere utilizzati per preparare gustose salse con cui condire i nostri primi piatti.

Evviva la salsa di pomodoro…San Marzano!

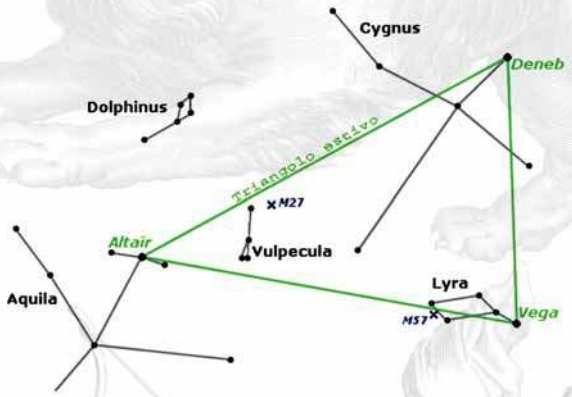
Tra le diverse specie di pomodori presenti sul mercato, il San Marzano possiede il più alto contenuto in licopene. Inoltre,è nella classica salsa che esibisce il massimo delle sue proprietà nutrizionali. Il riscaldamento in pentola e l'aggiunta di olio (mi raccomando, extravergine di oliva),infatti, aumenta l'assorbimento del licopene da parte del nostro organismo.



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

IL CIELO DI LUGLIO ED I PRINCIPALI FENOMENI

Il mese appena passato e' stato dominato dal bellissimo fenomeno della Luna Rossa, ovvero l'eclisse di Luna che e' stata la piu' scura e lunga degli ultimi anni.
Siamo ormai, col mese di Luglio, dal punto di vista astronomico, in estate conclamata: infatti il cielo nel mese di questo mese è un cielo prettamente estivo, dominato già dalla prima serata da un Triangolo Estivo molto alto nel cielo in tutte e tre le sue componenti Vega, Deneb e Altair, mentre un residuo di cielo primaverile tende a tramontare sul lato occidentale, con Spica nella Vergine
Ritroviamo nella costellazione della Lira la bellissima nebulosa planetario ad anello, numerata da Messier col 57.
Il lato basso del cielo, nell'orizzonte di sud sud-est, vede passare le costellazioni del centro galattico e delle nubi che lo avvolgono, come lo Scorpione di Antares, molto evidente, ed il Sagittario, dalla forma molto più indecifrabile.



Con lo scorrere delle ore, a notte inoltrata, il Triangolo Estivo transita in meridiano seguito da costellazioni minori ma altrettanto belle. E' la volta, quindi, della Freccia, contenuta proprio all'interno del Triangolo nella zona occupata da Altair, ma soprattutto della Volpetta della splendida nebulosa planetaria M27, sempre all'interno del Triangolo Estivo.
A Sud invece, vedremo passare in basso la brillante costellazione dello Scorpione di Antares, riconoscibile dal suo scintillare rosso, accompagnata verso est dalla costellazione del Sagittario, mentre risalendo il cielo verso lo zenit incontreremo dapprima l'ampia zona occupata dall'Ofiuco, costellazione zodiacale e pieno zeppo di oggetti di profondo cielo, dal Serpente, diviso in due proprio dall'Ofiuco e possessore della splendida nebulosa M16, nota come Aquila, e da Ercole, nel punto più alto del cielo, con il suo ammasso globulare M13.

La nebulosa planetaria M57 – Foto di Nello Ruocco

OSSERVABILITA' DEI PIANETI

Nel mese di Luglio saranno ben osservabili i due giganti del Sistema Solare, Giove e Saturno.
Saturno sara' osservabile nelle prime ore della notte anche se l'intervallo di osservabilita' si riduce sempre di piu. Lo troviamo ancora nella costellazione della Vergine. Giove invece sorgera' nella seconda parte della notte e dominera' col suo bagliore il cielo orientale fino alle prime luci dell'alba raggiungendo una altezza di 30 gradi. Lo troviamo nella costellazione dell'Ariete

La nebulosa planetaria M27 – Foto di Nello Ruocco

FASI LUNARI

La nebulosa M 16

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
SALONI GROUP
NORMOPROTEICI · IPOCALORICI
RICETTA ORIGINALE

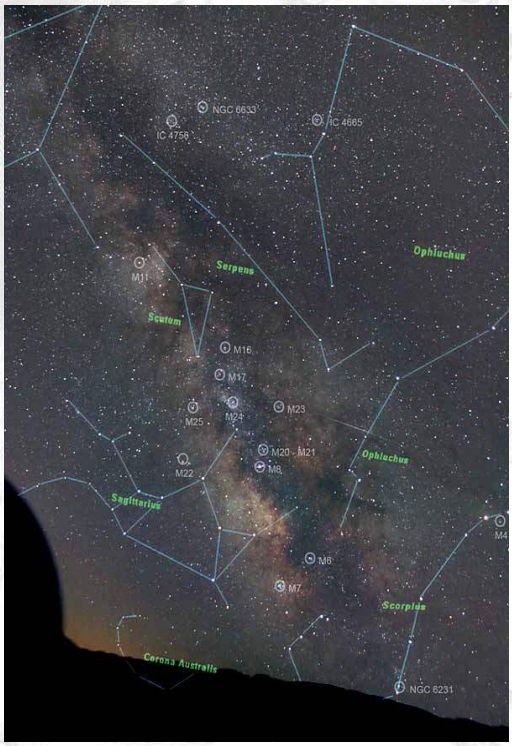
LA DIETA:
- E' VELOCE
- GLI EFFETTI SI VEDONO DAL PRIMO GIORNO
- SI PERDE PRINCIPALMENTE IL GRASSO NEI PUNTI DESIDERATI

lampade abbronzanti

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

COSTELLAZIONE DEL SAGITTARIO

Arriva l'estate e il cielo ci consente finalmente di osservare con comodità questa costellazione zodiacale ricca di oggetti di profondo cielo, non per niente è centrata sulla parte centrale e più densa della "Via Lattea" che è il nucleo della nostra galassia e che si trova a circa 30.000 a.l. Culmina al meridiano Sud a mezzanotte ai primi di luglio, è facilmente riconoscibile per la forma a "Teiera" e viene comunemente raffigurato come un centauro tendente un arco; la troviamo a Est dello Scorpione che la precede nella levata, a Ovest del Capricorno e a Sud dello Scudo.



Stelle principali:

Epsilon sagittarii (Kaus Australis) è una gigante blu di magn. 1,79
Sigma (Nunki) è una gigante blu, di magnitudine 2,05
Zeta (Axilla,Ascella) è una subgigante bianca di magnitudine 2,60
Delta (Kaus Media) è una gigante arancione di magnitudine 2,72
Lambda (Kaus Borealis) è una gigante arancione di magnitudine 2,82
Rukbat - (alfa) non è affatto la più brillante essendo solo di magn.4.0
Arkab - (Beta) è di magn. 3.9 ed è anche una stella doppia visibile anche ad occhio nudo
Eta - anch'essa doppia è composta da due componenti da magn. 3,2 e 7,8 e appaiono al telescopio alla distanza angolare di 3,6".
RY Sagittarii - stella interessante è una variabile che cambia la sua luminosità dalla sesta alla quindicesima magn., ed è senza periodo essendo della categoria R Coronae Borealis, e varia in modo del tutto imprevedibile.
W sagittarii variabile di tipo Cefeide, che in 7,6 giorni circa scende di quasi una magnitudine, passando dalla quarta alla quinta; significa simile ad Ares o contro Ares (Marte)

Oggetti di profondo cielo

Il Sagittario è ricchissimo di oggetti di profondo cielo e per questo è molto noto agli astrofotografi. Molti di questi oggetti si trovano a cavallo fra il cosiddetto Braccio di Orione e quello del Sagittario della Via Lattea, come gli ammassi aperti, mentre le grandi nebulose sono posizionati nel braccio del Sagittario. L'oggetto che più di tutti si evidenzia ad occhio nudo è una piccola nube stellare (M24) a 2 gradi a nord della stella μ Sagittarii si tratta della regione di cielo in cui è visibile la maggior densità di stelle con un binocolo.
M24 piccola nube stellare
Anche la gran parte degli altri oggetti più famosi sono visibili con facilità anche con un binocolo se non ad occhio nudo dalla montagna; tra quelli più noti:
M8 - nebulosa laguna (magn 6)
M20 - trifida magn 7,6
M17 - nebulosa Aquila (magn 7) (nella costellazione del Serpente)
M22 - maestoso e bellissimo ammasso globulare di magn. 5.1 per chi osserva dal Sud Italia è superiore a **M13** in Ercole, dimensioni angolari 32' (più grande della Luna piena!).
M28 - globulare di magn 6,8 (dim.15')
M18, M21 - ammassi aperti rilevanti
M23 - ammasso aperto notevole composto da 150 stelle magn 5.5.

Pianeta per la Casa

La Convenienza

Casalinghi - Detersivi - Profumi

QUALITA' E CORTESIA AL VOSTRO SERVIZIO

Vieni a trovarci in:

Corso Italia 315

Piano di Sorrento

PARCO DELLE MAGNOLIE (CASARMONE)

Ristorante Pane, amore e...

lounge bar

Menù Nerano: primo piatto - secondo - contorni - dessert: € 15,00

... Una vista incantevole sulla baia di Recommone per tutte le tue occasioni e momenti da ricordare ...

presso Villaggio Syrenuse - Via Amerigo Vespucci, 25

Recommone - Nerano - 80061 Massa Lubrense (Na) - info@ 331 87 51 221

www.ristorantepaneamoree.it - Seguici su f

Marianna Esposito
Segr. Mamme al Centro

MAMME AL CENTRO E TELETHON

TENIAMOCI PER MANO

Sì avete letto bene: le Associazioni Mamme al Centro e Telethon da qualche giorno viaggiano insieme. Mamme al Centro è, come molti ormai sapranno, un'associazione senza scopo di lucro volta a dare risposte concrete alle famiglie. Una serie di servizi gratuiti, sportelli aperti il mercoledì dalle 10 alle 12 e il giovedì dalle 17 alle 19 presso il consultorio "Vita e Amore" di Piano di Sorrento con consulenze molteplici: dalla nutrizionista al legale dalla psicologa all'educatrice dal pediatra al commercialista. Insomma una lunga lista di esperti capaci e qualificati in grado di affrontare ed aiutare a risolvere qualsiasi piccola o grande difficoltà la famiglia si trovi ad affrontare.
Ma non è tutto: Mamme al Centro coinvolge i bambini in progetti musicali, laboratori manuali, escursioni guidate ai musei e presso agriturismi, ne organizza spettacoli ed esibizioni. Ma non solo: Mamme al Centro propone nel periodo estivo progetti che coinvolgono tutta la famiglia offrendo servizi sportivi (canoa, vela, tennis tavolo, yoga, basket, equitazione)ludici (ballo, laboratori creativi) servizio di dopo scuola e baby sitting. Un'offerta ampia e vasta che permette alla famiglia di trascorrere in serenità e complicità del tempo insieme. Tutto questo grazie alla ferma determinazione a perseguire questo progetto di Roberta D'Esposito, Presidente di Mamme al Centro, dei Soci Fondatori che in esso hanno creduto, e di tutti coloro che nel corso dei mesi si sono associati e ci hanno dato una mano.
Mano che parte direttamente dal cuore e che dal cuore è arrivata a Telethon. Essere scelti come coordinatori della Penisola Sorrentina è stata una gioia immensa. Telethon si prodiga da decenni ormai nella raccolta di fondi per la ricerca di malattie genetiche e rare avvalendosi dell'opera di professionisti esperti nei vari settori della medicina. Volti noti hanno prestato con amore ed orgoglio la loro immagine per cause sempre giuste ed importanti.
E meno noti hanno lavorato dietro le quinte con dedizione e attenzione perchè ogni tassello potesse incastrarsi nel modo migliore e garantire l'eccellenza della riuscita. L'intento comune è poter dare una mano a chi è meno fortunato, essere disponibili e determinati nel perseguire gli obiettivi , lavorare seriamente e onestamente per il raggiungimento di traguardi collettivi. Invito tutti coloro che condividono questi ideali a seguire il lavoro di Mamme al Centro, a lasciarsi coinvolgere dalla nostra passione ed iscriversi alla nostra associazione: tante mani unite danno forza e speranza, fanno più rumore in un applauso, sono un abbraccio più potente. E, come nel girotondo dei bambini, darsi una mano porta allegria.

5 - 24 LUGLIO 2011

ACQUA & SAPONE®

LE NOSTRI OFFERTE SU: WWW.ACQUAESAPONE.IT

€ 0,74 -50%
~~€ 1,48~~

Spontex
panno spugna **4 pz**

€ 0,99 -43%
~~€ 1,75~~

Ajax
- detergente disinfettante bagno 750 ml. € 1,32/lt.
- anticalcare gel bagno 1000 ml

€ 0,99 -50%
~~€ 1,98~~

Coccolino Puro
ammorbidente concentrato **assortito**
VALE 3 LITRI . 750 ml. : € 1,32/lt.

€ 3,98 -31%
~~€ 5,80~~

PRODOTTO jolly

Ace Gentile
candeggina delicata
2x2000 ml
€ 1,00/lt.

€ 2,99 -38%
~~€ 4,90~~

PRODOTTO jolly

25 LAVAGGI

Ace Detersivo
detersivo lavatrice
3000 ml . € 1,00/lt.

€ 1,99 -28%
~~€ 2,78~~

Omino Bianco
additivo disinfettante polvere . 500 gr liquido . 1000 ml

€ 1,69 -15%
~~€ 1,99~~

Soflan
detersivo liquido antinfettivante
assortito
1000 ml

€ 4,49 -23%
~~€ 5,90~~

Garnier Movida
kit crema shampoo colorante nuance **assortite**

€ 3,95 -50%
~~€ 7,90~~

Rimmel
smalto Lycra Pro **assortito** . 12 ml **+ OMAGGIO base rinforzante** . 12 ml

PIAZZA DELLA REPUBBLICA - PIANO DI SORRENTO
DOMENICA APERTO DALLE 9.30 - 13.00

Terrazza Interna - Interior Terrace
Snack Bar

WiFi SKY

Risto Bar Centrale

Bar Centrale

Risto Bar Centrale
C.so S.Agata, 30 | Massa Lubrense (Na)
Tel. 081 808 53 83 | ristobarcentrale@yahoo.it
presente su facebook

SATISFHAIR

Luca e Tony
air style

Via Pietà, 17 - Corso Italia, 145 - Sorrento
Tel. 081 878 3476 - 328 30 25 014
satisfhair@hotmail.it

SATISFHAIR

Sms pervenuti in redazione entro il 6 luglio 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..

****

Manu <3 *_*

****

Ti darei il mondo se solo tu me lo chiedessi! *-*=)

****

La scuola sta finendo.. 3B Bozzaotra mi mancherete! ='(non dimenticando gli esami -.-"

****

Ke p…e sto tempo non sembra mai ke oggi è il 1° giugno! :'(

****

BuOnAsEraAaA!!! :P

****

I love sal da vinci!!

****

Nn so se sn sikura di exere attratta a te.. Qnd sto kn te ho una sensazione strana.. Sento un'emozione partikolare.. Ma nn è kosì forte qnd lui è kn me.. :(Mi sa di exere ankora innamorata di lui.. Uffa.. Mi sn legata a te.. Ma sarà difficile dimentikarmi di lui.. spero di riuscirci xk te lo meriti.. 6 un ragazzo sincero.. Edukato.. Dolce.. Ti meriti il meglio dalla vita.. Spero ke io poxa dartelo..

****

Salvatore c……o(boscotrecase)TI AMO TANTISSIMO by me stellina

****

Ci sn cose delle quali te ne accorgi solo dopo di aver commesso la str*****a più grande ke potevi mai commettere! Mentre la fai nn te ne accorgi ma quando te ne accorgi ci stai male il doppio xk potevi evitarla benissimo!!

****

L'ubriachezza è un suicidio temporaneo!!!!

****

Buongiorno a tutti :3 <3

****

Ringrazio Mediterraneo la clinica veterinaria in penisola sorrentina per aver salvato il mio cane affetto da una malattia che nessuno riusciva a scoprirla

Anche noi conosciamo le dottoresse che lavorano alla Clinica Veterinaria, sono bravissime e dolcissime. Un saluto particolare alla dottoressa Ruggiero e alla dottoressa Caprio che sicuramente si ricorderanno ancora del piccolo barboncino Herry con il quale hanno avuto una grande pazienza. Grazie

****

E dopo un film horror {*Non*Aprire*Quella*Porta*} se ne va a mettere sotto le coperte! BuonaNotte e Sogni d oro

****

~¤~¤~¤~ dimentica qllo ke è stato cmq nn ritornerà.. Dimentica le mie parole se vuoi perdonarci nn sempre c'è un lieto fine.. Dimentica l'amore forse anke il dolore passerà.. Dimentica le cose belle e tutto il male di colpo sparirà.. Ovunque io sarò cmq mi resterà qualcosa di te forse attimi ma eterni.. Dimentica tutti quei gg e anke l'amore fisico.. dimentica tu fallo x me ke ancora nn so dimenticare te.. Dimentica xk io ancora nn so dimenticare.. Dimenticare ~¤~¤~¤~ raf

****

Lalla e naty ti voglio tanto bene :)

****

I LOVE THE WAY YOU LIE

****

Per una sera i ragazzi farebbero di tutto.. Ma anche solo per 5 minuti.. L'importante è che arrivano ai loro comodi!!!

****

~Tutto Arriva Per Chi Sa Aspettare.!~Buona Notte Gente! :) <3

****

Buongiorno a tutti..!! :) ♥

****

Il 5.Giugno piove... >.< D:

****

X quella ke ha detto nello scorso numero ke io tengo i paraocchi accattatel pur tu bel ra ziij!! ogni tant fan ben! E po se ij sto nguaiat tu ij frequenta nu pok a farmacij la fors te pon aiutà! Cià! Un kiss alla redazione

****

Dmn si ritorna a skuola x salvarci "il k..o" nell'ultima settimana.. XD Buona notte a tutti e sogni d'oro!! :) ♥

****

E domani? Tutti a scuola per una settimana piena piena di studio frenetiko per essere promossi anke con i debbiti! Maròòò =S e stiamo a -6giorni e estate in arrivo! Time Summer =D Tesciori Miei BuonaNotte e Sogni d oro

****

Non far si ke rabbia e qualke vecchio rancore non facciano uscire ciò ke di buono hai nel cuore!

****

+'"+.+'"+. + AMICI .+""+.+""+. "+. .+ X SEMPRE + "." "+. .+" "+.+"..manda questi cuori a tutti i tuoi amici..o a ki vuoi tanto bene..anke a me se me ne vuoi..E se te ne tornano almeno 3..fai attenz xke domani sarà una giornata.. indimenticabile..X TE..Qst notte il tuo vero amore noterà k ti ama e dmn accadrà qlcs di bellissimo..Se spezzi la catena sfortuna in amore avrai..Invia a 15 xsone)

****

E ora...?? Lasciarsi andare o trattenersi?? E quando finisce?? Non potrà durare in eterno...però se volevo un ragazzo per forza mi fidanzavo con antonio...

****

BuonaNotte Dolci Cuori Miei e Sogni D Oro! ♥Vi Amo♥ e domani sveglìa alle 6e30 o.O! Vi adoro ♥

****

Qst e' la catena di san marco protettore degli studenti inviala 9 nove xsone e avrai 1anno a pieni voti se la catena romperai 1 anno ripeterai ,io nn rischio.

****

Babacar ti voglio bene! :)

****

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 pensato

****

Nonostante tutto io valgo - di lei oramai </3

****

Dopo la sofferenza c'é sempre la felicità! ;D

****

È inutile pensarci ormai è fatta.. Il tempo è passato e tu nn puoi farci nnt è inutile adesso piangere sul latte versato.. Ora ne subisci le conseguenze senza parlare...

****

Sn 3 le cose ke nn tornano mai indietro: una parola dopo averla detta, una pietra dopo averla lanciata, il tempo dopo ke è passato..... pensa sempre bene a quello ke fai!

****

Ma ti amo.. Si ti amo.. Ti amo.. Lo so divento insopportabile ma ti amo.. Ti amo..

****

Forse nn ho ancora trovato il modo di dirti ke faccio sogni stupendi pensando a te ke mi fai volare cm un fribsi.. Se sn quello ke sn lo devo a te.. Ma tu sei me e io sn te e questo solo grazie a te.. Ti dedico questa canzone x dimostrarti ke nn ti lascerò mai.. Huga flame :)

****

Sn le 1.22 dell'8 giugno nn ho sonno e nn voglio dormire.. Qualcuno ha qualche idea di cosa poter fare? Blondy

****

Una spiaggia isolata molto silenziosa.. Ecco all'improvviso: "A bionda "... Ke ti ricorda ahah x lalla ti voglio bene tantissimo :)

****

Questa estate deve essere magnifica deve essere mozzafiato.. Peccato ke ancora una volta senza te

****

Credo ke sia arrivata l'ora di dormire o almeno di provarci anke se nn mi va prp.. Uff

****

Notte notte dolce lg

****

Voglio fidanzarmi con il mio migliore amico.. Cm si fa in questi casi?

****

Meglio la verità o continuare a fare finta di nnt e nascondere l'altra parte di te?

****

Amore buongiorno..!! ♥

****

In diretta dalla spiaggia con la nuvola di fantozzi.... Io Maria e mio fratello io compagnia di pasqualino il bagnino appena illuminate da un raggio di sole pariando fa dosso a dei drogati tra poco mangiamo xk abbiamo fame.... Xd saluti.... (xk non venite ank voi ?)

****

Spiegatemi cm si fa ad innamorarsi di una persona dopo averla sentita massimo 3 volte? Nn ci credo ke è capitato prp a me :)

Mamma mia è stupendo è dolcissimo è simpaticissimo è bho.. Mi piace.. Mi fa stare bene e questo mi piace :) :) :) <3

****

Ci sn persone ke ci provano un anno o due a farti interessare a loro.. Ma cmq nn li noti neanke.. Arriva poi quello ke in due secondi ti fa girare la testa e cominci a pensarlo nn sapendo xk.. Mi sto attaccando.. Sn cavoletti amari :)

****

Sto tutta I LOVE YOU.. :)

****

Ti amo ankora!! ♥ Km poxo fare x dimentikarti ???.. Qst estate nn ti vedrò.. E già so ke starò malixímo.. :'(

****

Ogni mattina qnd sali kn il tuo sh blu.. Muoio!! E qnd vieni vicino a me x salutarmi skuaglierei.. Inkomincia a battermi il kuore a 1000.. Sento le "farfalle" nello stomako.. Mi inkomincia la tremarella.. Kredevo di riuscire a dimentikarti in poko tempo ma nn è kosì.. Sono innamorata di te da trpp tempo x poter dire ke nn provo nnt x te.. Nn so km fare x dimentikarti.. Qnd nn ti vedo e qnd 6 kn me sto male.. Mi sento molto triste.. Ti amo kucciolone!!!!!!

****

Oddio Che Paura! D:

****

E Staseraaa.. Il Deliriоooo! :P*1o.o6.2o11*

****

Adesso sn nel bus e ho il visto il numero e lo sai Qual'è è il numero 614 Dov'è io t ho scritto ke mi piacevi da morire avvolte mi mancano i tuoi occhi così misteriosi x gabriele l'autista baci da bunny

****

Amoreee ti amooo! Nn ti skordare mai di me♥

****

Ed eccomi qui a pensare a quelle poche persone che mi mancheranno davvero... Persone che durante mesi, giorni, secondi e minuti mi hanno dato qualcosa di unico e speciale e credetemi solo voi mi mancherete davvero! Nessuno mi ha voluto bene quanto voi davvero. Mi mankerete davvero amori miei! buonanotte dolci vite mie

****

Ti Amo!!

****

Dolce notteee e sogni d oroоo persone specialiii! Vi voglio bene! =C

****

Mina More mio 6 tutto x me!! By raff

****

Omnia fora pertucia est!

****

Cercasi ragazza x giuseppe t... ……o... Ki si offre?e gratis

****

Nn ti lascero mai more mio!!

****

Nn tornerà quel suo modo strano di amarti senza mai dire ti amo.. Nn tornerà e ormai nnt c può fà.. sarà il tempo il medico del cuore quando lui nn ci sarà.. Nn tornerà l'hai capito adesso ma senti ancora il suo odore addosso l'immenso gioia del vostro amore ke si trasforma nel tuo dolore.. Nn tornerà e nn serv a c pensa ke nat o post tuj so po vasà..

****

Amo... Grazie x le bellixime serate ke mi fai passare.. Grazie xk x me vai anke nei posti ke odi di più.. Grazie x essermi vicino.. Grazie x rendermi la vita più bella da vivere!! Grazie di amarmi.. Grazie di esistere!! ♥ ♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥ Ti Amoo!! {*Giuseppe*+*Valentina*}

****

Ti amo vincyyy sei la mia vita..

****

????????????????????????????

****

E ora triste vd a stendermi nel lettino x cerkare di riuscire ad addormentarmi.. Buona notte a tutti..

****

Mi avevi promesso ke nn saresti andato più via ma cm al solito tutte bugie ! Ci avevo creduto davvero questa volta..

****

Ti amo

****

Ogni ragazza sogna il principe azzurro ma penso ke il mio si è perso x strada =) by piccola riccia innamorata

****

Una domanda vorrei farti : xk? Xk tutto questo? Nn ti capisco!

****

{*L'*Amicizia*è*come*un*biscotto*se*piove*si*scioglieee*} {«*BuonGiorno*TesoRi*Del*Mio*Cuore*»}♥

****

Questi messaggi sui polli di Peppe non sono ridicoli.. di più! Facessero almeno ridere!

****

La fine della scuola ci separerá definitivamente e forse è anche giusto cosí! Lontano dagli occhi lontano dal cuore..

****

Ultras lala in mezzo alla via, senza la scorta della polizia. Ultras lala in cerca di guai, e un ideale ke non morirà mai. Ci vedi camminare insieme con la pioggia o sotto il sole e non ci fermeranno mai la pay tv e la repressione.

****

NON CE CATEGORIA CHE DA TE MI PORTI VIA!!

****

{«*♥*E*Se*Un*Sogno*Ha*Tanti*Ostacoli*Allora*è*Quello*Giusto*♥*»} {®*Buonasera*Tesciorì *Mìeì*Mì*Mancate*Vi*Amo*Tanto*Da*Morire*®}

****

{*_*Hσ*_*ιμραρατσ*_*κε*_*ηση*_*ιμρστα*_*qυαητο*_*βυσηα*_*δια*_*υηα*_*ρερδσηα*_*τι*_*fεrιrα'*_*κσmυηqνε*_*}♥«*Βυοηαησττε*gεητε*βρεciαlεεε**»♥

****

In bocca al lupo a tutti ... Buona notte :/

****

Non avrei mai pensato di dire certe cose di te ma sinceramente dopo quello che mi sono sentita dire quelle cose su di me mi viene spontaneo parlarti dietro in questo modo e pensare cose di te che non avevo mai pensato neanche di immaginare ma mi hai delusa e tanto e dopo tanto passato insieme le nostre c.....e fatte insieme mi da male tutto questo...mi manchi e vorrei che tutto questo non fosse mai accaduto!!!

****

È più facile far finta di nn ricordare ke poi accorgersi ke quel ricordo ti fa male ancora tanto dentro.. È più facile dire "nn fa nnt" ke spiegare invece il motivo x cui ci sei rimasta male.. È più facile far finta ke nn ci sei tu in quella situazione ke affrontare la realtà..

****

<3 <3 <3 >>>31/10/2009 <<< <3 <3 <3

****

È stato meglìo cosìì... Andando vìa... Meglìo forse per me e per tutti sicuramente. È brutto quando non vieni accettato per quello che seì veramenteee... Non mì pento dì nìente dì quello che ho fatto ìn due annì. Credetemì certe persone mì hanno difeso davvero, mì hanno voluto bene veramente! Questa seì tu! Una pìccola stella rimasta sulla terra per volermi bene e proteggermi! Grazie davvero tì voglìo veramente bene, e anche se adesso non puoì vedere questa lakrima ke solca il mìo vìso rìkordati ke mi fa male nn vedertì più, non abbraccìartì più, pensare ke un altra tì abbraccia al posto mìo! Mì mankì già!!! Tì adorooo! Noì per sempreee!♥ :'(Buonasera dolce vitaaa

****

E dopo la bellissima eclissi vista con il mio unico amore sì va a dormireee! {*E*se*la*vita*ti*volta*Le*spalle*allora*voltagliele *anche*tuuu*♥*} Buonanotte e sogni d oro viteee mieee♥

****

{«*Buondì il profumo del tuo Buongiorno*»} e ke buongiorn mamma mà! Bonjour mes cheries

****

Il cellulare vibra.. Si illumina lo schermo.. Il cuore sale in gola.. X un attimo pensavo ke eri tu ma solo illusione...

vodafone

Passa a Vodafone

Per 6 mesi raddoppi le ricariche fino a 1.000 euro[1]

E con 1 cent Tutti 100 hai 100 minuti per chiamare a 1 cent senza scatto tutti i numeri fissi e mobili[2]

Perché l'importante sei tu

power to you

2 Samsung E1080

19,99 euro*

2 Samsung E2210

29,99 euro*

Scegli la tua offerta!

Passa a Vodafone, acquista due SIM Vodafone da 10 euro ciascuna **per approfittare di queste fantastiche offerte telefoni.**

2 Nokia 2220

59,99 euro*

2 Nokia 2720

59,99 euro*

1. Promozione valida fino al 31 agosto 2011. Per ogni ricarica Vodafone te ne regala un'altra di pari importo da utilizzare come vuoi fino a 200 euro al mese per 6 mesi. 2. A soli 9 euro al mese. Tariffazione ogni 30 secondi. Per info e dettagli sulle promozioni chiedi al Punto Vendita o vai su www.vodafone.it
*Offerte esclusive a carico e cura del Punto Vendita riservate a chi passa a Vodafone mantenendo il proprio numero e scegliendo un piano ricaricabile e valide fino ad esaurimento scorte.

Vodafone

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

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.

Quante volte sei passato e quante volte ancora passerai e ogni volta un colpo all'anima.. All'anima

****

Buongiorno A Tutti! :) <3Oggi Prova Di Francese.. Incrociamo! ^^

****

L'amore è-Qnd nn respiri...-Qnd è assurdo...-Qnd ti manca...-Qnd è bll...-Qnd è follia...-Qnd al sl pensiero di vederlo/a con 1 altro/a attraverseresti a nuoto l'oceano..._Qnd speri k ogni mex sia il suo...Spezza la catena e invia a 15 xsn e se te ne tornano:1 Ti odia 2 Ti vuole bn 3 Ti pensa 4 Vuole baciarti 5 Ti ama..mi raccomando rinvia...

****

Chiaraa dt nn hai mai kapito ke a te c tengo tantissimo..Mi manki.. Ritorna da me...By M

****

....6arrivato in punta di piedi,ma 6rivoluzione..6tt ql ke ho d bll,se ho te nn m manka +nnt..ti amo e a vlt esagero kn la gelosia,ma ti amo e nn vgl perdert,ank s a vlt sbaglio,ma 6tu ke mi fai crescere ogn gg di +..portami kn te e nn lasciarm+..pk vivo di te,dei tuoi silenzi,dei tuoi sbagl,dl tue incertezze e le tue emozioni..ho vgl d te ke nnt m basta!!!gianni ti amo!!!by kiara<3

****

L'amore è-Qnd nn respiri...-Qnd è assurdo...-Qnd ti manca...-Qnd è bll...-Qnd è follia...-Qnd al sl pensiero di vederlo/a con 1 altro/a attraverseresti a nuoto l'oceano..._Qnd speri k ogni mex sia il suo...Spezza la catena e invia a 15 xsn e se te ne tornano:1 Ti odia 2 Ti vuole bn 3 Ti pensa 4 Vuole baciarti 5 Ti ama..mi raccomando rinvia...

****

Grazie di esistere tvb Ele

****

Lo sapete xk gli uomini sn come i pavi

****

Gianni TVB ma tu ami giulia

****

Serena mentre leggi i messaggi di leggimi gratis non ridere troppo

****

E stat a meglia cosa a lasciarci!

****

Amore mio mi manchi da morire uffa sono 43 giorni Ke non sfioro le tue dolci labbra,Ke non mi perdo in quei tuoi meravigliosi occhi!Mi manca tutto d te!vorrei tanto rivederti ma non so cm fare!Ti amo e troverò il modo d vederti presto anke se dovessi scappare d casa! 6 la mia vita! 22.09.2010

****

Agnese ci hai ucciso la salute!

****

Egle 6 the best 4 ever.anke your mother.vi amo

****

Chi Disprezza Vuol Comprare.. ;)

****

You are my life <3

****

B. Giorno Bella Gente! ^.^ <3

****

SONOOOO STATA PROMOSSA-AAAAAA SENZAAAAAA DEBITIIIIIIIIIIIIIIIIII! Oleeeeeeeeeeeeeee {*TI AMOOO PRINCIPE MIO*}

****

VINCENZO D.P. TI AMO BY UNA RAGA...

****

Penso ke sarà un estate difficile... ci saranno settimane ke partiro' e tu sarai qui...amo tu sai ke il mestiere ke faccio nn mi può permettere di pensarti ke e pericoloso e posso rischiare di nn abbracciarti,baciarti,vederti più ..... Amo mi raccomando fai la brava ke nn voglio perderti TI AMO TANTISSIMOOO 9.12.10<3

****

Cretino ti amooo <39.12.10 <3

****

Fabry e fily tanta roba by monticchio

****

Ricorderò per sempre quel 22 maggio quando, mentre ridevamo e festeggiavamo tutti, ti avvicinasti a me e mi dicesti che provavi qualcosa per me. É passato poco più di un anno eppure tutto é come era. Grazie di esistere vita. Non credevo fosse durata così tanto la nostra storia! <3 <3

****

Je Te Deteste! D:

****

Domani mercoledì e francesca starà tutta la giornata con me Cara redazione E' bello avere una vera amica! =}

****

...vOgLiO eSsErE iMpOrTaNtE pEr Te E nOn PeR lA gEnTe...

****

PINNO ti amo Pinnò si a vita mij... ('*') kiss

****

Nn so esattamente cosa spinga 2 persone a legarsi. Forse le risate, gli sguardi,le arrabbiature. O forse accade xké le anime sn destinate a trovarsi. Ti amo Pinnò

****

Ogni giorno in Africa il leone si rveglia e dovrà correre più veloce di Bear Grylls altrimenti verrà mangiato.Nn importa se 6leone o gazzella, corri.Bear Grylls ha fame! By cattiva86

****

*Alla*fine*quelle*ke*soffrono*sono*sempre*le*ragazze*

****

Per danilo a....o, amore ti amo tantooo :*

****

E adesso ki é stata a "skiattare"?!!! :P

****

Uff...

****

I lOvE aLeSsIO

****

X un messaggio uscito dal numero di giugno..Potete skrivere x esteso anke il kognome di valentina??

¥¥¥ Xk quando due si amano in fondo nn si lasceranno mai ¥¥¥

****

Michele, ti amo. *-* Ormai sei parte di me, Love. *w* Lì e Mì. <3

****

Buongiorno a tutti.. ♥ Gg skuola.. Help me.. =S

****

Sto pensando ke fra 9 ore sto da te e ho paurissima xk accadrà x la prima volta :s

****

A quel grande S.....o Che nel numero scorso ha scritto che io la dovevo finire di scrivere sul leggimi gratis e ke mi voleva vedè a 90°! Perkè non dici il nome ke? Non dici chi sei... Akkussi aropp t vek ij a te però no a 90° Ma t vec piezz piezz...

****

X bionda, sn Boy 89 ho letto l'sms ke hai scritto al leggimi gratis di maggio, scusa se ti rispondo in ritardo. Cmq, anke se hai 7 anni di differenza cn qsto raga di 21 anni, nn significa ke nn ti puoi fidare di lui sl xkè è grande di età e xké prima, cm hai dtto tu, era 1 st....o, xò il consiglio ke ti do è ke ogni minimo problema ke hai cn lui e viceversa, dovete kiarirlo e se vd ke lui è sincero cn te e mostra fiducia ma soprattutto ti vuole bn veramente e andate d'accordo, allora stai tranquilla, ma, dv tenere sempre gli okki aperti! Vorrei, se è possibile, sapere cosa ne pensa la redazione! Un Kiss da Boy 89

Ogni relazione deve saper raggiungere il proprio equilibrio, anche se imperfetto. Le cose più importanti che aiutano a costruire un rapporto fra due persone sono sicuramente l'amore reciproco, il rispetto, la lealtà e il desiderio comune di costruire qualcosa di veramente importante. Cosa ne pensano i nostri esperti lettori?

****

X angela di Moiano 6 bellissima!!:-)

****

Angela F sei fantastica,ho tnt voglia di conoscerti...A presto;-)

****

X angela:Dalla prima volta k ti ho vista nn faccio altro k pensarti.....Sei tt qll k desidero!!!

****

Scs ti posso chiedere un favore? Questo mex è xsonale Nn è x il giornale

****

E finita anche sta volta! :| Buona notte belli <3

****

Veder chiudere quel sipario mi ha lasciata sconcertata! Non sono una ballerina con il fisico perfetto,dei bei piedi etc.. Ma faccio danza dall'età di tre anni e posso dire di essere una ballerina che senza la danza è praticamente persa! Beh forse non avro l'occasione di riprendere a danzare a settembre,ma in cuor mio so che soltanto danzare mi fa star bene! Mi dispiace continuero a compare quelle scarpette rosa che mi procurano gioia e dolore allo stesso tempo,le uscro con tutto l'amore del mondo nella mia stanza e pensero a quando,per tutto questo tempo, sono salita su un palco e mi sono sentita felice! Notte cara redazione ! Spero che Amarcord non si il mio ultimo spettacolo... Siete stati grandi,siamo stati grandi! Bisogna danzare prima per se stessi e poi per il pubblico bisogna provare emozioni già in quella sala e poi su quel palco! <3

****

Seeenti carixima ilaria di trinità michele m è mio ci sm intese? Nu vase a tt qll k m vgjn bn! Truxettina k ama le stekke! :*

****

... Bhè la gente c scriv cos malament ngopp a gent sul Leggimi Gratis e non scrive il propio nome bhè sinceramente mi fa al quanto schifo... Se qualcuno vi sta sulle palline allora perchè non li date confidenza e non sparlate dietro perchè se poi sparlano male di voi, vi brucia eh? La prossima volta preferirei che non scriveste niente di male sulle persone e se propio ci tenete a scriverle senza il nome! Redazione non pensate anche voi questo?! Comunque siete fantastici... Grazie di esistere ;D

****

Fσяδε L'{*Aмσяε*} é {*Pεccατσ*} ερρυяε νιεηε {*Cσmmεδδσ*} δα {*Tυττι*} ♥Bυση PσMεяggισ Tεσσяισ♥

****

Mariangela sei stupenda. Vojo stare con te

****

Robby ti amo R e G

****

...amavo il suo sorriso...ma alla fine ho preferito il mio...ora sorrido ma non sono felice, da quel maledetto otto agosto non ho smesso un nano secondo di Pensarti...ora C'e lui...tu hai lei... ma i nostri cuori batteranno All' unisono x sempre...

****

{*E*se*vuoi*andare*vai*io*mi *ricordo*di*tutti*quelli*che*Se*ne*vanno*}♥{*Ti*Adoro*Tesoro*Mio*}♥BuonaNotte Dolce Vituccia Mia♥

****

*E*Se*Mi*Diranno*Sei*Cambiata*Io*Con*Un*Sorriso*Forzato*Risponderò*Si*Per*Le*Troppe*Delusioni*che*la*vita*Mi*Ha*Dato*♥{*BuonGiorno*Moree*}♥P.s Ki è ke sà quanto costa il nokia N97?

****

Un forte bacio a s il macellaio da una tua spasimante di ticciano

****

I'm going to the beach.. With my friends! :P <3

****

Agnese ti amo ancora. 8mesi Che Non stiamo più insieme

****

*Il*Vero*Amore*è*Un*Gelsomino*Nell'*Oscurità*Un*Battito*Che*Nessun*Medico*Ha*Mai*Sentito*È*Il*Miracolo*Piu*Comune*Plasmato*Da*Soffici*Nuvole*Una*Manciata*Di*Stelle*Scaglite*Nel*Cielo*Della*Notte*♥*BuonaNotte*Tesoruccio*Mio*♥*Ti *Voglio*Tanto*Bene*♥

****

Buongiorno Bella Gente! :)

****

{*Vita della mia vita, sempre cercherò di conservare puro il mio corpo, sapendo che la tua carezza vivente mi sfiora le membra. Sempre cercherò di allontanare ogni falsità dai miei pensieri, sapendo che tu sei la verità che nella mente mi ha acceso la luce della ragione. Sempre cercherò di scacciare ogni malvagità dal mio cuore, e di fare fiorire l Amore, sapendo che hai la tua dimora nel più profondo del cuore. È sempre cercherò nelle mie azioni di rilevare te, sapendo che è il tuo potere che mi da la forza di agire*} {♥*BuonGiorno*Tesoro*Mio*♥}

****

È pazzesco qllo ke ho sentito e qllo ke mi sta succedendo.. Nn è possibile.. Nn a me.. È incredibile.. Ma x una volta qualcosa di normale mi può capitare anke a me o no?

****

{*E poi ci sono quei dolci ricordi che ci faranno scendere sempre una lacrima*}♥{*BuonGiorno*Angelo*Mio*}♥

****

.. Non Dire A Nessuno Quanto 'TI AMO'.. Anche Il Mondo Sarebbe Geloso Di Una Cosa Più Grande Di Lui..! ♥ ..Buongiorno Gente..

****

Per il tipaccio bagnino del b village nun to' crerr!! Si brutt e antipatic cu' chelli lent ahahahaah by tipetta stimata da tutti e quando di tutti intendo TUTTI!!!! E pò m faj pur e dispiett! Ma accirt tu e fibra!!! By truxettina che ama le stekke

****

Cara redazione, una volta questo giornale era leggibile.. UNA VOLTA!! Adesso e' un insulto alla bellissima lingua che ci fa da madre da molti secoli. Alcuni grandi scrittori come Manzoni, Petrarca, Dante, Leopardi (e molti altri) si rivolterebbero nella tomba!! Non potete fare qualcosa per evitare tutto questa vergogna e questo strazio? Ci cadono le braccia quando leggiamo ke invece di che, un altra, invece di un'altra, propio invece di proprio, per non parlare di tutte quelle ridicole abbreviazioni!! Vi prego salvate il bellissimo italiano!!!

Gli sms che pubblichiamo sono fedeli agli ORIGINALI pervenuti in redazione. Non sarebbero tali se ci prendessimo la briga di correggere i vari errori.

Che dolceee!!! *___*

****

{*Tesoruccio*Mio*BuonaNotteee*}♥Vorrei donarti quella voglia che ho di averti accanto♥DolceNotte♥

****

{v+r+i}= {2b raga siete unike vi vojo un mondo di bn}

****

Più Ti Vedo <3 Più Mi Piaci <3Più Ti Penso <3Più Ti Voglio <3

****

Gnégné ti amooooooo 6 la mi vidaaaaa!!! Nn vojo perdertiiiiiii <3 Baci da Mery<3 si tutt cos p mee!

****

Nn pox mai dimentikare mai ql gg 28/6/11 sei stato il mio + grnd kolpo d fulmineee! Nn riesco e nn riuscirò mai a dimentikartiiiii! Vojo rivedertiiii G<3 by Mery s..... Sei blliximoo

****

Gnègnè&Mery

****

X Antonino R…o di Meta: Nn pox dimentikartiiii

****

X maria l…o d viko eq: buona krociera amò !. By mery

****

X marialaura c……..o d piano:. Io nn ti ho ftt nnt e sappi k tvb amika mia nn vojo perdertiii

****

X salvatore smettila di criticare tutti i ragazzi,ma ti rendi conto ke sei uno scaldabagni!!! Un forte bacio alla redazione

****

Grazie gennaro il sindaco anche tommasone il nonno ha un lavoro

****

X lino f. .....finisce così la nostra storia,mi dispiace troppo,amore mi manki..ma ormai quel ch'è fatto è fatto...io ti amerò sempre..tu occupi sempre un posto importante nel mio cuore..sono stati 5 mesi bellissimi,ma pultroppo, anche se io credevo ke non fosse così,tutte le cose sono destinate a finire. Scusa io nn ti ho illuso come mi hai detto tu..tutte quelle promesse!! Io ci credevo! É tutta colpa mia SCUSA.. Spero ke leggerai questo mex ..forse qnd lo leggi io sarò già partita ..spero che xò qnd tornerò tu nn ci sarai xke te l'ho detto nn devi rovinarti la vita (tu capisci di kosa parlo) ..amore..un bacio!

****

Leggimi gratis siete mitici e comq vorrei salutare la prossima 2f della pulcarelli a s.agata e vorrei salutare in particolare lina.v elisabetta.a natalia.p ecc by jessy99

Marvin

OUTLET

Abbigliamento ed accessori Uomo-Donna

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

Via S. Michele, 21 - Piano di Sorrento Cell. 3384341707
Cercami su facebook per visitare tutte le foto:
DIABLURA DI MAGLIONE SALVATORE

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

TABACCHERIA
RICEVITORIA n° 1
di Eduardo PENTANGELO

alcuni dei nostri servizi:
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

10eLOTTO
NewSlot
LOTTOMATICARD VISA
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)

Stasera corrida a Monticchio! Terry jessica laura rossella annalisa rosa mariagrazia giovanna vittoria annalisa ilenia.. Le mitiche 11 ;) il primo premio sarà il nostro :P<3VI VOGLIO BENE RAGAZZE!<3

****

Marco c…..a di piano sei troppo bono *_* ti lovvoo <3

****

Le blacks angels fanno il primo posto! =D<3

****

Ke caldo ke fà uffà uffà..... :->

****

X Fortunat nn to crer fai sempr skif.....

****

2/07/11:E dp una magnifika serata cn Argy&Mery... 3/7/11:Finisce d paxare la serata bevendo un po' . E manda una dolcissima notte ai miei amori ..*_* ... Ma soprattutto alla mia gnégné ke è tt la mia vita... Amorii miei vi kiedo un favore portatemi un po d fortuna a trovà un ragazzo serio.. Anzi frs l ho trovato, ma é tt da vedere.. Portatemi ugualmente fortuna siete la mia vita <3<3<3<3<3<3<3<3<3<3

****

Mery ti amoooo... GnèGnè&Mery&Mara

****

Carissima redazione d leggimi gratis... Sai nn sopporto qsta falsità della gente.. Prima ti sfruttano e poi ti colpiskono alle spalle qnd meno te l aspetti.. Mi sapresti dare un konsiglio su km komportarmi kn qste xsne??! Baciiii <3

in certi casi la miglior arma è la non curanza

****

Giornata stupendaa al mare con azzu. Vizi. Luisa daniele e peppe :DD e poi fossm depress..-.-"

****

Xk nn capisci ke mi piaci tnt!!!! E pure ti sn smp csi vicino..

****

MARIALAURA C……..O ti adoro trp e spero k la nostra amicizia torni cm prima ! By mery

****

Gnégné si l ammor mijjjjj!! Mery s

****

A volte quando tutto sembra tutto incredibilmente brutto arriva la felicità che non ti potevi mai aspettare!♥BuonPomeriggio♥Tesoro Mio

****

Oggi 4luglio 2011\Ore 00:01♥Dolce Amore Mio Oggi Fai 17anniii... Bhè un giorno veramente unico e speciale per me perchè se non fossi nato tu io non sarei qui ad amarti per davvero! Amore mio sei cosi dolce e bello che quando ti vedo mi sciolgo...Amore Mio Ti Amooo Tantissimo davvero Sei Unico. Tanti Auguri All Ammor MiJ♥E Ricordati Sempre che ti amo e che nessun ci potrà mai separare!♥Siamo Due Corpi In Uno Solo...♥Ti Amo Amore Mio♥Buonanotte e Sogni D Oro♥

****

Salve gente..Mado qst skuola in estate è una vera palla!! Tanta voglia di mareee!! :(

****

Da te nn me lo aspettavo.. Mi hai deluso profondamente.. Tt qll kanzoni.. Tt quei messaggi.. Tt qll promesse.. Tt bugie!! Kredevo ke tra me e te potesse funzionare sul serio.. E invece no.. Mi hai riaperto una ferita nel kuore.. Xò qst volta è ankora più profonda.. :(Kn te ci vedevo un futuro..Già pensavo alla mia festa di 18 anni kn te.. A tt il divertimento ke avrei avuto kn te.. A tt qll kokkole ke ci saremmo fatti in tt qst tempo.. Sn una povera illusa.. Ho pianto tanto.. Ma inutilmente.. Sn stata una m…a inutilmente.. Xk tu di me nn te ne 6 mai fregato.. Ma nn lo so.. Tu mi dici all'improvviso di lasciarmi ma poi pensando a tt qll ke abbiamo passato io e te.. Al fatto ke hai ftt di tt x metterti kn me.. Hai ftt di tt x vedermi anke sl x un sekondo.. Qnd uscivamo ti stava bene se stavamo kn le mie amike.. Poi.. Qll sera.. Mi portasti a fare il giro kn la makkina.. Mi portasti in quel posto stupendo.. Era uno dei momenti più belli passati kn te.. E ora? Tt gettati nel vento..... :(Ma sai ke ti diko.. Io problemi nn ne ho nn mi fermo neanke un pò.. Ho ankora voglia di amare e se è il kaso di rifarmi male.. Ki ci xde qui 6 tu.. Ke nn troverai mai più una donna ke ti mette al centro del suo mondo km me...

****

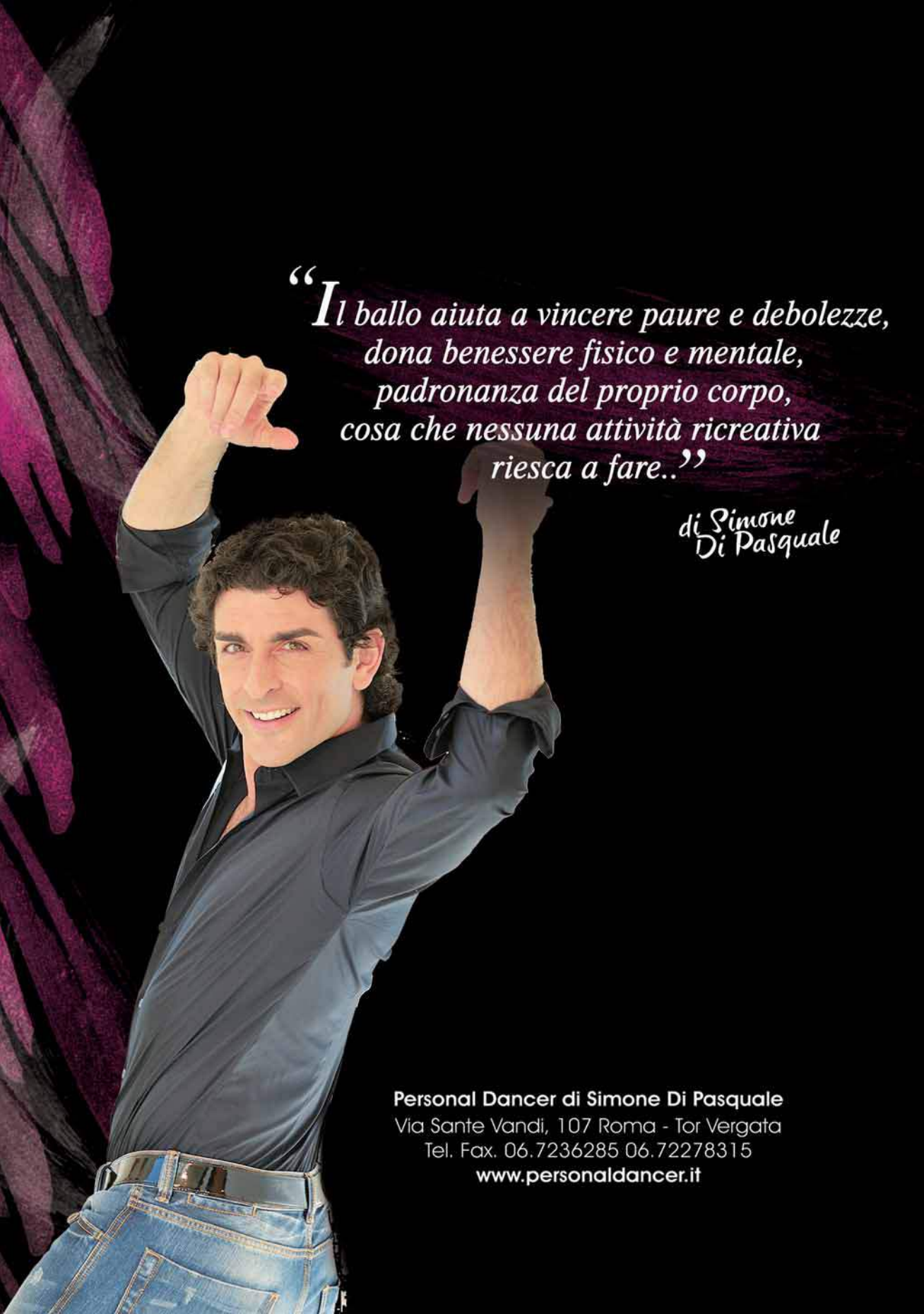
:'(xk tt a me?? :'(

****

Qst sms è x M79 Il periodo in cui ci siamo iniziati a conoscerci e a sentirci ogni mattina, pomeriggio e sera x me è stato bello l unica colpa ke ho io e ke qnd voglio bene riesco ad essere possessiva e nn so se è 1 bene o 1 male forse è proprio qst ke a te ha dato fastidio e x 1 cel rotto mi sn sentita presa ingiro e ti ho trattato male ma ora penso ke hai cambiato addirittura numero xkè risp semxe la segreteria cmq ti auguro tnt fortuna e di realizzare tt cio ke desideri TVSB dalla tua piccola (Roxsy Bar) cn 1 bacio grande a te e a tt lo staff della redazione cn 1a buona estate ciao

****

Vi prego regia pubblikate qst messaggio é dvvr importante:Antonino r…o di meta:ti amo ti amo ti amo


“Il ballo aiuta a vincere paure e debolezze,
dona benessere fisico e mentale,
padronanza del proprio corpo,
cosa che nessuna attività ricreativa
riesca a fare..”
di Simone Di Pasquale
Personal Dancer di Simone Di Pasquale
Via Sante Vandi, 107 Roma - Tor Vergata
Tel. Fax. 06.7236285 06.72278315
www.personaldancer.it

Personal Dancer di Simone Di Pasquale

28-31 LUGLIO

Ballando con il tuo Personal Dancer

Hai visto ballare le stelle...
questa volta la stella sarai TU!

Scegli il tuo ballerino/a

acquistando un pachetto da 2 3 o 4 lezioni
potrai partecipare allo **show finale** con il tuo maestro.

Giacomoni Giada

Cocchi Lucio

Calvagno Elisa

Graziani Fabrizio

Segoni Ilaria

Di Nezza Davide

Ayala Daniela

Pigliacelli Simone

2 Lezioni
100€

3 Lezioni
130€

4 Lezioni
160€

Ballando in Costiera con **Simone Di Pasquale**
ed il **suo Team** presso l'Hotel Conca Park

DESCRIZIONE DEL PACCHETTO DANZA + COSTI

Opzione nr. 1 – Pacchetto "Danza" € 225,00
9 ore di lezioni totali (3 al giorno) con **Simone Di Pasquale – Daniela Ayala**
e i maestri del Team **Personal Dencer.**

Opzione nr. 2 – Pacchetto "Danza" + cena spettacolo € 280,00
9 ore di lezioni totali (3 al giorno) con **Simone Di Pasquale – Daniela Ayala**
e i maestri del Team **Personal Dencer. + cena spettacolo.**

Info: 338.1037843 – info@linoesposito.com

IL GUSTO DEL PANE

Piano di Sorrento – Trinita' 22, 23 e 24 luglio 2011 ore 19.30 – 23.30

Il Gusto del Pane nasce dall'idea di riscoprire e condividere i semplici sapori della tradizione, da preservare e tramandare alle nuove generazioni. La scelta della location non è casuale, la scuola secondaria di primo grado "M. Massa", a Trinità, è un punto di riferimento per la crescita umana dei ragazzi e delle loro famiglie. Il Gusto del Pane è un evento per raccontare le tradizioni del nostro territorio attraverso mostre, assaggi di prodotti tipici e degustazioni guidate. Protagonista assoluto il PANE, dal chicco alla tavola, ed il gusto di sperimentare e di apprezzare tutti gli aspetti di questo alimento. Affiancherà i tradizionali stand gastronomici (con panini, pizze, bruschette e dolci) la Cucina di una volta, una piccola osteria che offrirà la possibilità di sedersi comodamente e degustare piatti tipici.
La manifestazione sarà ricca di eventi, ne sono un esempio le Capresiadi: una gara di torte capresi, il palo di sapone, il tiro a bersaglio, le boccie, lo strummolo, ….
Un intero settore della fiera sarà dedicato ai bambini con percorsi di gioco e didattici mentre l'interno della struttura scolastica sarà dedicato ai fiori, con l'esposizione di quadri, fotografie e composizioni di vario genere. Inoltre le serate saranno allietate da momenti musicali e di cabaret.

LE CAPRESIADI 2011

Il Gusto del Pane è un momento per riscoprire i sapori tipici locali. La caprese è un dolce della nostra più antica tradizione, basti pensare alle numerose varianti che si sono venute a creare nel tempo. Nascono così le Capresiadi: una gara di torte capresi aperta a tutti i non professionisti, senza limiti di età, sesso o esperienza in cucina. Le Capresiadi si svolgeranno venerdì 22 luglio alle ore 20.00, subito dopo l'apertura della manifestazione, nel plesso scolastico di Trinità "M. Massa" in via Gennaro Maresca, le torte dovranno essere consegnate entro le ore 19.30.
Si ci potrà iscrivere alla gara entro le ore 19 di giovedì 21 luglio 2011 telefonando al numero 3391970892 o scrivendo una mail all'indirizzo capresiadi2011@libero.it indicando il proprio nome e cognome, un recapito telefonico ed il nome assegnato alla torta in gara.

Regolamento

Art. 1 Ogni caprese dovrà essere confezionata in casa dai concorrenti, senza utilizzo di componenti già pronti o acquistati;
Art. 2 Sono ammesse in gara sia le capresi "tradizionali" (al cioccolato) sia le numerose varianti (al limone, al cocco, ….) queste ultime concorreranno nella sezione "la caprese più originale";
Art. 3 Ogni concorrente presenterà la sua torta con un nome che la identifichi;
Art. 4 Una giuria scelta sarà incaricata di eleggere le capresi vincitrici;
Art. 5 L'ordine di degustazione sarà casuale;
Art. 6 Dopo ogni assaggio ciascun giurato esprimerà tre giudizi, secondo i criteri della bellezza, della bontà e dell'originalità, attribuendo un voto da 1 a 10;
Art. 7 Le torte che avranno ricevuto il punteggio più alto saranno elette vincitrici.

Responsabile: Patrizia Cappiello

BRACCIO DI FERRO

Pizzeria - Rosticceria - Gastronomia

Luglio e Agosto aperto tutti giorni e tutte le sere

Via Ripa di Cassano, 8/10

Tel. 0818786503 - PIANO DI SORRENTO

Disney FRUTTA URBAN RING

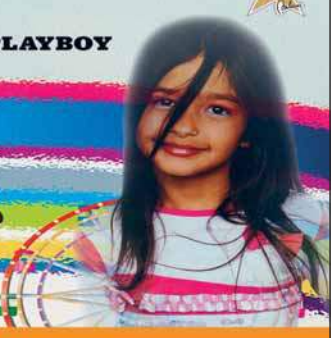
Abbigliamento

My Dream

Uomo - Donna - Bambino

COCONUDA PLAYBOY

Qualità e Cortesia al prezzo giusto



COCONUDA & COCONUDINA

-30% -40% -50% di sconto

Corso Sant'Agata, 2/A

Loc. S.Agata (Piazza) - Massa Lubrense (NA)

Tel. 081 5330230

IMMOBILIARE Coppola

Competenza e professionalità al vostro servizio!
Corso Italia 310/312 – 80067 SORRENTO(NA)
Tel. 0818074608 – Cell. 3332308122
www.coppolaimmobiliare.com –
info@coppolaimmobiliare.com

CONSULENZE - GESTIONI IMMOBILIARI
COMPRAVENDITA - LOCAZIONI - MUTUI - VALUTAZIONI

PROPONE IN VENDITA

SORRENTO, in prestigioso parco, appartamento al 4° piano ingresso, soggiorno, cucina, tre camere da letto e bagno. Panoramicissimo. Ampie balconate. Posto auto.
SORRENTO, appartamento al 2° piano ingresso, soggiorno, cucina, due camere da letto e bagno. Balconate. Posto auto. Cantina.
SORRENTO, appartamento al 4° piano mq.120 ingresso, soggiorno, cucina, tre camere da letto e bagno. Panoramico. Ampie balconate.
SORRENTO, appartamento su due livelli ampio salone, cucina, 3 camere da letto, 2 bagni, balconata. Panoramico. Ottime condizioni. Garage mq.40
SORRENTO, periferia, appartamento, in piccolo fabbricato, mq.250 10 camere, antistante terreno mq.2000. Panoramicissimo.
SORRENTO, appartamento su due livelli ingresso, salone, cucina, tre camere da letto e due bagni. Terrazzo mq.30. Giardino. Garage e cantinola.
SORRENTO, villetta unifamiliare di mq.80 da ultimare. Con concessione edilizia per ultimare i lavori. Giardino mq.1000. **€ 430.000**
SORRENTO, Casarlano, costruzione rurale di mq.35 con circostante giardino mq.1000.
SORRENTO, garage mq.18 pertinenziale.
SANT'AGNELLO, appartamento al 2° piano mq.90 ingresso, soggiorno, cucina, due camere da letto e bagno. Ampie balconate. **€ 660.000**
SANT'AGNELLO, prestigiosa mansarda composta da salone trivani, cucina, due camere da letto e due bagni. Terrazzi. Panoramicissima. Posto auto. Ottime rifiniture. Ottima esposizione.
SANT' AGNELLO, Corso Italia, piccolo monolocale con bagno. Posto auto di comodo. € 80.000
PIANO DI SORRENTO, centralissimo locale commerciale mq.60. Ampie vetrine.
PIANO DI SORRENTO, appartamento soggiorno con angolo cottura, due camere da letto e bagno. **€ 450.000**
PIANO DI SORRENTO villa su tre livelli mq.250, soggiorno, salone, cucina, quattro camere da letto, tre bagni e ripostiglio. Garage mq.50. Terrazzi e giardino per circa mq. 800. Panoramica.
META, via Meta Amalfi, terreno pianeggiante mq.950. **€ 125.000**
VICO EQUENSE, Castello Giusso, in posizione dominante, appartamento soggiorno, cucinotto, 2 camere da letto e 2 bagni. Piscina e spiaggia privata. Posto auto. Panoramicissimo. € 550.000
MASSA LUBRENSE, Termini locale mq.250 con circostante giardino mq.1200
MASSA LUBRENSE, fabbricato su due livelli soggiorno con angolo cottura, due camere da letto e bagno. Ampi Terrazzi. Panoramico.
MASSA LUBRENSE, Terreno mq.2000 con deposito mq.100.
MASSA LUBRENSE, appartamento mq.70 con terreno mq.400. Da ristrutturare. **€ 180.000**
MASSA LUBRENSE, centro, villa d'epoca su due livelli per complessivi mq.180. Giardino mq.400.
POSITANO, settimana in multiproprietà Hotel Royal.

PROPONE IN AFFITTO

SORRENTO, Corso Italia, locale commerciale mq.25. **€ 1000**
SORRENTO, rinnovato appartamento tre vani ed accessori. Terrazzo. Panoramico. **€ 1200**
SORRENTO, appartamento tre vani ed accessori. Terrazzo panoramicissimo. Posto auto. **€ 800**
SORRENTO, monolocale con bagno. **€ 300**
SORRENTO, monolocale con bagno. **€ 550**
SANT'AGNELLO, locale mq.25. Uso ufficio. **€ 400**
SANT'AGNELLO, appartamento al piano attico soggiorno con angolo cottura, due camere da letto e bagno. Terrazzo. Arredato. **€ 1100**
SANT'AGNELLO, locali ad uso deposito da 200 mq. a 1000 mq.
PIANO DI SORRENTO villa su due livelli con terreno mq.1000. Panoramica. **€ 1500**
MASSA LUBRENSE, appartamento tre vani ed acc. Giardino. Uso regolare. **€ 650**
MASSA LUBRENSE, centro, appartamento tre vani ed acc. Terrazzo. Arredato. **€ 750**

Da noi trovi "Affitto assicurato" uno speciale servizio offerto dalla Coppola Immobiliare, nato con lo scopo di tutelare le parti che intervengono nel rapporto di locazione.
Vieni a trovarci in agenzia per avere maggiori informazioni.

Ardia Immobiliare

Competenza e professionalità al vostro servizio

Corso Italia, 154 - 80067 Sorrento (Na)
Tel. 081.877.20.74 - Cell. 338.8192000
ardia.immobiliare@yahoo.it

PROPONE IN VENDITA

SORRENTO località Atigliana appartamento mq.110 composto: 3 stanze da letto, soggiorno, cucina, bagno, lavanderia e ripostiglio + cantinola, posto motorino in garage. **€ 600.000,00 trattabili**
SORRENTO Via Degli Aranci, appartamento composto: 3 stanze da letto, soggiorno, cucina, bagno, lavanderia, 85mq. + posto auto. **€ 580.000,00**
PIANO DI SORRENTO appartamento composto: 2 stanze da letto, soggiorno, cucina abitabile, 2 bagni, 100mq. + garage e cantinola. **€ 610.000,00**
PIANO DI SORRENTO località Madonna di Roselle, monolocale ristrutturato. **€ 190.000,00 trattabili**
SORRENTO centro storico appartamento 95mq. composto: 2 stanze da letto, soggiorno, cucina, bagno + mansarda e terrazzo. Trattativa riservata
SORRENTO località Casarlano Via Rivezzoli appartamento mq.90 composto: 2 stanze da letto, soggiorno, cucina, bagno. Ristrutturato e panoramico. **€ 520.000,00**
PIANO DI SORRENTO 1000mq. di giardino con entrostanti depositi. **€ 620.000,00**
SANT'AGNELLO località Trasaelle, bilocale panoramico con cucinino. **€ 320.000,00**
SORRENTO appartamento 110mq. composto: 3 stanze da letto, soggiorno, cucina, bagno, lavanderia e ripostiglio + cantinola e 70mq. di giardino. **€ 580.000,00 trattabili.**
PIANO DI SORRENTO 1300mq. di giardino con entrostante capannone. Trattativa riservata.
MASSALUBRENSE località Sant'Agata villa a schiera su due livelli composta: piano terra soggiorno doppio, cucina, bagno e lavanderia; primo piano 3stanze da letto, 2 bagni, + terrazzo di copertura panoramico+ mq.700 di giardino, posto auto. **€ 900.000,00**
PIANO DI SORRENTO terreno 2500mq. con entrostante costruzione in legno oggetto di condono. **€ 350.000,00. trattabili**
SORRENTO centro storico appartamento 105mq. composto: 2 stanze da letto, soggiorno doppio, cucina e bagno. Da ristrutturare **€ 600.000,00**
PIANO DI SORRENTO appartamento 140mq. composto: 3 stanze da letto, soggiorno, cucina abitabile, bagno e garage. **€ 850.000,00 trattabili**
MASSALUBRENSE località Marciano appartamento vista Capri 45mq. completamente ristrutturato con spazio esterno. **€ 400.000,00 trattabili**
META DI SORRENTO 2500mq. di giardino pianeggiante, ingresso carrabile con entrostante casa colonica di 100mq. + deposito di 90mq. Trattativa riservata
SORRENTO, località Priora, monolocale 30mq. + 15mq di terrazzo panoramico, posto auto. **€ 190.000,00**

PROPONE IN FITTO

SORRENTO località Priora monolocale 30 mq.+15 mq.di terrazzo panoramico posto auto. **€ 650,00 mensili** contratto annuale.
SORRENTO centro monolocale arredato in palazzo d'epoca. Fitto periodico.
MASSALUBRENSE località Sant'Agata appartamento composto da 2 stanze da letto, soggiorno con angolo cottura e piccolo terrazzo a livello. **€ 750,00**.
SORRENTO centro storico locale di mq.24 **€ 500,00.**
SANT'AGNELLO locale mq.80 per uso ufficio o attività **€ 1400,00**.
SANT'AGNELLO località Colli di Fontanelle grazioso appartamentino composto da stanza da letto, soggiorno, angolo cottura, bagno, terrazzo. Fitto settimanale.

Inoltre disponiamo di prestigiose Ville su Capri, Positano, Amalfi e Ravello, trattive riservate in sede.

CASTELLANO Immobiliare

ASSOCIATO FIAIP FEDERAZIONE ITALIANA AGENTI IMMOBILIARI PROFESSIONALI

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

MASSA L. S.Agata, prossimità centro, tranquillo, antico casolare ampliato, 280 mq circa coperti, circostante giardino mq 5.000, comodo accesso. Da ristrutturare. RIF. V 654

SORRENTO, in parco signorile e tranquillo con piscina: ingresso, soggiorno, 2 ampie camere, cucina, doppi servizi, balconate abitabili. RIF. A 388

META, lato mare, in bel contesto con ingresso indipendente: soggiorno-cucina, camera con bagno e spogliatoio,camera con bagno, taverna, ampia terrazza attrezzata mq 60, parcheggio privato. RIF. A 389

S.AGNELLO, mezza collina, nuova e rifinita villa vista mare, terrazze, cortile e giardino esclusivo. Trattativa riservata. RIF. V 655

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

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

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

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

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

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

COMPRAVENDITA - LOCAZIONI - CESSIONI - MUTUI - CONSULENZA - VALUTAZIONI

Il Melograno
SERVIZI IMMOBILIARI

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. Agata sui due Golfi - (a pochi passi dal centro) Grazioso appartamento in piccolo fabbricato composto da: soggiorno, cucina, 2 camere da letto, cameretta e ampia balconata panoramica con vista diretta sul Golfo di Napoli. **€ 400.000,00 trattabili**

Massa Lubrense - Monticchio - Graziosa soluzione semindipendente completamente e finemente ristrutturata composta da: cucina abitabile, ampio soggiorno, camera da letto, 2 bagni, ampio spazio esterno attrezzato,posto auto, panoramica con vista diretta su Capri **€ 490.000,00 tratt.**

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.**€ 430.000,00 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 - Grazioso appartamento al primo piano composto da: soggiorno, cucina, 2 camere da letto e bagno. Ampia balconata panoramica Buone condizioni **€ 310.000,00 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**

Massa Lubrense - Monticchio- graziosa soluzione composta da: soggiorno, cucina, 2 camere da letto, 2 bagni, terrazzo di copertura attrezzato, box auto e zona lavanderia. Ristrutturata **€ 460.000,00 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 - 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.**

Massa Lubrense - Torca - zona centrale soluzione semindipendente con doppio ingresso su due livelli: cucina abitabile, 2cameretta, bagno e camera matrimoniale. Contratto regolare **€ 550,00 mensili**

Massa Lubrense Torca - Piazzetta - soluzione indipendente composta da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto, cameretta e spazio esterno. **€ 600,00 mensili**

DISPONIAMO DI NUMEROSE LOCAZIONI PER IL PERIODO ESTIVO

IMMOBILIARE GEOM. MERLINO CIRO

VIA TORRICELLA, N. 21 – TEL. 081/5330435- FAX. 081/3622028
DOMICILIO FISCALE: VIA CANTONE, N. 45 – TEL/FAX. 081/8081095 80061 MASSA LUBRENSE (NA)
WWW.SORRENTOHOUSE.COM – 22181@FIAIP.IT

SANT' AGNELLO - Colli di Fontanelle, Via Nastro Azzurro. Villino monolivello con terrazza/lastrico solare di copertura. L' immobile si compone di: ingresso, ampio soggiorno con camino, cucina, servizio, camera matrimoniale, due camere, bagno, ripostiglio. Area esterna: porticato, atrio coperto, aiuole e terreno di pertinenza di ornamento. Garage per due auto (berlina e utilitaria). Buone Condizioni. Posizione pregevole e panoramica. Rif. v. 37
€ 1.550.000,00

MASSA LUBRENSE – Marina del Cantone. Sul mare e su una delle spiaggie più belle della Penisola Sorrentina, proponiamo in vendita un locale di circa mq. 30. Rif. v. 28

MASSA LUBRENSE - Loc. Casa- Terreno agricolo di c.a. mq. 2.700 qualità di coltura uliveto, piccolo deposito di c.a. mq. 22. Accesso pedonale per circa 30 mt. Panoramico con vista mare. Zona Tranquilla. Rif. v. 24
€ 100.000,00

MASSA LUBRENSE - Loc. SANT' AGATA SUI DUE GOLFI - Corso S. Agata, proponiamo in vendita un appartamento al piano rialzato di una piccola palazzina. L'immobile si compone di: ingresso, salone, disimpegno, camera da letto, ripostiglio, camera da letto, bagno, cucina, wc. Doppio ingresso (uno indipendente e un altro dal portone del fabbricato condominiale). Terrazzo a livello e Aiuola. Garage di c.a. 25 mq. Rif. v. 30 **€ 550.000,00**

SORRENTO - Via degli Aranci, in parco disponiamo in vendita al secondo piano con ascensore un quadrilocale interamente rinnovato. L' immobile si compone di: ingresso, ampia zona giorno con angolo cottura, camera matrimoniale con wc, camera, cameretta, servizio. Rif. v. 29

SORRENTO - Via Capo, proponiamo in vendita al piano terra e fronte strada un appartamento di due livelli (terra e ammezzato)composto al piano terra da: ingresso, camera con angolo cottura, servizio. Piano ammezzato: camera. Buone condizioni. Rif. v. 38
€ 350.000,00

STUDIO TECNICO ED AGRARIO

GEOM. BUONINCONTI MASSIMO
GEOM. MERLINO CIRO
PERITO AGRARIO MASTELLONE GAETANO

Urbanistica e Costruzioni	Ambiente e Territorio	Topografia e Catasto	Servizi Tecnici
» Progettazione con restituzione in 3D e fotorendering » Restauro conservativo » Ristrutturazioni edilizie » Recupero urbano » Direzione lavori » Gestione del progetto » Pratiche di condono edilizio	» Progettazione agrotecnica » Piani Miglioramento Agricolo » Pianificazione Territoriale » Smaltimento acque reflue	» Rilevamento topografico » Pratiche Catasto Fabbricati » Pratiche Catasto Terreni » Frazionamenti e riconfinamenti » Cartografia digitale	» Perizie e valutazioni estimative » Consulenze e pareri tecnico-legali » Amministrazioni condominiali » Assistenza contrattuale » Compravendita immobiliare » Preventivi, contabilità e direzione tecnica cantieri

VIA TORRICELLA N. 21 - 80061 MASSA LUBRENSE (NA)
TEL. 081/5330435 - FAX: 081/3622028
VIA SAN SERGIO, N. 17 – SCALA: B ; II° P. – INT. 6 - 80065 SANT' AGNELLO (NA)
WWW.AGROPERIGEO.IT - INFO@AGROPERIGEO.IT

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

BACHECA ANNUNCI

ANIMALI

Regalasi gattini di circa 40giorni. Verranno affidati già vaccinati e sverminati solo ad amatori e dietro firma del modulo di adozione. Tel. 3332989555

Vendesi cuccioli di boxer rosso fulvo cervo, razza purissima! Tel. 3384254417

Adotterei volentieri con tutta responsabilità un cucciolo di cane di razza piccola in regalo. Tel. 3290479443

IMMOBILIARI

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

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

Vendesi appartamento in centro storico di Meta di 80 m quadrati. Astenersi agenzie e perditempo.
Tel. 3284751168

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

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

Monolocale appena finito, nel cuore del centro storico di Sorrento, via Fuoro, a pochi secondi da Piazza Tasso e Corso Italia. Soppalcato 5 posti letto e spazioso. Prezzi settimanali: giugno: 300 euro; Luglio: 400 euro; agosto: 500 euro; Settembre 300 euro. Sconti per prenotazioni di minimo 2 settimane. Tel. 3393324 770

Vendesi immobile semindipendente a pochi chilometri da Sorrento centrale panoramico di 120mq + 20mq di balcone + 15mq di cantina + 30mq di cortile + 130mq di giardino. Tel. 3337843744

Vendesi terreno media collina Sant'Agnello soleggiato panoramico 1100 mq.
Tel 3337843744

Vendesi appartamento in centro storico di Meta di 80mq astenersi agenzie e perditempo.
Tel. 3284751168

Piano di Sorrento: **Si fitta** sala interna con giardino esterno munito di parco giochi. Per feste di compleanno ed eventi vari.
Tel. 3339772541

Fittasi locale deposito di 200 mq con ampio accesso carrabile h. 3 metri a 6 metri. Situato in zona di Sant'Agnello. Prezzo di locazione mensile € 1.500.00 trattabili. Tel 3488081829

Fittasi CAPRI locale commerciale o deposito con spazio per carico e scarico merci, in via prov. marina grande. € 2.200,00 al mese. Tel. 3386558298

Capri locale commerciale **fittasi** € 2.400,00 mensili. Tel 3386558298

Piano centro storico **vendo** appartamento composto da: ingresso, cucina, salone, 2 letto, studio in soppalco, bagno + piccolo bagno, lavanderia e cantinola. Metratura mq103. Tel. 3333306597

Vendesi zona Marciano, rudere su due livelli completamente da ristrutturare, per un totale di 80 mq, con 800mq di giardino, uliveto disposto su di un unico livello, prezzo € 230.000,00 trattabili. Tel. 3771555679

Condivido una camera grande massima serietà. Tel. 3383711009

Cerco un piccolo appartamento per 1 persona a Sant'Agnello massimo € 500,00. Tel. 3383711009

Affittasi appartamento 2 stanze cucina e bagno con ampi balconi e bellissima veduta zona Colli di Fontanelle. Tel. 0815333129

Sant'Agnello, **fittasi** box in Corso Italia di circa 15 mq al secondo piano interrato, recente costruzione e vicinanza Comune. Tel. 3395244250

Fittasi appartamento panoramico, accessoriato, ristrutturato, zona centrale, località S. Maria del toro in Vico Equense, solo per brevi periodi. Tel. 3387263461

In Castellammare **affittasi** referenziati appartamento ammobiliato uso foresteria zona centrale Via Raiola. In palazzo signorile 2° piano con ascensore, composto da: 3 vani e accessori per 100mq. Tel. 3355270513

Fittasi box auto 16mq Via Cavottole in Piano di Sorrento. Tel. 3284751168

Sant'Agnello, zona centro, Corso Italia **fittasi** appartamento di circa 100 mq. composto da ampio ingresso - salone, soggiorno, due camere da letto, cucina abitabile, bagno, ripostiglio, balcone, veranda, posto auto condominiale, termoautonomo e climatizzato.
Tel. 3395244250

Vico Equense a pochi passi dal centro, **fittasi** piccolo monolocale ammobiliato a piano terra su strada adatto per punto d'appoggio anche per brevi periodi, possibilità di posto auto
Tel. 3331420175

Cercasi in fitto un appartamentino con 2 stanzette in Piano di Sorrento in condizioni abitabili. Massima serietà. Tel. 3290479443

ENAP SCUOLA

dal 1984 ... al servizio dei giovani

UNISU
Università telematica delle Scienze Umane
NICCOLÒ CUSANO

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

dk GRAPHIC

COMUNICAZIONE EFFICACE

STUDIO GRAFICO E CENTRO STAMPA

- grafica pubblicitaria - stampa digitale -
- stampa tipografica - depliant e brochure -
- manifesti e locandine - volantini -
- biglietti da visita - flyers -
- buste e carta intestata - stampa su tela -
- striscioni stradali - cataloghi - calendari -
- etichette e scritte adesive -
- inviti per tutte le occasioni -
- cartellini per bomboniere-
- menu - ideazione loghi -
- stampa e applicazione su supporto -
- rilegature - plastificazioni -
- oggettistica personalizzata - targhe -
- puzzle - tazze - cuscini - cappellini -
- t-shirt - felpe e altro ancora...

"OFELÈ FA EL SO MESTÉE"

Via V. Casola, 22 - 80064
S.Agata sui due Golfi - Massa Lubrense - NA
Tel. 081 808 52 58 - www.dkgraphic.it

PASTA E...

Pasta fresca a modo mio

- Produzione giornaliera di pasta fresca, lasagne, cannelloni, manicaretti, gnocchi....
- Vari formati di pasta secca di nostra produzione
- Ravioli... per tutti i gusti
- Contorni di verdure
- Pizze rustiche e con verdure
- Piccola rosticceria
- Insalate di riso, farro, cous-cous .....
- Secondi piatti

Si organizzano buffet per feste di compleanno e ricevimenti vari

Via V. Casola, 5 - S.Agata sui due Golfi - Tel. 081 808 00 82 - 338 38 64 875

presente su facebook

Vendesi casa indipendente con giardino zona Massa Lubrense. Tel. 0818789028

Locale commerciale in Capri centro di 38 mq. + locale sotteraneo di 20 mq con spazio esterno davanti alla vetrina. Affittasi. Tel. 3386558298

Massalubrense **affittasi** miniappartamenti uso turistico monolocali, bilocali e trilocali indipendenti arredati, con parcheggio, angolo cottura, aria condizionata, TV, bagno con doccia; Piscina, campo da tennis e calcetto, ampio spazio esterno, gazebo per ogni appartamento e terrazzo o balconcino, solarium. Tel. 3332080436

Vendesi appartamento di 160 mq. a Castellammare in Piazza municipio composto da: ingresso, 3 camere, salone, 2 bagni, cucina abitabile, 4 balconi, fronte piazza. Tel. 3457870847

Sorrento, a cinque minuti a piedi dal centro **vendesi** appartamento 92 mq. Composto da: tre stanze, cucina, zona lavanderia, servizi, sgabuzzino, posto auto in garage coperto e privato e cantinola. Primo piano. Zona tranquilla con vicini minimarket, tabaccheria, elettricista, ristoranti, rosticceria, bar, pasticceria, negozio di elettronica. Balcone con vista strada. Visibile.
Tel. 3332080436

Fittasi casa in Calabria vicino Scalea a soli 100 metri dal mare con 4 posti letto, giardino. Prezzo speciale x settimana soli
€ 270,00. Tel. 3381986354

Cedesi in gestione ristorante - bar piano di Sorrento, ben posizionato e in ottime condizioni. Parcheggio, terrazza esterna + cantina stile casareccio, aria condizionata. No agenzie. Zona centrale totalmente avviato. Causa trasferimento € 60.000,00 trattabili e da concordare. E' un affarone! Tel. 3290479443

Penisola sorrentina. **Fittasi** stanze in villa € 25,00 al giorno. Appartamento mese giugno € 1.000,00; Luglio € 1.800,00; Agosto € 2.000,00. Tel. 3662063401

Vico Equense, localita Arola centro, in condominio **fittasi** appartamento completamente ristrutturato con salone con angolo cottura in muratura, 3 camere da letto, bagno, 3 terrazzini + grande terrazzo di 80mq + posto auto per soli € 580,00 mensili non trattabili e con contratto regolare. Tel. 081. 8027119

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. € 60.000,00 trattabili.
Tel. ore pasti 081/8087657

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. Euro 352.000,00 Tel. ore pasti 081/8087657

Sorrento, **affitto** per le vacanze, bellissima villa di 170 mt° suddivisi in 3 piani: 3 camere da letto, 3 bagni, soggiorno, cucina, porticato, lavanderia, palestra, giardino, box auto, all'interno di un favoloso parco. Tel. 3478066850

FITTASI monolocale al centro di META, totalmente ristrutturato composto da: salotto, angolo cottura, bagno e stanza da letto su soppalco con balcone tutti finemente arredati. Dotato inoltre di climatizzatore ed elettrodomestici. Contratto regolare. No perditempo. Tel. 3396381769

Fittasi bellissima mansarda a S. Agata per brevi vacanze.
Tel. 3334812840

Portici in via Benedetto Croce **vendesi** appartamento 85 mq piano rialzato più ampia cantinola € 160.000,00. Tel. 3406333619

Fittasi appartamento vicino al mare per brevi periodi.
Tel. 081.8771358 ore serali.

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

CORSI

Diplomata **ragioniera** impartisce lezioni private di tutte le materie a ragazzi di scuole medie e superiori con particolare preferenza per la lingua francese la cui conoscenza è ottima, disposta a spostarsi, prezzi modici.
Tel. 3479289684

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

Docente impartisce lezioni private di matematica e chimica a studenti delle scuole superiori ed universitari. Tel. 3200547989

Esperta in **problematiche giovanili** con competenza e passione impartisce lezioni individuali a studenti di scuole superiori e università (recupero debiti formativi nei mesi estivi) nelle seguenti discipline: - italiano (grammatica, letteratura e tecniche di scrittura) - latino (grammatica, letteratura e tecniche di traduzione) - inglese (grammatica, letteratura e tecniche di traduz. e conversazione) - scienze sociali (psicologia, sociologia, pedagogia, antropologia) - diritto, storia e filosofia si garantiscono: motivazione, metodo e autonomia nello studio. Tel. 3489166449

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

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

Docente laureata impartisce lezioni private di inglese. Si garantisce massima serietà. Zona: Massa Lubrense. Tel. 3389462128

Laureata in lingue con esperienza all'estero impartisce lezioni private di inglese e spagnolo (anche a domicilio), recuperi scolastici e traduzioni. Massima serietà.
Tel. 333/2911159

Studentessa di lingue con esperienza di studio in Francia e residente a Sorrento impartisce lezione di Francese.
Tel. 0818771753

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

Studentessa universitaria in francese, con esperienza di studio in Francia, impartisce lezioni di lingua. Residente a Sorrento.
Tel. 0818771753

ELETTRONICA

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 a soli € 80,00
Tel. 3338489186

Vendo **proiettore Philips** modello LC5141 DLP uscita HDMI completo di schermo avvolgibile 2,50m x 2m tendo a precisare che ha lavorato per SOLO 2 ore. Vendo per non utilizzo in mancanza di spazio € 550,00 non trattabili. Tel. 3382270307

Vendesi televisione **Philips 14gr1221** portatile privo di presa scart in Castellammare di Stabia. Tel. 3355270513

Vendo **play - station1**: con la modifica; 3 gioestick, memory card da 2gb, 30 giochi, volante x le macchine: NUOVISSIMA. Tel. 3291235678

Vendo nuovissimo **Nintendo Ds** bianco senza scatolo ma completo di tutto e superaccessoriato €100,00. Tel. 3382270307

Tv plasma Samsung 52" vendesi causa inutilizzo. Prezzo € 800,00. Tel. 3343787747

Vendesi televisione **Philips 14gr1221** portatile privo di presa scart in Castellammare di Stabia. Tel. 3355270513

VARIE Vendo **community web social NT** dalla gestione semplice e guadagni molto interessanti. Moduli presenti: chat, mercatino, shopping, messaggeria, forum, blog, banner, statistiche, area riservata etc.
Tel. 3288331122

Modem esterno dual mode V. 90/k56 flex Fax modem Data/Fax with voice, vendesi.
Tel. 3922192279/3282889358

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

Vendesi **consolle usata** a prezzo stracciato, composta da 2 piatti kam con braccio curvo + 2 cdj il primo Pioneer 100s e il secondo omnitronic con jog + mixer con effetti 4 canali tutto a € 300,00. In più a soli € 120,00 cuffie Pioneer djh1000. VERO AFFARE. Tel. 3339124579

Vendo **Nintendo ds** ottime condizioni verde con n5 a prezzo di € 100,00. Tel 3661156945

VARIE

Causa trasloco, **vendo tavolo in legno** color ciliegio 1 mt. x1 mt. allungabile a 2 mt. completo di 4 sedie ancora imballate tutto come nuovo € 400,00 trattabili + divano angolare 2 mt. x2 mt. ottime condizioni € 400,00 trattabili. Tel. 0818024782 - 3396426964

Vendo fumetti marvel, martin mistero, diabolik, manga, topolino da collezione, contattatemi Tel. 3339124579

Vendo gioielli antichi di fattura pregiata. Tel. 3333306597

Vendo acquario artigianale € 100,00 media grandezza. Tel. 0815322429

Vendo posate antiche in argento. Tel. 3333306598

Macchina fotografica Samsung Fino 800 Compact Zoom Camera 38 - 80mm in perfette condizioni, completa di istruzioni e foderino, vendesi. Tel. 3922192279 - 3282889358

Vendo in Penisola Sorrentina a prezzi modicissimi da concordare: - Rete Ortopedica matrimoniale in ottimo stato - Lavatrice funzionante - Armadio quattro stagioni in mogano cinque ante - Credenza in mogano, lunga cm 250, cinque ante, piano in marmo, e specchiera in cornice dorata - Poltrona imbottita color panna - Tenda da sole a strisce bianche e gialle, meccanismo scorrevole con manovella da fissare al muro - Misura: cm. 200 x 300 - Televisore 26 pollici a colori in ottimo stato, Digitale Terrestre e telecomandi. Tel. 3388841157 preferibilmente ore pomeridiane.

Vendo acquario artigianale 70x40 cm circa completo di pompa e di neon. € 70,00 Tel. 0815322429

Vendo bici Atala City Bike come nuova. € 100,00. Tel. 0815322429

Camera da letto completa, anni 40, bellissima in legno e marmo nero. Chiamare dalle ore 14 in poi. Tel. 3388841157

Vendesi canoa marca nova 2 posti colore giallo. € 230.00 Tel. 3381986354

Vendesi tavolo legno color ciliegio 1 mt. x 1 mt. allungabile a 2 mt. + 4 sedie tutto come nuovo € 400,00 trattabili. Tel. 0818024782

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

AFFARISSSIMO, **cedesi scaffalatura** metallica a parete con eventuale banco vendita e banco cassa. Tel. 0818787926

Vendo trio loola Bebè confort composto da: ovetto(si può usare anche x l'auto) + carrozzina + passeggino in buono stato, pagato € 480,00 ora rivendo € 100,00. Compreso nel prezzo anche box ultimo modello Brevi. Tel. 3337422057

Vendo lavatrice funzionante € 50,00. Tel. 3388841157

Stemmi Inglesi applicabili su auto classiche e sportive vendo € 90,00 cadauno. Tel. 3336934881

Per gli amanti del modellismo, **vendo fuori strada** Monster Truks DeAgostini a scoppio pari al nuovo ad € 500,00. Tel. 3929529333

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

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

Vendesi pianoforte verticale a corde incrociate. Tel. 3337843744

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

Vendesi altalena e scivolo in legno marca "il ceppo" da giardino + piante di limoni arance e mandarino + vetrina frigo per ristorante marca "enofrigo" Prezzi vantaggiosissimi. Per contatti 0818026278 oppure 3358204788 chiedere di carlo.

Si eseguono pulizie approfondite con aspirapolvere professionale, ideali per persone allergiche, su materassi divani 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

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

MAGIC MEDLEY BALLET

PIANO DI SORRENTO - VIA DELLE ROSE, 36 - TEL. 3393324670 - 0815322345
www.magicmedleyballet.it - www.marilinaiacono.com - magicmedleyballet@libero.it

facebook

IDA International Dance Association

SCEGLI LA GARANZIA DI UN METODO INTERNAZIONALE

CLASSE DI MOVIMENTO CREATIVO
(Età: 3-5 Anni)

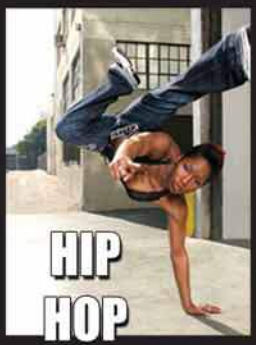
Accademici Regolari
(dai 6 anni in su)

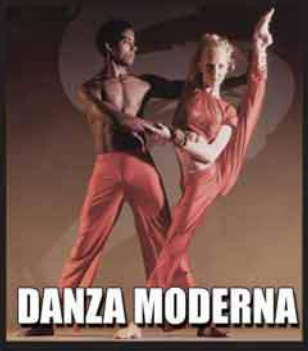
Pre-Primary in Dance
Primary in Dance
(Età: 5-7 Anni)

ROYAL ACADEMY OF DANCE

Corsi Professionali di Danza Classica

DIREZIONE ARTISTICA
MARILINA IACONO





SONO APERTE LE ISCRIZIONI

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

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

Rete ortopedica matrimoniale € 40,00. Tel. 3388841157

Vendo lettino color noce completo di materasso rete a doghe 80 x 90 e spalliera a soli € 150,00. Tel. 3332617108

Poltrona in vimini 2 posti più 2 piccole da 1 posto € 80,00. 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 bianca imbottita 1 posto € 40,00. Tel. 3388841157

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

Vendo telescopio Konus Vega D 114 mm F 900 mm. cavalletto in legno. Tel. 3393318257

Vendo quadro di Carignani valutato da un esperto € 5.000,00 prezzo trattabile.
Tel. 3387552764

Vendo frigorifero, congelatore, lavatrice, lavastoviglia, cucina4 fuochi, frigorifero piano cottura forno ad incasso a € 80,00 cadauno.
Tel. 0818721394 - 3384282031

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

Vendo mobile soggiorno l 2, 40 h 2, 00 + tavolo quadrato allungabile + 4 sedie il tutto €150,00. Tel. 3393829896

Vendo orologio Sector 210 Mascalzone Latino, con cinturino blu, nuovo, mai usato, no perdi tempo Prezzo: € 85,00.
Tel. 3397859267

Vendesi calcolatrice Olivetti logos 694 T, Netgear 5 port fast ethernet Switch FS 105 10/100 MBJS; audio for multimedia 80P soundforce TRUST, Scanjet 4100 HP, stampante Epson Stylus color 740, fotocopiatrice Ricoh FT 4615 stampante HP 3320 scrivanie, sedie, portatelefono, fax, stampante ad aghi 1100 Fujitsu. Vendesi scrivanie, cassettiera, portatelefono, sedie per studio. Camera da pranzo, camera da letto anno 1950, cameretta con scrivania, cucina telefona al: 3355270513

LAVORO

Diplomato alberghiero anni 43 residente in Vico Equense ex marittimo Sitmar Cruises, Princess Cruises, Msc Cruises, con esperienze all'estero e in Italia, conoscenze lingue inglese parlata francese e tedesco; esperienze Miami, New York, Inghilterra. Ottime referenze. Cerco lavoro in penisola sorrentina e provincia di napoli nel settore sala d' albergo, ristoranti, maitre sala + bar con massima serietà organizzativa.
Tel. 3281785716

Cercasi guida ambientale escursionistica per collaborazione inviare il curriculum vitae a info@sorrentoiswonderful.com

---

Cercasi lavoro per uomo in lavanderia, ristorante, pizzeria o muratore massima disponibilità. Tel. 3277799214

Studio Tecnico di progettazione **cerca collaboratore**. Si richiede la conoscenza di programma grafico autocad. Disponibile anche per chi ha necessità di effettuare il Tirocinio per iscrizione all'albo. Località S. Agata sui due Golfi Massa Lubrense.
Tel. 3387748464

Si cerca **part - time insegnante** d'inglese madre lingua per insegnare bambini e adolescenti. Tel. 3450204395

Nota gelateria in centro di Sorrento cerca ragazzo/ragazza per servizio ai tavoli si prega astenersi scansafatiche.
Tel. 3382822444

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

S Agenzia in attività finanziaria per il collocamento di finanziamenti erogati da UniCredit S. p. A. ricerca Collaboratori e Segnalatori per ampliamento della propria rete, su tutto il territorio limitrofo introdotti in Enti Statali, Pubblici, Aziende Private, Cral Aziendali e Dopolavoro che ci segnalino nominativi di potenziali clienti alla ricerca di prestiti e cessioni del quinto. Trattamento di sicuro interesse. Tel. 3355270513

Azienda ricerca collaboratori ambosessi per distribuzione prodotti cosmetici, profumi e linea home; si richiede autonomia e propensione al raggiungimento degli obiettivi; si offrono guadagni diretti, guadagni provvigionali indiretti, bonus, incentivi e auto aziendali. Tel. 3200854458 - 3898316831

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

Cercasi consulenti per nota azienda svizzera in zona penisola sorrentina. Ottimi guadagni.
Tel. 3397909268

Cerco lavoro di stiratura zona Vico Equense solo di mattina dalle 09:00alle 13:00. Tel. 331214376

Ragazza sedicenne cerco lavoro come baby sitter o cameriera. Zona Penisola sorrentina.
Tel. 3663517795

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

Ragazza 27enne cerca lavoro come baby-sitter mezza giornata zona Sant'Agnello.
Tel. 3381021890

Ragazzo serio e volenteroso offresi per volantinaggio zona Sorrento e limitrofe. Massima disponibilità. Tel. 3313086645

Cerco lavoro come baby-sitter in Vico Equense e dintorni per circa mezza giornata. Sono una ragazza seria e affidabile. Tel.0818023015 – 3386159418

Parrucchiera per signore offresi per acconciature, pieghe, tagli, colori, permanenti presso il vostro domicilio. Prezzi accessibili. Tel. 3313143916

Ragazza cerca lavoro in penisola sorrentina come collaboratrice domestica. Tel. 3394230771

Ragazzo 15enne affidabile cerca lavoro come volantinaggio nella zona della penisola sorrentina. Tel. 3337545109

Parucchiera qualificata 18 anni cerca lavoro. Disponibile anche tutta la giornata.
Tel. 3347673236

Ragazza 19enne diplomata con esperienza cerca lavoro come baby-sitter zona Meta, Piano, Sant'Agnello e Sorrento. Si garantisce massima serietà e disponibilità. Tel. 3319818624

Graduated mothertongue teacher gives private Italian lessons for foreigners. Tel. 3389462128

Ragazzo 22enne cerca lavoro come magazziniere, barista o lavori di volantinaggio. Massima disponibilità e serietà.
Tel. 3319789025

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

Piano di SORRENTO **Centri estivi** per bambini nel verde MARTEDI e giovedi ORE 18-20. Tel. 3662063401

Effettuo ricostruzione unghie, colata gel e french anche a domicilio. Chiama per maggiori informazioni e per un appuntamento. Tel. 3332685240

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 lun al ven 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

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

Ragazza seria cerca lavoro di baysitter, dogsitter, volantinaggio, commessa in zona Sorrento/Piano di Sorrento.
Tel. 3382158514

Agenzia in attività finanziaria per il collocamento di finanziamenti erogati da UniCredit S. p. A. , ricerca Collaboratori e Segnalatori per ampliamento della propria rete, su tutto il territorio limitrofo introdotti in Enti Statali, Pubblici, Aziende Private, Cral Aziendali e Dopolavoro che ci segnalino nominativi di potenziali clienti alla ricerca di prestiti e cessioni del quinto. Trattamento di sicuro interesse. Per contatto Tel. 3355270513

Primaria agenzia di assicurazioni cerca promotori finanziari e/o produttori assicurativi con esperienza per inserimento nella propria rete. Si prega di inviare il curriculum, munito di autorizzazione alla privacy, al seguente indirizzo e-mail: lugiar@tiscali.it

---

Ragazza ventenne cerca lavoro part time. Buona conoscenza lingue straniere e uso del computer. Tel. 3290472167

---

www.preference.it

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

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

Ragazzo effettuo assistenza computer presso il mio o il vostro domicilio a prezzi molto interessanti. Massima serietà e molto esperto nel settore informatico no perditempo.
Tel. 3339121501 - 3493844671

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

Signora 31 anni, automunita residente in penisola sorrentina cerca lavoro dal mese di settembre. disponibilità dalle 8: 30 alle 15: 00. Esperta uso pc, programmi gestione magazzino, conoscenza amatoriale html, php, sviluppo siti. Per contatti sono disponibile via cell nelle ore pomeridiane giorni dispari, e di mattina nei giorni pari. Tel. 3463642030

Signora 50 anni infermiera cerca lavoro come babysitter o badante Pompei o Penisola Sorrentina.
Tel. 3339405669

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

Effettuo colata di gel sulle vostre unghie presso il vostro domicilio a prezzi sbalorditivi. Tel. 3396191777 - 3392710593

Signora, fortemente motivata, cerco lavoro la sera oppure il sabato e la domenica per arrotondare.
Tel. 3387552764

Signora referenziata con titolo specifico cerca lavoro come baby sitter solo di pomeriggio e per la gioia dei genitori che vogliono uscire un pò anche la sera. Tel. 3387552764

Ragazzo serio con diversi anni di esperienza nel settore, effettua lavori di volantinaggio e locandine pubblicitarie a prezzi modici. Penisola Sorrentina e comuni limitrofi. Si garantisce massima serietà. Tel. 3336155876

MOTORI

Vendesi **Honda PS 150** per soli €700,00. Tel. 081 8071698

Nissan Micra 1. 5 dci 82cv acenta, col. nero, anno 2005, km 137000, full optional e con climatronic, sensore pioggia, radio cd con comandi al volante, gomme nuove, tassa possesso fino dicembre 2011, € 4.000,00 compreso passaggio di proprietà.
Tel. 3319037972

Fiat 500 auto d' epoca immatrocolata nel 70, con assicrazione storica, revisione e tassa di circolazione. Tenuta ferma ed in buone condizioni. Colore bianco. Vendesi ad appassionati €2.500,00 (zona Piano di Sorrento).
Tel. 3335292361

Vendo **Derbi 50** stradale. Prezzo affare € 500,00. Tel. 081 8071698

Vendo **Peugeot Looxor 50cc** del 2004, con bauletto, revisione valida fino al 20/09/2012, batteria nuova, in ottime condizioni. € 450,00.
Tel. 3384180302

Vendesi **Scarabeo50** anno 1998 € 250,00 (incluso parabrezza e bauletto). Tel. 3938506075

Vendo **motore marino 8 CV** € 1.000,00 motore a miscela, gambo lungo, documenti in regola.
Tel. 0815322429

Vendesi **Liberty 50** 4T in buono stato. Visibile in Sorrento.
Tel. 081 8071698

Mercedes E 200 Kompressor GPL - del 98 vendo a € 6.000,00. Sono costretto a malincuore a venderla per scarso utilizzo. Kompressor Avantgard e con impianto GPL consuma come una utilitaria € 30,00 di GPL circa 600 km. Sedili in pelle, aria climatizzata con riscaldamento anche con auto spenta, retrovisori ripiegabili e riscaldabili e foto cromatici (antiabbagliamento), sedili regolabili in altezza e supporto lombare… e tanto altro ancora. Una vera limousine. L'auto è sempre stata tenuta maniacalmente. Il prezzo è leggermente trattabile.
Tel. 3357506195

Vendo **moto TDM 850** Yamaha € 1.300,00 trattabili. Tel. 3358222260

Vendo motorino **50 Gilera RC** € 800,00. Tel. 0815322429

Vendo motorino **SH IE 150** per €1.300,00. Tel. 081 8071698

Vendo motorino **Atala Green 50** €500,00 fermo da molti anni, colore rosso. Tel. 0815322429

Vendesi **vespa Piaggio XT4 125cc** anno 1999, km 30. 000, meccanicamente perfetta, qualche graffio sulla carrozzeria, prezzo € 100,00 non incluso passaggio di proprietà.
Tel. 3314772149

Vendesi **Vespa Special 50** a prezzo affare € 1.200,00.
Tel. 0818071698

Vendo **Boston Whaler 15** come nuovo, motore 60 Cv Jonson completa di tutte le dotazioni € 1. 900,00 trattabili con possibilità di visione.
Tel. 3387748464

Vendo moto **Yamaha TDM 850** nera in ottime condizioni. € 1.300,00 trattabili. Tel. 3358222260

Vendo **motorino SH 150**. Prezzo poco trattabile € 700,00.
Tel. 0818071698

Vendo motorino **Simphony 50** in ottimo stato. € 900,00.
Tel. 081 807198

IDEATOP

abbigliamento ed oggettistica personalizzata

con ricamo e stampa (serigrafica, termoadesiva, digitale)

gadget pubblicitari:

penne
accendini
portachiavi
agende
calendari
bustine zucchero
caramelle ...

abbigliamento:

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

gadget da regalo:

da € 15.00

€ 10.00

€ 10.00

€ 12.00

da € 14.00

stampa digitale su piccolo e grande formato:

cataloghi - depliants - brochure - biglietti da visita - timbri
banner - manifesti - vetrofanie...

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

Cerco ricambi nuovi per motorino **Gilera CBA R55V** anno '81con cestino per spesa, sella, fiancate in plastica.
Tel. 0815322429

Cerco automobile **Volkswagen maggiolino** anni '80 bianco decappottabile.
Tel. 3282693401

Vendo **Terios 4><4** anno 2002 gommato nuovo, impianto gpl sequenziale full optional con kit rialzo e distanziali ruota € 7.000.00. Tel. 3929529333

Causa inutilizzo **vendo Vespa 50 special** anno 1975 come nuova funzionante al 100% ad € 3.000,00. Tel. 3929529333

Vendo **Yamaha XT** con assicurazione d'epoca. Prezzo affare € 1.200,00. Tel. 0818071698

Vendo **Triumph 1050** in ottime condizioni, € 6.000,00 trattabili. Tel. 3385058943

Auto d'epoca **Fiat 500** omologata anno 1972 restaurata e con pezzi originali. Motore e carrozzeria in ottime condizioni. Colore bianco, interni originali. Vendesi ad intenditori € 5.500,00 escluso passaggio proprietà. Zona Piano di Sorrento. Tel. 3332080436

Honda **Phanteon 150** immatr. 2003 grigio metallizzato con bauletto, parabrezza, specchietti ed antifurto. Ottima carrozzeria mai incidentato ed usato pochissimo, vendesi per inutilizzo € 1.250,00 escluso passaggio proprietà. Visibile zona Sorrento.
Tel. 3332080436

Jaguar Sovereign anno 1992 colore bianco ottime condizioni. Ottima per utilizzo personale e per cerimonie. Visibile in zona Sorrento. Vendesi per inutilizzo. Tel. 3332080436

Vendo scooter **Yamaha xcity** cc. 250 km. 17. 000 anno 2008 appena tagliandato e gommato + bauletto con staffa e parabrezza tutto nuovo mai usato full optional vendo a € 2.000,00 visibile in Sant'Agnello. tel. 0818770692

Vendesi **Yaris nera**, anno 2000, modeste condizioni, messa appunto motore marzo 2011, tenuta sempre al coperto. Causa inutilizzo, visibile in Meta. Vendo a prezzo € 2.200,00 poco tratt. Tel. 3337082303 - 0818087673 chiedere di Marco.

Vendesi **Mercedes benz classe E** 220 diesel FULL OPTIONAL come nuova del 2004, con 5 porte, grigio metalizzato, 137 000 km effettuati. Tel. 3398337476 – 3487727043

Vendo **Vespa PX 125** (anno 2003) colore grigio metallizato in buone condizioni, revisione effettuata in estate 2010.
Tel. 3388568606

Causa imprevisto, vendo **Daihatsu terios** 4x4 full optional sx, tagliandata da poco freni olio ecc, aria condizionata, cerchi in lega, bull bar paracolpi anteriore da € 500,00 cromato, barre tetto, copricerchio cromato, verti fumè gommata nuova, impianto gpl brc ad iniezione gassosa sequenziale ultima generazione (costo € 1.700,00) consumi bassissimi, per foto ed informazione contattatemi.
Tel. 3476863131

Vendo barca in alluminio mt 4, 30 peso 60 kg trasportabile sul tetto di una panda, usata pochissimo, sana senza ammaccature € 450,00. Tel. 3661055023

Lema Gen anno 2004 Ottime condizioni! In acqua, disp per prova a piano di sorr. Nulla da rivedere, se non qualche dotazione di sicurezza, Lung 7mt ca. Motore Volvo penta 4. 3 GL, 190 cv benzina, meno di 200 ore di moto. Sempre rimessato Volvo. Accessoriatissima: dotazioni complete per navigazione entro le 12 miglia (VHF portatile incl) Eco, GPS, Frigo, Fornello, Doppia batt, WC Elettrico, Carica batterie intelligente con presa in banchina, moquette, Televisore Lcd con impianto antenna, Impianto stereo con lett Cd e MP3. Tender 1. 85mt e motore 4T 2. 5cv con 1 anno di vita. 3 tende (tendalino parasole, tenda campeggio per dormire all'esterno, tenda chiusura pozzetto) € 27.000,00 tratt. Tel. 3296140157

Vendo **Scarabeo 50**, nero, in buone condizioni. Prezzo: € 500,00. Tel. 3397859267

Vendesi **Ford Galaxy** 1900 tdi 7 posti anno 2004 ottime condizioni 130. 000 km tagliando ogni anno e gia' revisionata. € 5.000,00 trattabili. Ottima per autisti ncc e per taxi ma anche per famiglie. Tel 3387552764

Vendo **vespa PX150** seminuova a € 1.500,00 incluso passaggio di proprietà. Tel. 3334525274

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.

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/

a Piano di Sorrento

eufòrie easy

scarpe e abbigliamento sportivo a

META' PREZZO

Corso Italia 351/355 - Tel 081.8787612

BRACIOLE DI MANZO ALL'ORIENTALE

Ancora una volta lo chef Umberto Coppola coniuga sapientemente gusti diversi fondendoli in un piatto unico e saporito. La braciola di vitello aromatizzato dalle mandorle è un secondo piatto dal sapore molto particolare e deciso ma sicuramente gustoso, in cui il sapore della carne viene valorizzato al massimo dal sapore dolciastro della frutta secca e dell'uva passa. Una ricetta abbastanza semplice da preparare ma di sicuro impatto sulle papille gustative dei vostri ospiti.

Ingredienti per 4 persone:

- **200 gr. di mandorle secche grezze**
- **100 gr. di uva passa**
- **150 gr. di pinoli**
- **2 Kg. di coperta di costato o pancia di vitellone**
- **Prezzemolo**
- **Carote**
- **Sedano**
- **Cipolle**
- **Dado per brodo**
- **1 bicchiere di vino bianco secco**
- **Olio extravergine d'oliva**
- **Sale e pepe q.b.**

Preparazione

Salate con sale fino la carne da entrambi i lati, tritate i pinoli, le mandorle, l'uva passa e il prezzemolo nel mixer, e stendete metà del composto su un lato del pezzo di carne, quindi arrotolate la carne su se stessa e legate la braciola così ottenuta con uno spago da forno. Il restante trito del composto, pinoli, uva passa e prezzemolo versatelo in un vassoio nel quale farete rotolare la braciola, facendo attenzione a far aderire bene le mandorle alla carne. Tritate le carote, il sedano e le cipolle e fatele rosolare in una teglia da forno, intanto in un'altra padella fate rosolare su tutti i lati la braciola, aggiungendo un bicchiere di vino bianco secco. Una volta che il trito di carote, sedano e cipolle sarà dorato, trasferite nella teglia anche la braciola di carne, aggiungete dell'acqua nella quale avrete fatto disciogliere il brodo di dado, salate e pepate a piacere, quindi infornate la teglia per circa 1 ora e ½ a fuoco a 180°. La braciola dovrà rimanere umida, per cui di tanto in tanto controllate la cottura e se necessario aggiungete un po' d'acqua alla teglia, al fine di evitare che la carne si bruci. Quanto la braciola sarà cotta lasciatela raffreddare un pochino, quindi tagliatela a fettina e disponete in un piatto da portata. Raccogliete il fondo di cottura e se questo risulterà essere troppo liquido, ponetelo sul fuoco in un pentolino, aggiustate di sale, e fatelo asciugare, finché ne risulterà una crema di colore bruno, che andrete a versare sulle fettine di carne.

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

Vuoi partire in sicurezza con la tua bici ? Effettua una revisione da

BICImania

visitate il sito www.bicimania.net

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

SVAGO

Qual è l'animale meno inquinante? La marmotta catalitica!

Come si chiama la pulsione fondamentale dei chiacchieroni? Istinto di conversazione!

CRUCIPUZZLE - IL CANTIERE EDILE

V	A	E	R	A	V	A	C	S	L	A	N	E	T	A	C	I
E	C	O	N	C	I	A	T	E	T	T	I	S	P	A	E	M
O	I	C	O	R	R	E	N	T	E	U	E	A	P	C	L	P
T	U	O	N	R	O	C	C	I	R	C	N	O	C	A	I	R
A	C	I	I	O	L	P	O	A	C	N	S	E	A	L	D	E
M	A	O	D	E	L	M	R	H	E	Q	R	N	I	C	E	N
R	L	T	A	A	E	G	I	T	U	O	I	C	M	E	E	D
A	C	A	M	S	A	O	N	A	T	T	T	O	P	R	N	I
O	E	R	R	N	E	A	D	T	N	O	C	R	A	O	O	T
T	S	G	O	A	R	R	I	E	H	E	C	B	L	T	I	O
N	T	E	F	R	A	P	D	E	N	T	O	E	C	A	Z	R
E	R	T	A	R	C	C	A	Z	Z	U	O	L	A	N	U	E
M	U	N	T	E	I	D	G	R	U	E	L	L	T	A	R	A
E	Z	I	T	T	R	S	I	L	O	S	M	O	U	I	T	T
C	Z	S	A	A	A	D	E	R	I	R	E	N	R	P	S	L
O	O	I	I	S	C	A	R	I	C	A	R	E	A	P	O	A
V	A	D	P	L	E	E	L	A	V	O	N	A	M	A	C	M

Aderire
Antenna
Appianato
Argano
Calce
Calcestruzzo
Caposquadra
Caricare
Carriola
Catena
Cazzuola
Cemento armato
Conciatetti
Corbello
Corrente
Costruzione edile
Cricco
Dentina
Disintegratoio
Gru
Impalcatura
Imprenditore
Manovale
Malta
Piattaforma
Pittore
Scaricare
Scavare
Secchio
Silos
Terra

INSOLITO

night & day

Piano Bar
& Disco

Wine Tasting

Internet
Cafè

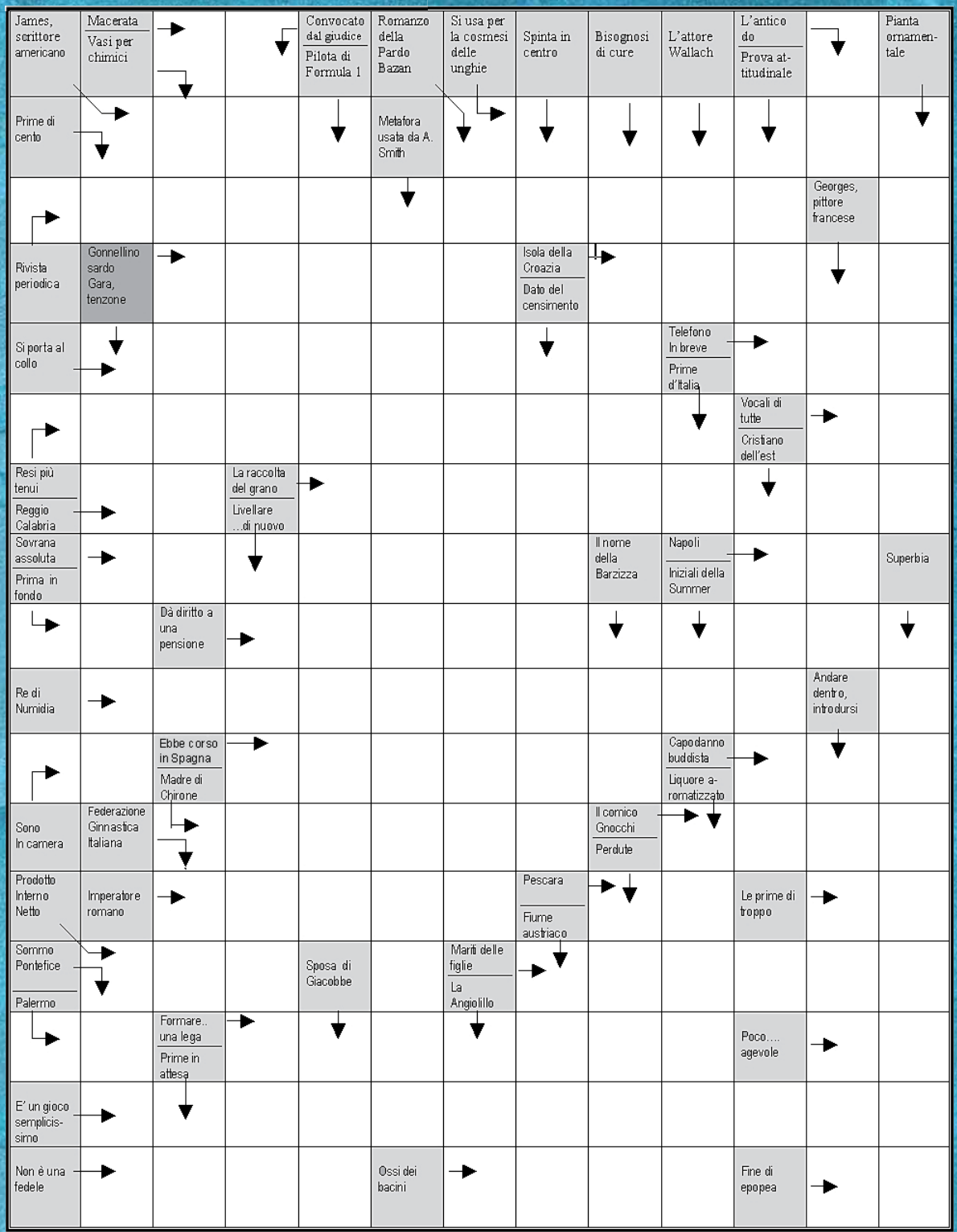
Aperitivo

Bar - Caffetteria

www.insolitosorrento.it

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

CRUCIFRECCIA



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 HealthCare

Bike Zone

VENDITA ASSISTENZA

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

SH 150

FIDDLE II
50/125/151

CON BAULETTO
DI SERIE E SELLA
RIBASSATA A
770 MM DA TERRA

HONDA
The Power of Dreams

SCARABEO
50

SH 300
BIANCO

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

Uomo di colore

Sul volo Johannesburg – Londra della compagnia British Airways una donna bianca di circa cinquant'anni si siede accanto ad un uomo nero. Visibilmente turbata, la signora chiama la hostess per lamentarsi. "Ma dunque non vedete? Mi avete messa accanto ad un negro. Non sopporto di stare accanto ad uno di questi esseri disgustosi. Datemi un altro posto!"
La hostess cerca di calmare la donna e le mostra che tutti gli altri posti di quel volo sono occupati, ma le promette di fare qualcosa al riguardo, pertanto si allontana per verificare la disponibilità.
Dopo qualche minuto ritorna con una buona notizia: "Signora, come pensavo non ci sono più posti liberi in classe economica. Ho parlato anche con il comandante, il quale mi ha confermato che nella classe executivè è tutto occupato. Tuttavia abbiamo ancora un posto in prima classe".
Prima che la signora potesse fare il benché minimo commento, l'hostess prosegue: "E' del tutto inusuale per la nostra compagnia permettere ad un passeggero di classe economica di sedersi in prima classe, ma viste le circostanze, il comandante pensa che sarebbe scandaloso obbligare qualcuno a sedersi accanto ad una persona così ripugnante!"
A questo punto l'hostess si rivolge all'uomo nero e gli dice: "Dunque Signore, se lo desiderate, prendete il vostro bagaglio a mano, poiché un posto vi attende in prima classe."
Tutti gli altri passeggeri del volo che avevano assistito alla scena si alzano in piedi per applaudire.

Quiz fobico

1. L'anemofobia è la paura:
A. dei fiori
B. del vento
C. delle api

2. L'algofobia è la paura:
A. degli aghi
B. dei luoghi aperti
C. del dolore

3. La basofobia è la paura:
A. di cadere
B. della gravità
C. delle altezze

4. La cainofobia è la paura:
A. dei cani
B. di fallire
C. della novità

5. L'elurofobia è la paura:
A. dei gatti
B. degli insetti
C. dell'elettricità

6. La gamofobia è la paura:
A. del telefono
B. di scrivere
C. del matrimonio

7. La laliofobia è la paura:
A. dei medici
B. dei laghi
C. di parlare

8. La mageirocofobia è la paura:
A. di cucinare
B. di mangiare
C. della pazzia

9. La nefofobia è la paura:
A. delle nubi
B. del nuovo
C. della nebbia

10. L'onirofobia è la paura:
A. della folla
B. dei sogni
C. della pioggia

11. La plutofobia è la paura:
A. delle ricchezze
B. delle lapidi
C. della carta

12. La sciofobia è la paura:
A. dei vermi
B. delle ombre
C. delle vespe

13. La zelofobia è la paura:
A. del caldo
B. della velocità
C. della gelosia

Lucchetto

Chiaro di luna, note melodiose ...
è la festa più bella che ci sia ...
ma tu, stella fra le più luminose,
di notte non mi fai mai compagnia.

Anagrammi

Xxxx mio, bella xxxx, eccomi a Xxxx:
sul Tevere remare vedo un xxxx
e sulla sabbia un'xxxx misteriosa,
mentre cinguetta un passero su un xxxx.

Aggiunta sillabica finale (5, 7)

È ancora vergine questo ragazzo ...
rosicchia gli alberi, ma non è pazzo.

Sequenza logica

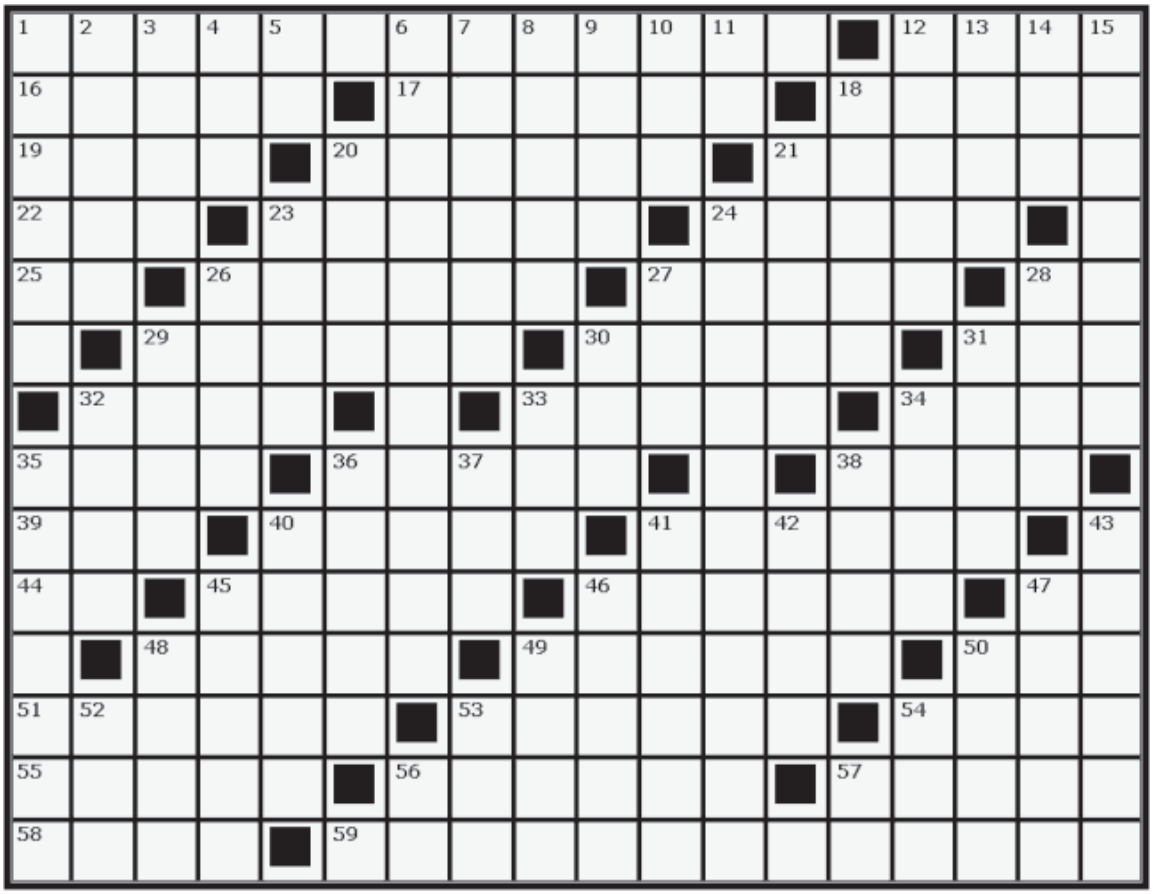
Quale è per sequenza logica, la decima lettera?

U D T Q C S S O N ...

Alfredo
"DACCI UN TAGLIO"
...uomo
Estetica Uomo Donna
a cura di Aiello Antonella
Manicure
Pedicure
Pulizia viso
Depilazione
Segui la moda...
"Dacci un Taglio"
- Lampada Esafacciale
abbronzatura personalizzata
con massaggio integrato
Per Comodità Prenotati...
Via Severo Caputo, 7/A - 80061 Massalubrense
Tel. 081/878.04.65
Cell. 333/7217936

shell
Shell
V-Power
AUTOLAVAGGIO SERVITO
E SELF SERVICE 24H
GPL- DIESEL - SENZA PIOMBO - V-POWER DIESEL E BENZINA
DISTRIBUTORE CARBURANTE SELF-SERVICE 24H
- SCONTO DI 0,02 €/L
- ULTERIORE SCONTO DI 0,015 €/L
PER POSSESSORI DI TELEPASS Premium
SCONTO DEL 2%
SCONTI BancoPosta
GRANDE PROMOZIONE FINO AL 15 AGOSTO 2011
€ 40,00 V-Power
OMAGGIO 1 Kg di Limoni o puoi scegliere
tra: IL MATERASSINO - PALLONE DA BEACH VOLLEY
I RACCHETTORNI DA SPIAGGIA
Stazione di Servizio di Rossi Salvatore
Via G. Maresca, 33 - Piano di Sorrento - Tel. 081.5322557

CRUCIVERBA



Orizzontali: 1. Protesta radicale. 12. Può essere piccolo o grande, a bridge. 16. Pianta dai cui frutti si distilla un liquore. 17. Fisco. 18. Così è una concezione non confessiona-le. 19. Membro di una comunità politico-religiosa del Punjab, contraria alla suddivisio-ne in caste. 20. Lo sono le amiche con cui ci si confida. 21. Il nome di Lutero. 22. Un servizio imprendibile. 23. Completa, integra. 24. Ci sono anche quelle da gioco. 25. Monarca. 26. Cittadina francese, stazione di frontiera con l'Italia. 27. Terreno incolto. 28. Metà della metà. 29. Braccio di mare tra l'Inghilterra e la Francia. 30. Prefisso per 'segno'. 31. Titolo onorifico inglese. 32. Le estremità della calamita. 33. Città della Flo-rida. 34. Freddo intenso. 35. Quelle d'altare non girano vorticosamente. 36. Sostengono la legna nel caminetto. 38. Suffragio. 39. Insetto laborioso. 40. Divinità greca, signora delle ombre e dei fantasmi notturni. 41. Unguento, crema. 44. La fine della sera. 45. Di-partimento della Francia sudorientale. 46. Pacca. 47. Le hanno in comune tic e tac. 48. Rischiare. 49. Il compito del portiere. 50. Un Pomodòro scultore. 51. Centro in provin-cia di Lecco. 53. Soccombere, morire. 54. Città russa sul fiume Oka. 55. Mare che ba-gna l'Italia, la Grecia e l'Albania. 56. Abitanti di Sumatra e della penisola di Malacca. 57. Connettore standard per il collegamento tra televisori e videoregistratori. 58. Il mi-sciuglio gassoso che respiriamo. 59. La narrazione della propria vita.

Verticali: 1. Addetto alla lavorazione dei latticini. 2. Agata. 3. Produce scarpe e indu-menti sportivi. 4. La sigla del Ciad. 5. Escursionisti Esteri. 6. Come una metropoli che attrae, coinvolge e corrompe. 7. Comune del Lazio in provincia di Roma. 8. Ha per ca-pitale Kinshasa. 9. La "dolce" interpretata da Shirley MacLaine. 10. Organisation Inter-nationale des Employeurs. 11. Una risposta deludente. 12. Donna che confeziona vestiti. 13. Alterco, diverbio. 14. Automobile Club d'Italia. 15. Castello, palazzo. 18. Strutto. 20. Di poi o da lì. 21. Fissazione, idea fissa. 23. Atomi dotati di carica elettrica. 24. Lo mostra il piazzista. 26. Il contrario di bene. 27. Veicolo lunare. 28. Una popolare Sandra. 29. A Roma c'è l'Adriana, a Torino l'Antonelliana. 30. Tonache di frati e mo-nache. 31. E' secreta da un baco. 32. Pontefice. 33. Il numero delle Grazie. 34. Guancia. 35. Casa editrice torinese. 36. La sua foglia è riprodotta sulla bandiera canadese. 37. Zeus la cacciò dall'Olimpo. 38. Sommo poeta. 40. Idrocarburo saturo a sei atomi di car-bonio. 41. Arturo, leader dei Democratici. 42. Lo è il Mediterraneo. 43. Vedetta, senti-nella. 45. Profeta ebreo. 46. Fiume dell'Africa orientale. 47. Un Aroldo del teatro. 48. Ciascuno. 49. Il pignolo lo cerca nell'uovo. 50. La Steffi tennista tedesca. 52. Una clas-se velica. 53. Il Boone della canzone. 54. Uccello che ha dato il nome a un gioco da tavolo e a un passo di parata. 56. Mezzo muto. 57. Sera senza pari.

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

SAMURAI SUDOKU

					6	1											2	4		
					9	5											9	7		
7	1											1	9							
4	3			1								2	5			1				
			9		5										3		7			
				3			2	1								5			9	6
							6	5		7									1	7
		2	5							2				4	2					
		1	4						5		6			1	5					
								8				2								
						9	5						1	3						
								1				9								
					2	5			4		3						4	5		
					7	2				1							9	3		
2	9									9		3	7							
1	3			2								2	1			4				
			9		5										1		5			
				3			5	4								3			7	9
							9	1											6	2
		9	1											5	2					
		8	2											9	8					

VERBIS

1. | | | | | | **PI** 2. | | | | 3. | | | | |

4. | | | **R** **F** 5. | | | | | | 6. | | | | | **VI**

Definizioni: 1. La lettera muta. 2. Articolo e pronome. 3. Bruciati. 4. Gli estremi del potere. 5. Vantaggiosi, proficui. 6. Sommosse.

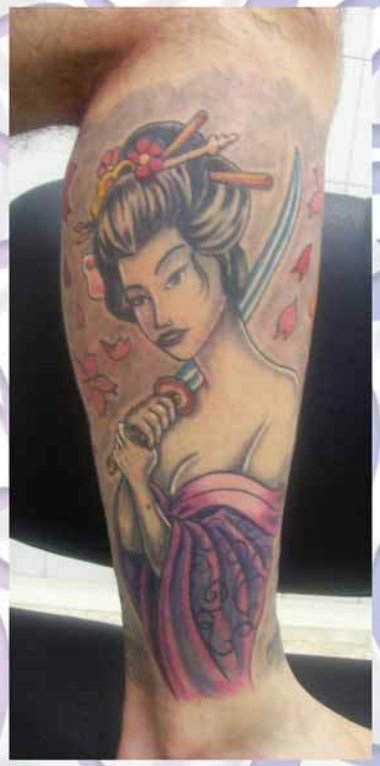
Maraye' Tattoo

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

IL BIMBO E IL GELATO

Ai tempi in cui un gelato con sciroppo e frutta costava molto meno, un ragazzo di dieci anni entrò nel bar di un albergo e si sedette a un tavolo. Una cameriera mise un bicchiere di acqua davanti a lui. "Quanto costa un gelato con sciroppo e frutta?".
"50 centesimi" replicò la cameriera.
Il ragazzino tirò fuori la mano dalla tasca ed esaminò il numero di monete che aveva.
"Quanto costa una porzione di gelato normale?" s'informò.
Alcune persone stavano cercando un tavolo e la cameriera era un po' impaziente.
"35 centesimi" disse bruscamente.
Il ragazzino contò ancora le monete. "Prendo il gelato normale" disse.
La cameriera portò il gelato, mise il conto sul tavolo e se ne andò. Il ragazzo finì il gelato, pagò al cassiere e se ne andò. Quando la cameriera ritornò, iniziò a pulire il tavolo e rimase di stucco per quello che vide. Accanto al piatto vuoto, messi ordinatamente, c'erano 15 centesimi, la sua mancia.

LA LEZIONE DELLA FARFALLA

Un giorno, apparve un piccolo buco in un bozzolo; un uomo che passava per caso, si mise a guardare la farfalla che per varie ore, si sforzava per uscire da quel piccolo buco. Dopo molto tempo, sembrava che essa si fosse arresa ed il buco fosse sempre della stessa dimensione. Sembrava che la farfalla ormai avesse fatto tutto quello che poteva, e che non avesse più la possibilità di fare niente altro. Allora l'uomo decise di aiutare la farfalla: prese un temperino ed aprì il bozzolo. La farfalla uscì immediatamente. Però il suo corpo era piccolo e rattrappito e le sue ali erano poco sviluppate e si muovevano a stento. L'uomo continuò ad osservare perché sperava che, da un momento all'altro, le ali della farfalla si aprissero e fossero capaci di sostenere il corpo, e che essa cominciasse a volare. Non successe nulla! In quanto, la farfalla passò il resto della sua esistenza trascinandosi per terra con un corpo rattrappito e con le ali poco sviluppate. Non fu mai capace di volare.
Ciò che quell'uomo, con il suo gesto di gentilezza e con l'intenzione di aiutare non capiva, era che passare per lo stretto buco del bozzolo era lo sforzo necessario affinché la farfalla potesse trasmettere il fluido del suo corpo alle sue ali, così che essa potesse volare.
A volte, lo sforzo é esattamente ciò di cui abbiamo bisogno nella nostra vita per prendere il volo.

SOLUZIONI

CRUCIFRECCIA

SEQUENZA LOGICA
D come dieci

AGGIUNTA SILLABICA
Gatto, castoro

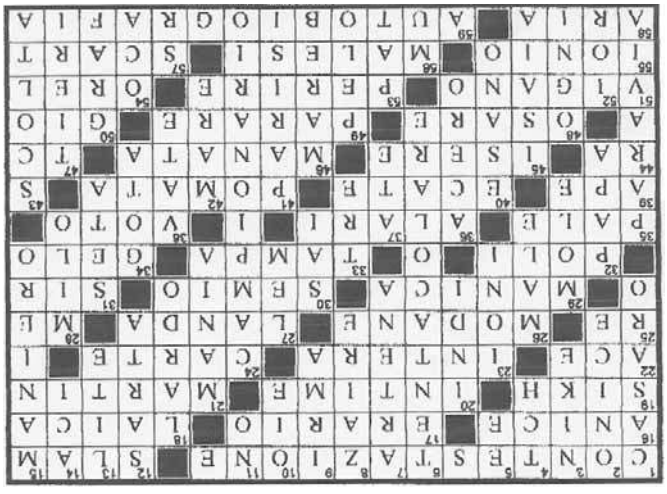
ANAGRAMMI
[Amor, mora, Roma, armo, orma, ramo]

QUIZ FOBICO
1. del vento - 2. del dolore - 3. di cadere - 4. di fallire - 5. dei gatti - 6. del matrimonio - 7. di parlare - 8. di cucinare - 9. delle nubi - 10. dei sogni - 11. delle ricchezze - 12. delle ombre - 13. della gelosia

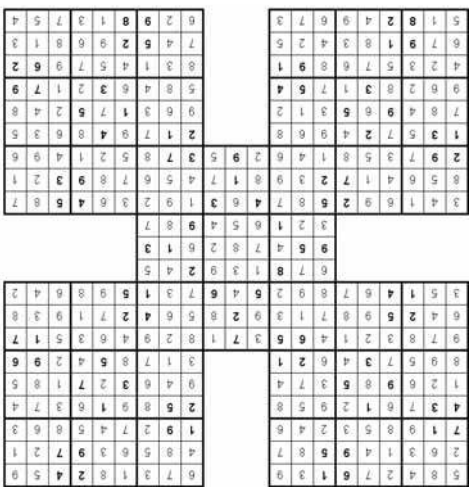
IL CANTIERE EDILE
Chiave: Vale più un colpo del maestro che cento del manovale

LUCCHETTO
Sonata, Natale, Sole

VERBIS
Accapigliarsi per futili motivi



CRUCIVERBA



SAMURAI SUDOKU

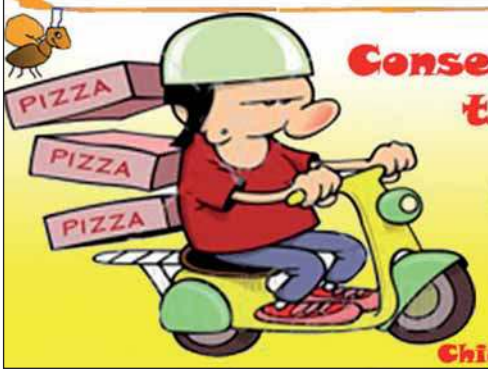
Pizzeria "La Briciola"

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

Prezzo SHOCK
SERVITO E SELF!!!

Area Service
di Caccaviello A.
S.Agata sui due Golfi

Via Reola 4b/4c
Massa lubrense (NA)

KIDS CORNER

LA LUMACA

Una lumaca deve raggiungere l'orto adiacente a quello in cui si trova, superando il muro alto 7 metri che li divide. Di giorno percorre 4 metri in salita, muovendosi verticalmente, mentre di notte ridiscende sempre verticalmente per 3 metri, percorrendo effettivamente 1 metro ogni giornata. In quanti giorni la lumaca arriverà in cima al muro?

I FIDANZATI

Giorgio aveva il doppio degli anni di Paola quando si sono fidanzati. Dopo parecchio tempo hanno deciso di sposarsi anche se avevano ormai venti anni di differenza.
Quale era l'eta' di Giorgio e Paola quando si sono fidanzati?

BARZELLETTE

Come si chiama l'ultimo film con Dracula?
– Endovena chi viene a cena...

Cosa fanno due squali in una gara?
– Vengono squalificati.

Cosa fanno un gallo
e una gallina in un pollaio?
– L'ova story

Cosa dice un pulcino dentro un forno?
– PIO... FOCO!

Qual e' il gioco
preferito dal veterinario?
Il gioco dell'oca!
E dell'eremita?
Il solitario!
A cosa gioca la cuoca?
Ai dadi!
E uno svizzero?
Ai quattro cantoni!

QDS

Questione Di Stile

JEANSERIA
T-SHIRTERIA

RIVENDITORE AUTORIZZATO

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

TUTTE LE MIGLIORI MARCHE

UOMO - DONNA

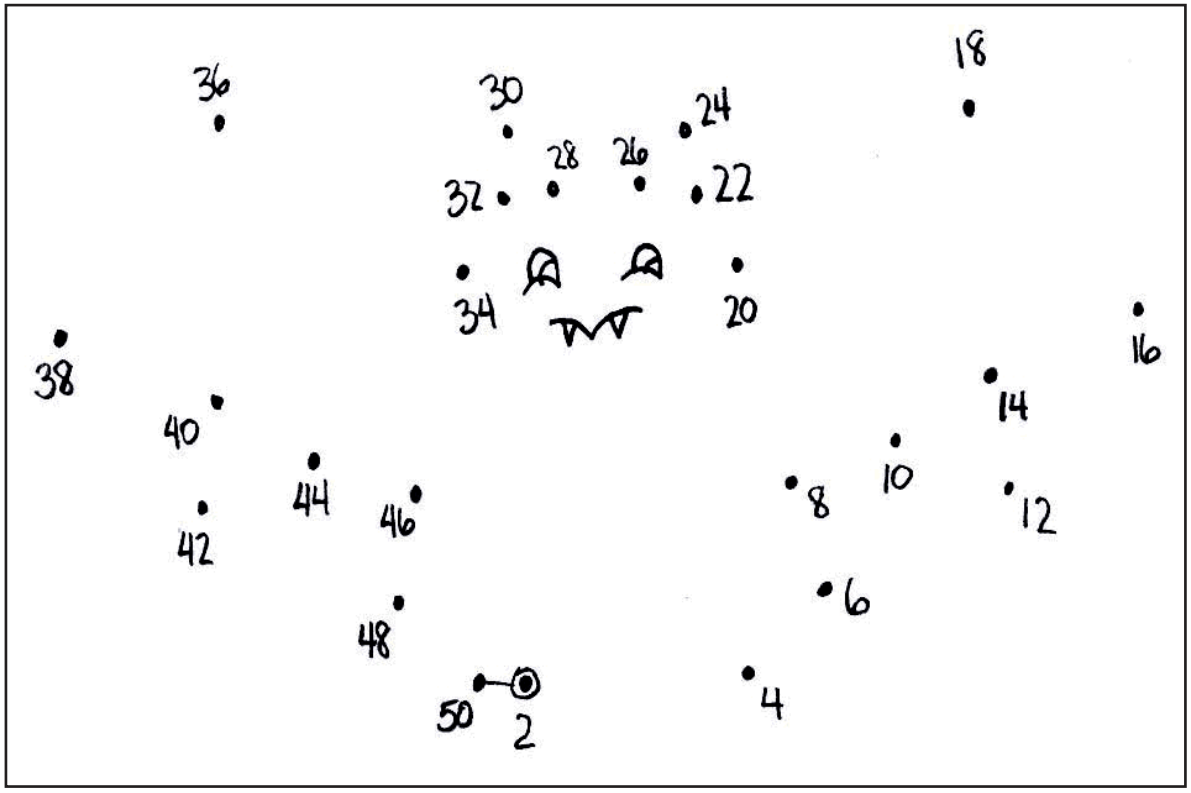
CON SCONTI

DAL 50% ALL' 80%

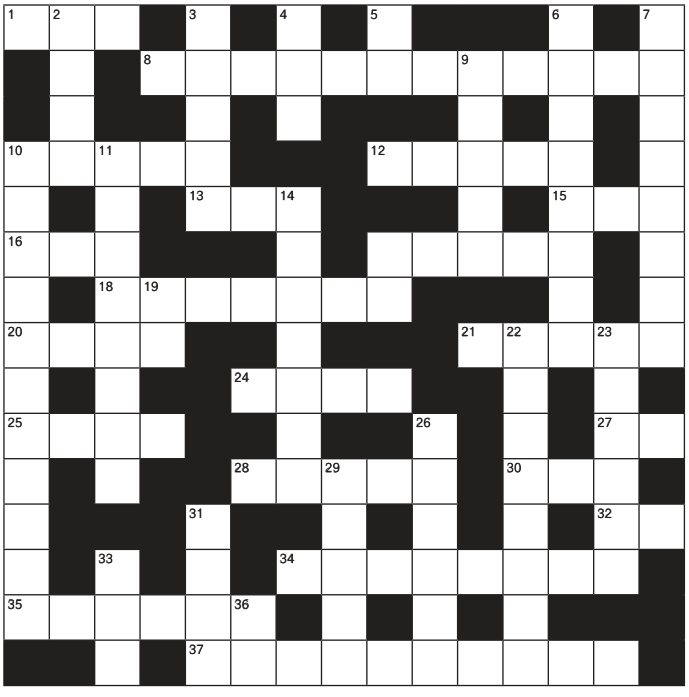
TUTTO L'ANNO

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

UNISCI IL DISEGNO CON I PUNTINI (TABELLINA DEL DUE)



IL MARE - CRUCIVERBA



ORIZZONTALI

1 1^ persona plurale - **8** E' causato dagli scarichi urbani, industriali e agricoli e dalle petroliere - **10** Una delle principali attività svolte sul mare - **12** E' il luogo dove si caricano e scaricano dalle navi le merci e le persone - **13** Abbreviazione di interno - **15** Ghiaccio in inglese - **16** Olio al plurale - **17** Non zuccherata - **18** Sulle cartine è il colore del mare poco profondo - **20** Il giorno presente - **21** Sono completamente circondate dal mare - **24** Lago dell'Italia settentrionale - **25** Terzetto - **27** Sigla di Genova - **28** Dove la terra e il mare si toccano - **30** Sulle cartine è il colore del mare profondo - **32** Sigla di Napoli - **34** Prolungamento della terra nel mare - **35** Contrario di amato - **37** Insieme di isole

VERTICALI

2 Sono un movimento della superficie del mare causato dal vento - **3** Verbo andare,modo indicativo, passato remoto, 1^ pers. sing. - **4** Maschile di lei - **5** Preposizione semplice - **6** Sinonimo di stufo - **7** Fiume d'acqua calda o fredda che scorre nella profondità del mare - **9** Si alza e si abbassa ogni 6 ore per la forza di attrazione della luna - **10** Sporgenza rocciosa lungo la costa - **11** Insieme di materiali portati dalle onde sulla terraferma - **14** Lungo la costa è diffuso quello balneare - **17** Sigla di Aosta - **19** Le prime due lettere dello zio - **22** Così è la costa bassa - **23** In Italia c'è quella di Grado e Marano e quella di Venezia - **26** Impianti per l'estrazione del sale dalle acque del mare - **29** Messi ad asciugare - **31** Così è la costa rocciosa - **33** Il cortile dell'azienda agricola - **36** Le prime due lettere dell'oro

Un mondo di emozioni

Agenzia Viaggi e Turismo

Via Roma, 24 - Vico Equense (Na) - Tel. 081 8016304 - Fax 081 8027936
www.unmondodiemozioni.com - carlo@unmondodiemozioni.com

Costa Crociere
WESTERN UNION MONEY TRANSFER
TRENITALIA
MSC Crociere

AIRPORT TRANSFER, PORT, RAIL STATION

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)

MONTE FAITO EURO 25,00

PARTENZA ALLE ORE 14:30 CIRCA ESCURSIONE AL MONTE FAITO (1050 M), DELLA CATENA DEI MONTI LATTARI, DEVE IL SUO NOME ALLE AMPIE DISTESE DI FAGGI CHE RICOPRONO IL SUO TERRITORIO CREANDO INSIEME A CASTAGNI, ABETI E UNA RICCA VARIETÀ DI PIANTE PLURISECOLARI, UN INCANTEVOLE PAESAGGIO DI BOSCHI A POCHI CHILOMETRI DAL MARE.
RIENTRO PREVISTO ALLE ORE 19:00.

NAPOLI EURO 35,00

PARTENZA ALLE ORE 9:30 CIRCA PRESSO HOTEL GIORNATA INTERAMENTE DEDICATA ALLA VISITA DI NAPOLI, VISITA AL DUOMO DI NAPOLI, TOUR DELLACITTA' DI NAPOLI IN MINI BUS. SOSTA IN UN SIMPATICO RISTORANTE NEL CUORE DI NAPOLI. PROSEGUIMENTO PER LA VISITA DEL CENTRO STORICO DI NAPOLI VISITA ALLA CHIESA DI SAN DOMENICO MAGGIORE NEL POMERIGGIO RIENTRO IN SEDE

POMPEI EURO 25,00

PARTENZA ALLE ORE 9:30 CIRCA -PRESSO HOTEL MEZZA GIORNATA DEDICATA ALLA VISITA DI POMPEI RIENTRO PREVISTO ALLE ORE 14:00

TRASFERIMENTI IN MINI BUS A PARTIRE DA 9,90

PARTENZA ALLE ORE 9:30 CIRCA PRESSO HOTEL MEZZA GIORNATA DEDICATA ALLA VISITA DI POMPEI , RIENTRO PREVISTO ALLE ORE 14:00

Ristorante - Pizzeria

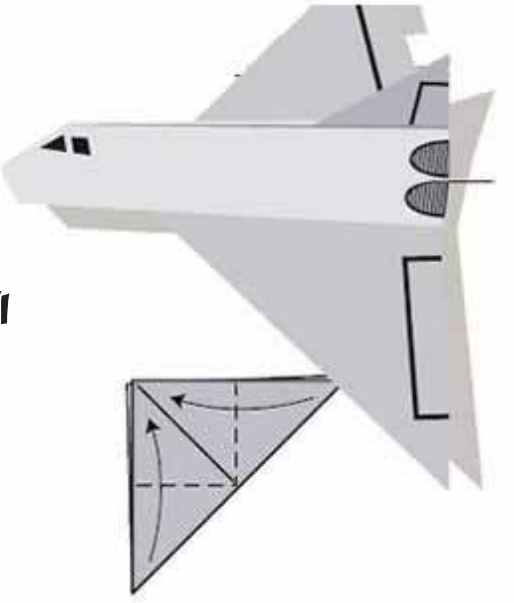
il Pozzo

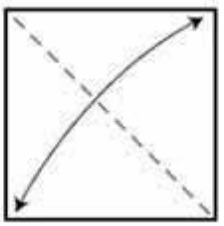
I piatti tipici nel cuore di Sorrento

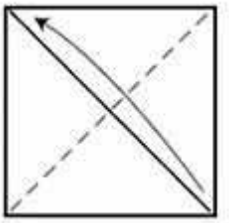
VIA DELL'ACCADEMIA, 21 - VIA TASSO, 32 - SORRENTO (NA)
TEL. +39 081 8774876
WWW.ILPOZZORISTORANTE.IT
E-MAIL: INFO@ILPOZZORISTORANTE.IT

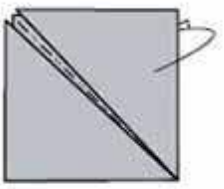
COSTRUISCI LO SHUTTLE

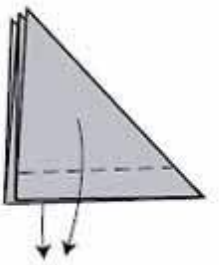
PRENDI UN FOGLIO E SEGUI LE ISTRUZIONI

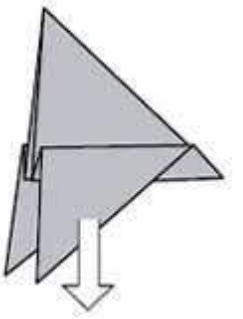


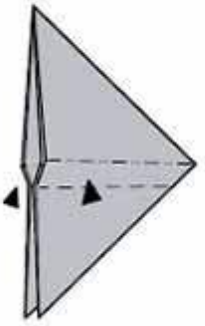


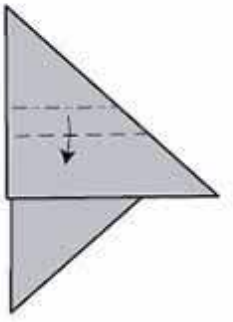


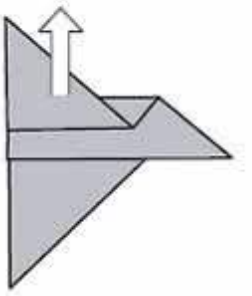


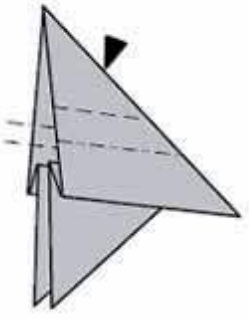


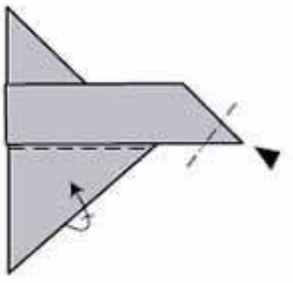


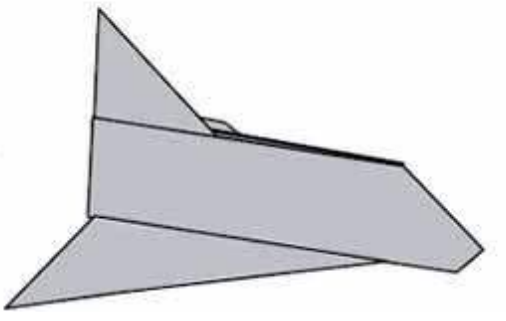












RistHotelBar

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

Vuoi aprire o ristrutturare la tua nuova attività?
Vi aiutiamo a richiedere finanziamenti
a fondo perduto (da non restituire)
per acquistare da noi
le attrezzature per la vostra azienda

Possibilità di pagamenti rateali su tutti i vostri acquisti

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

ACCETTI FACILMENTE LE DIMOSTRAZIONI D'AFFETTO?

COME REAGISCI QUANDO QUALCUNO TI FA UN COMPLIMENTO O TI OFFRE UN REGALO? ARROSSISCI E TI SENTI IMBARAZZATO/A ? CERCHI DI CAPIRE PERCHE' LO FA? O ESPRIMI TUTTA LA TUA GIOIA? IL MODO IN CUI ACCOGLI LE DIMOSTRAZIONI D'AFFETTO LA DICE LUNGA SU DI TE...

1

IL/LA TUO/A COLLEGA, SOLITAMENTE FREDDO/A, TI OFFRE UN REGALO:

A Ti senti in colpa per aver pensato male di lui/lei. *2 punti*
B Sicuramente ha la coscienza sporca... *1 punto*
C Lo/la ringrazi di tutto cuore. *3 punti*

2

FAI UN REGALO ALLA PORTINAIA:

A Vuoi ringraziarla per averti fatto un favore. *2 punti*
B E' necessario se si vuole essere trattati come si deve... *1 punto*
C Desideri solo farle capire che apprezzi la sua presenza! *3 punti*

3

PER LA STRADA UNO/A SCONOSCIUTO/A TI FA UN COMPLIMENTO:

A Dice un'assurdità solo per attirare la tua attenzione. *1 punto*
B Deve dire la stessa cosa a tutti/e quelli/e che passano! *2 punti*
C E' sempre piacevole ricevere un complimento! *3 punti*

4

IL DIRETTORE TI DICE CHE AVRAI UNA PROMOZIONE:

A Hai paura di non essere all'altezza! *2 punti*
B Che bello! Inviti tutti i tuoi colleghi a festeggiare al bar. *3 punti*
C Ti chiederà di fare gli straordinari tutti i giorni... *1 punto*

5

DA PICCOLO/A, QUANDO TI DAVANO LA PAGELLA I TUOI GENITORI TI DICEVANO:

A Siamo fieri di te, anche se non sei il/la primo/a della classe! *3 punti*
B Studiando di più potrai diventare il/la primo/a della classe! *1 punto*
C Se la prossima volta sei il/la primo/a della classe ti faremo un bel regalo! *2 punti*

6

DOPO AVER CANTATO AL KARAOKE, TI APPLAUDONO TUTTI ! TU:

A Ti chiedi se stiano applaudendo solo per gentilezza. *1 punto*
B Ringrazi simpaticamente tutti! *3 punti*
C Arrossisci fino alla punta dei capelli! *2 punti*

7

HAI PROVATO UN VESTITINO E NON SAI SE COMPRARLO. LA COMMESSA SEMBRA ENTUSIASTA DI COME TI STA:

A Macché entusiasmo! Si sa che la commessa lo fa apposta per vendere! *1 punto*
B Impossibile ! E' troppo per me! *2 punti*
C E' vero che mi sta bene... *3 punti*

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

Pietro a Metrano

Ristorante - Pizzeria
Soggiorno

Terrazza all'aperto

Circondata dal verde e da tranquillità assoluta, puoi trovare il soggiorno per una vacanza riposante e con tutti i comfort a prezzi convenienti! La rinomata pizzeria con ben 25 tipi di pizza e la tipica cucina casareccia...

Menu Turistico € 12,00
Pizza Familiare € 6,00
Pizze da asporto

Via Nicola Pacifico, 2 - Loc. Metrano
Massa Lubrense (Na) - a 10 km da Sorrento
Tel. 081.808.1900 - **www.pensionemetrano.net**

Chiara tra qualche giorno deve assistere ad una cerimonia e nel decidere cosa indossare si accorge di avere tanti vecchi gioielli d'oro fuori moda. Decide di disfarsene portandoli da OroCash, così da ricevere subito in cambio denaro contante.

Il negozio Oro Cash ha al suo interno un ambiente discreto con personale gentile e disponibile. Ora Chiara, grazie ad OroCash, è contenta perchè con il ricavato della vendita dei suoi vecchi gioielli d'oro, ha avuto una bella sommetta di denaro da utilizzare per i prossimi acquisti.

Ogni riferimento a fatti, persone o cose realmente esistenti è puramente casuale

Corso Italia, 132 - Meta
Viale Nizza, 29 - Sorrento

10.00/13.00 - 16.30/20.30 - lunedì mattina chiuso

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

SEI MOLTO CRITICO/A fino a 11 punti

Quando ti viene fatto un complimento o ti offrono un regalo, ti frullano per la testa un sacco di domande: ma quali sono le vere ragioni di questo gesto? Spesso ti scervelli per capire le intenzioni dell'altra persona. Vuole ottenere qualcosa in cambio? Oppure desidera farsi perdonare per un errore commesso nei tuoi confronti? A volte sei molto critico/a sulla qualità dei propositi altrui: tendi addirittura a giudicare male chi fa qualcosa per te. Pensi che il regalo non corrisponde ai tuoi gusti, o che potevano spenderci un po' di più... E' un peccato che tu viva in modo così amaro le attenzioni nei tuoi confronti! Chiediti: cosa succede nel tuo inconscio quando ricevi un regalo? Credi che esso sia il riflesso dell'affetto che gli altri provano nei tuoi confronti? Se è così preferisci che sia un regalo prezioso perché ti senti rassicurato/a... Liberati da tale impressione e vedrai che accetterai le dimostrazioni di affetto in modo più sereno e gioioso!

NON TI SENTI DEGNO/A... da 12 a 16 punti

Quando qualcuno ti dimostra il suo affetto, spesso ti senti in imbarazzo. Quando un/un'amico/a ti invita al ristorante, non smetti di ringraziarlo/a. Se i tuoi colleghi ti fanno un regalo, ti vengono le lacrime agli occhi. E per quanto riguarda il tuo partner, se ti regala un anello ti chiedi se non volesse darlo ad un'altra! Sembra che tu non ti senta degno/a della stima di chi ti sta vicino! E la stessa cosa si ripete nell'ambito professionale. Se ti viene affidato un lavoro delicato, pensi che abbiano sopravvalutato le tue capacità o che qualcuno abbia avuto pietà di te e abbia deciso di dimostrarsi gentile... Perciò quando ricevi delle dimostrazioni d'affetto non ne approfitti veramente! L'impressione di non meritare quello che ti viene dato rovina quei momenti che ti dovrebbero riempire di gioia e di fierezza! Perché hai una così bassa opinione di te? Riconciliati con te stesso/a! Ti amerai di più e accetterai pienamente le dimostrazioni d'affetto che meriti!

SEI AL SETTIMO CIELO! da 17 punti in poi

Apprezzi le dimostrazioni di affetto e si vede! Dai sfogo alla tua gioia, ringrazi vivamente la persona che è stata così gentile nei tuoi confronti! Sembra che ogni dimostrazione d' affetto, di stima, ti facciano rivivere gli stessi sentimenti di quando eri piccolo/a. Ogni regalo ti ricorda quella deliziosa sensazione di essere amato/a da chi ti sta vicino. Ti senti appagato/a e felice. I tuoi occhi brillano e il tuo volto è radioso. Le persone che ti circondano apprezzano la tua riconoscenza! D'altronde poco importa il contenuto del pacchetto... Un pensierino da nulla ti tocca tanto quanto un regalo di valore. Secondo te l'importante è la presenza e l'affetto degli altri. Non sei mai stata viziato/a né privata dell'affetto dei tuoi cari. Ed hai imparato a dare il giusto valore alle dimostrazioni d'affetto, ad apprezzarle. Hai il senso della condivisione e sai riconoscere i sentimenti veri... Continua ad accogliere a braccia aperte chi ti apprezza, ne sarai ricambiato/a...

RISTORANTE - PIZZERIA

LA FENICE

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

BMW X1 SDRIVE20D
EFFICIENTDYNAMICS EDITION

La diffusione delle versioni EfficientDynamics all'interno della gamma BMW prosegue con la presentazione della X1 sDrive20d EfficientDynamics Edition, modello a gasolio della SUV compatta bavarese che monta il turbodiesel TwinPower Turbo di 2 litri da 163 CV e 380 Nm. La nuova BMW si propone sul mercato come una 5 porte a trazione posteriore in grado di consumare mediamente 4,5 l/100 km ed emettere 119 g/km di CO2.

CURA D'EFFICIENZA

La X1 è dotata di frizione bimassa con smorzamento delle vibrazioni ai bassi regimi, di indicatore di cambiata ottimale, di sistema start/stop e dispositivo recupero energia in frenata. A questi si aggiunge il servosterzo elettromeccanico, il compressore dell'aria condizionata che si scollega automaticamente e le gomme con bassa resistenza al rotolamento. Il tocco finale è dato dal rapporto al ponte più lungo e dal disegno aerodinamico dei cerchi Streamline. Sulla EfficientDynamics è anche presente per la prima volta una nuova tecnologia di insonorizzazione che riduce il suono del motore percepibile nell'abitacolo.

ANCHE 2 LITRI A BENZINA DA 184 CV

Sempre alla fine di quest'anno è in programma l'arrivo di una nuova motorizzazione a benzina, quella da 184 CV di BMW X1 sDrive20i e xDrive20i. Il nuovo 4 cilindri di 2 litri sfrutta il turbocompressore Twin Scroll per esprimere 184 CV fra 5.000 e 6.250 giri/min e 270 Nm fra 1.250 and 4.500 rpm. In entrambi i casi è presente il pacchetto Efficient Dynamics che include start/stop, recupero energia e indicatore di cambiata. La BMW X1 sDrive20i scatta da 0 a 100 km/h in 7,4 secondi e consuma mediamente 7,1 l/100 km (165 g/km di CO2) sia con cambio manuale 6 marce che automatico 8 rapporti, mentre la X1 xDrive20i propone un consumo combinato di 7,7 l/100 km e 179 g/km di CO2 (7,6 l/100 km e 177 g/km di CO2 l'automatica).

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

GLI PNEUMATICI DEL FUTURO

Reinventare la ruota si può. Lo ha dimostrato Michelin al Michelin Challenge Bibendum 2011 di Berlino, dove il gommista francese ha fatto gli onori di casa presentando tre innovazioni che in futuro potrebbero ridefinire l'unico elemento di contatto fra la strada e l'automobile.

IL PNEUMATICO AUTORIPARANTE

La gomma presentata dalla Casa del Bibendum a Berlino è in grado addirittura di passare sui chiodi "senza perdere un solo grammo di pressione". Una magia possibile grazie ad un innovativo composto di gomma che riveste l'interno ed è in grado di richiudere istantaneamente un eventuale foro creatosi sul battistrada, mantenendo invariata la pressione e il bilanciamento della gomma. Dal punto di vista ambientale ciò significa altrettanti pneumatici in meno da fabbricare per un determinato chilometraggio. Non solo: l'eliminazione della ruota di scorta permette di guadagnare spazio e comporta una riduzione della massa non trascurabile. Anche il cric e il dispositivo destinato ad accogliere la ruota di scorta scompaiono, con una riduzione di peso di circa 30 kg, pari a 80 litri di volume. Il risparmio di carburante che ne deriva è quantificabile, nella marcia cittadina, a circa 1,9 g di CO_2 in meno per km.

"PICCOLO" CONCEPT...

Si tratta di è una gomma da 10" di diametro, come quelli delle Mini di prima generazione. I vantaggi di questa gomma che misura 175/70 R10: innanzitutto meno materie prime, peso minore (circa 40 kg risparmiati) ma soprattutto più spazio per gli occupanti, dal momento che sono i passaruota a sottrarre maggiormente spazio all'abitacolo. Con questi nuovi pneumatici, assicura Michelin, un'auto a 4 posti può facilmente trasformarsi in una 5 posti, lasciando più libertà ai costruttori, meno costretti ad adeguarsi agli ingombri degli attuali pneumatici. I "piccoli Michelin" possono sopportare il 15% di peso in più rispetto ad una gomma da 14" di misura 175/65 R14, rispetto alla quale tenuta di strada e frenata sono identiche.

...E "ALTO E STRETTO" CONCEPT

Il nome di questo prototipo basta a spiegare da sé le sue caratteristiche. Questo nuovo pneumatico ha una misura 155/70R19 e con 19" di diametro è molto più grande rispetto ai comuni pneumatici per auto odierni. In compenso è molto più stretto, il che si traduce in una minore resistenza aerodinamica e al rotolamento, dunque permette una maggiore efficienza energetica. E' stato pensato soprattutto per veicoli elettrici, ai quali può far risparmiare il 10% dell'energia immagazzinata nelle batterie.

LA "VELROUE"

Michelin ha avviato qualche tempo fa il progetto "Velroue", in poche parole una ruota motorizzata con un motore elettrico miniaturizzato nella zona del mozzo. Oltre ai vantaggi della propulsione elettrica, la "Velroue" potrebbe essere montata per l'"ibridazione" di veicoli dotati di motore termico senza doverne modificare in modo rilevante la struttura di base o la catena di trasmissione. I vantaggi di una tale soluzione: si limitano l'energia elettrica necessaria e il volume della batteria (e, conseguentemente, anche il suo costo), ma si riduce anche l'impatto della motorizzazione elettrica addizionale sul volume di carico.

NUOVA VERSIONE **SUZUKI V-STROM 650 ABS 2012**

La Suzuki ha giocato d'anticipo quest'anno presentando al pubblico la nuova versione della sua moto più venduta, la V-Strom 650. Oggi la casa di Hamamatsu la rinnova donandole una seconda giovinezza. Il design della moto è stato rivisto e vanta ora forme tondeggianti indubbiamente più snelle rispetto alle precedenti. Il cupolino mantiene il layout con due fanali separati, e il suo plexiglas è stato rivisto arretrandone il bordo di 30 mm ed è regolabile su tre posizioni per una escursione totale di 42 mm. E' stata ridisegnata anche la sella, più curata ora e con cuciture rosse con logo "V-Strom" in rilievo. Per migliorare la posizione di guida è stata alzata di 15 mm, mentre manubrio e pedane sono invariate. In optional è possibile acquistare la sella ribassata di 20 mm o quella rialzata della stessa misura.

Nuovo anche il serbatoio del carburante, passato da 22 a 20 litri, grazie ai lavori fatti sul motore che hanno (a detta di Suzuki) ridotto i consumi. Al fine di migliorare il raffreddamento del motore e il comfort di guida sono state aggiunte delle alette che convogliano l'aria verso il motore e poi lontano dal pilota.

ABS DI SERIE

L'unica vera novità introdotta è che ora l'impianto ABS è di serie e non più a richiesta come in passato. La moto è dotata quindi di un impianto Bosch di ultima generazione, compatto e leggero. Le ruote sono rimaste invariate, con cerchi in lega a tre razze e pneumatici da 110/80R19M/C 59H e 150/70R17M/C 69H.

8.400 EURO, DISPONIBILE A LUGLIO

La nuova Suzuki V-Strom 650 ABS sarà disponibile dalla fine di luglio in tre colori: bianco, arancione e nero, ad un prezzo di 8.400 euro, leggermente più alto della precedente versione.

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

This is Beat - Sfida di ballo

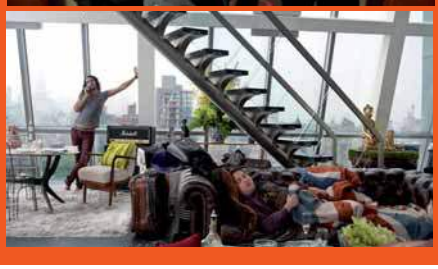
Film di genere drammatico della durata di 91 min. diretto da Robert Adetuyi e interpretato da Tyrone Brown, Mishael Morgan, Ray Johnson, Chase Armitage. Prodotto nel 2011 in Canada e distribuito in Italia da M2 Pictures il 01 luglio 2011.

Trama: Nella speranza di essere incoronati campioni del mondo, tre dance crew internazionali si sfidano tra loro e con il loro passato, portando in scena una nuova esplosiva fusione di stili di ballo. 3 crew di ballerini si contenderanno il titolo di Campioni del Mondo alla BEAT THE WORLD competition di Detroit. I Fusion sono una crew delle strade di Windsor, città dell'Ontario sulle rive del fiume Detroit, immediatamente a sud dell'omonima città statunitense. Con la gara che si terrà a pochi passi dal loro territorio, il capo della crew Yuson vuole la vittoria a tutti i costi.

In viaggio con una rock star

Commedia della durata di 109 min. diretto da Nicholas Stoller e interpretato da Russell Brand, Jonah Hill, Rose Byrne, Elisabeth Moss, Christina Aguilera. Prodotto nel 2010 in USA e distribuito in Italia da Universal Pictures il 08 luglio 2011.

Trama: All'ambizioso 24enne Aaron Green, impeccabile nel suo lavoro, è stato affidato un compito decisivo per la sua carriera. La sua missione consiste nel volare A Londra e accompagnare un dio del rock al famoso Greek Theatre di Los Angeles per la prima tappa di un tour di rientro sulle scene. Il suo capo e magnate della musica, Sergio Roma gli lancia solo un avvertimento: "L'artista è la specie peggiore sulla faccia della terra. Non gli voltare mai le spalle se tieni alla tua pelle."



Cinema i film del mese di LUGLIO

Monte Carlo

Commedia romantica diretto da Thomas Bezucha e interpretato da Selena Gomez, Katie Cassidy, Leighton Meester, Cory Monteith. Prodotto nel 2011 in USA, Ungheria e distribuito in Italia da 20th Century Fox il 22 luglio 2011.

Trama: Grace, Emma e Meg sono tre giovani donne americane in vacanza in Europa che, per movimentare la gita, fingono di essere ricche ereditiere e si recano a Monte Carlo.

Il signore dello zoo

Commedia diretta da Frank Coraci e interpretato da Sylvester Stallone, Adam Sandler, Rosario Dawson, Cher. Prodotto nel 2011 in USA e distribuito in Italia da Sony Pictures Releasing Italia il 22 luglio 2011.

Trama: Un timido guardiano dello zoo si fa consigliare dai suoi amici animali sulle tecniche di corteggiamento da utilizzare per far colpo sulla bellissima donna di cui è innamorato.

Captain America: il primo vendicatore

Film d'azione diretto da Joe Johnston e interpretato da Chris Evans, Hugo Weaving, Samuel L. Jackson, Dominic Cooper.
Prodotto (anche in 3D stereoscopico) nel 2011 in USA e distribuito in Italia da Universal Pictures il 22 luglio 2011.
Trama: Dopo essere stato ritenuto non idoneo per il servizio militare, Steve Rogers si offre volontario per un progetto di ricerca top secret che lo trasforma in Capitan America, supereroe dedito a difendere gli ideali della sua nazione.

Big Mama - Tale padre tale figlio

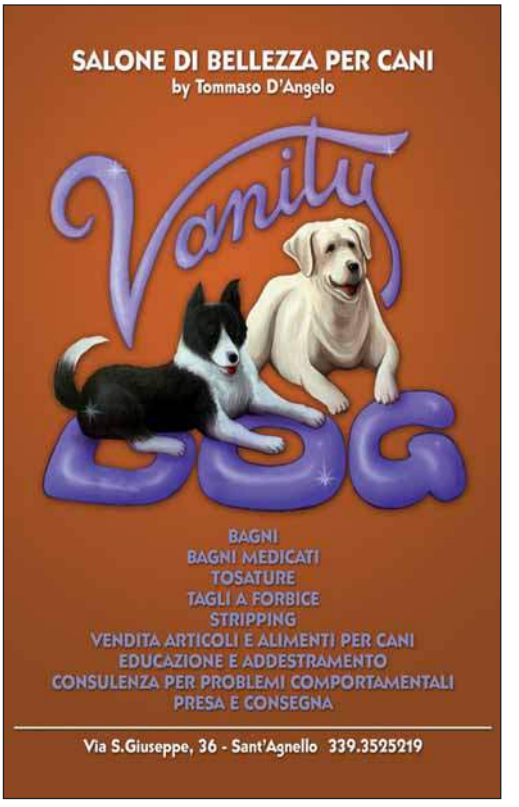
Commedia della durata di 107 min. diretto da John Whitesell e interpretato da Martin Lawrence, Brandon T. Jackson, Portia Doubleday, Max Casella. Prodotto nel 2011 in USA e distribuito in Italia da 20th Century Fox il 08 luglio 2011.
Trama: L'agente dell'FBI Malcolm Turner e il figliastro Trent partecipano a una missione sottocopertura mescolandosi a un gruppo di ragazze che frequentano una scuola d'arte dopo che Trent è stato testimone di un delitto.

Per sfortuna che ci sei

Film romantico della durata di 87 min. diretto da Nicolas Cuche e interpretato da Virginie Efira, François-Xavier Demaison, Armelle Deutsch, Raphaël Personnaz.Prodotto nel 2010 in Francia e distribuito in Italia da Moviemax il 13 luglio 2011.
Trama: Julien Monnier ha un serio problema. L'uomo è uno stimato psicologo familiare, ma non riesce a ternersi stretta una donna per più di due settimane poiché tutte coloro che lo frequentano iniziano a subire strani incidenti. Julien porta sfortuna alle donne con cui esce e la situazione si perpetuerà finché il giovane non troverà la sua anima gemella.

Win Win

Commedia della durata di 106 min. diretto da Thomas McCarthy e interpretato da Paul Giamatti, Amy Ryan, Bobby Cannavale, Melanie Lynskey. Prodotto nel 2011 in USA e distribuito in Italia da 20th Century Fox il 22 luglio 2011.
Trama: A causa di problemi economici, un avvocato arrotonda facendo il coach di wrestling al liceo. La sua vita viene sconvolta quando diventa il legale di un cliente il cui nipote si presenta all'improvviso alla porta di casa sua.



TRENI CIRCUMVESUVIANA

www.vesuviana.it

Orario Estivo - valido dal 01/07/2011 al 31/08/2011

Treno	Cat.	Sorrento	Piano	Vico E.	C.mare	Pompei	Ercolano	Napoli
6	D	5.01	5.06	5.12	5.21	5.31	5.49	6.08
8	D	5.37	5.42	5.48	5.57	6.07	6.25	6.44
10	D	6.07	6.12	6.18	6.27	6.37	6.55	7.14
12	D	6.25	6.30	6.36	6.45	6.55	7.13	7.32
14	DD	6.49	6.53	6.59	7.05	7.14	7.29	7.40
16	D	7.22	7.26	7.31	7.39	7.48	8.07	8.27
18	D	7.38	7.43	7.49	7.58	8.08	8.26	8.45
20	D	7.55	8.00	8.06	8.15	8.25	8.43	9.02
22	DD	8.26	8.30	8.37	8.45	8.53	9.06	9.17
24	D	8.52	8.56	9.01	9.09	9.18	9.37	9.57
26	D	9.07	9.12	9.18	9.27	9.37	9.55	10.14
28	D	9.37	9.42	9.48	9.57	10.07	10.25	10.44
30	D	10.07	10.12	10.18	10.27	10.37	10.55	11.14
32	D	10.37	10.42	10.48	10.57	11.07	11.25	11.44
34	D	11.07	11.12	11.18	11.27	11.37	11.55	12.14
36	D	11.37	11.42	11.48	11.57	12.07	12.25	12.44
38	D	12.07	12.12	12.18	12.27	12.37	12.55	13.14
40	D	12.37	12.42	12.48	12.57	13.07	13.25	13.40
42	D	13.07	13.12	13.18	13.27	13.37	13.55	14.14
44	D	13.25	13.30	13.36	13.45	13.55	14.13	14.32
46	DD	13.56	14.00	14.07	14.15	14.23	14.36	14.47
48	D	14.22	14.26	14.31	14.39	14.48	15.07	15.27
52	D	14.55	15.00	15.06	15.15	15.25	15.43	16.02
54	DD	15.26	15.30	15.37	15.45	15.53	16.06	16.17
56	D	15.52	15.56	16.01	16.09	16.18	16.37	16.57
58	D	16.07	16.12	16.18	16.27	16.37	16.55	17.14
60	D	16.37	16.42	16.48	16.57	17.07	17.25	17.44
62	D	17.07	17.12	17.18	17.27	17.37	17.55	18.14
64	D	17.25	17.30	17.36	17.45	17.55	18.13	18.32
66	DD	17.56	18.00	18.07	18.15	18.23	18.36	18.47
68	D	18.22	18.26	18.31	18.39	18.48	19.07	19.27
72	D	18.55	19.00	19.06	19.15	19.25	19.43	20.02
74	DD	19.26	19.30	19.37	19.45	19.53	20.06	20.17
78	D	20.07	20.12	20.18	20.27	20.37	20.55	21.14
80	D	20.37	20.42	20.48	20.57	21.07	21.25	21.44
82	D	21.07	21.12	21.18	21.27	21.37	21.55	22.14
84	D	21.37	21.42	21.48	21.56	22.05	22.22	22.40
86	D	22.25	22.30	22.36	22.45	22.55	23.12	23.31
1088	D	22.56	23.00	23.06	23.16	23.25	23.41	23.57
92	D	23.26	23.30	23.36	23.45	---	--	--

Treno	Cat.	Napoli	Ercolano	Pompei	C.mare	Vico E.	Piano	Sorrento
3	D	--	--	--	5.04	5.13	5.18	5.22
7	D	5.11	5.28	5.47	5.57	6.06	6.13	6.17
9	D	5.41	5.58	6.17	6.27	6.36	6.43	6.45
11	D	6.11	6.28	6.47	6.57	7.06	7.13	7.17
13	DD	6.42	6.52	7.05	7.15	7.23	7.28	7.32
15	D	7.11	7.28	7.47	7.57	8.06	8.13	8.17
17	D	7.41	7.58	8.17	8.27	8.36	8.43	8.47
19	DD	8.13	8.23	8.36	8.46	8.54	8.59	9.03
1019	D	8.24	8.41	8.59	9.09	9.18	9.25	9.29
21	D	8.41	8.58	9.17	9.27	9.36	9.43	9.47
23	D	9.11	9.28	9.47	9.57	10.06	10.13	10.17
25	D	9.41	9.58	10.17	10.27	10.36	10.43	10.47
27	D	10.11	10.28	10.47	10.57	11.06	11.13	11.17
29	D	10.41	10.58	11.17	11.27	11.36	11.43	11.47
31	D	11.11	11.28	11.47	11.57	12.06	12.13	12.17
33	D	11.41	11.58	12.17	12.27	12.36	12.43	12.47
35	D	12.11	12.28	12.47	12.57	13.06	13.13	13.17
37	D	12.41	12.58	13.17	13.27	13.36	13.43	13.47
39	D	13.11	13.28	13.47	13.57	14.06	14.13	14.17
41	DD	13.43	13.53	14.06	14.16	14.24	14.29	14.33
43	D	14.11	14.28	14.47	14.57	15.06	15.13	15.17
45	D	14.41	14.58	15.17	15.27	15.36	15.43	15.47
47	DD	15.13	15.23	15.36	15.46	15.54	15.59	16.03
1047	A	15.24	15.41	15.59	16.09	16.18	16.25	13.29
49	D	15.41	15.58	16.17	16.27	16.36	16.43	16.47
51	D	16.11	16.28	16.47	16.57	17.06	17.13	17.17
53	D	16.41	16.58	17.17	17.27	17.36	17.43	17.47
55	D	17.11	17.28	17.47	17.57	18.06	18.13	18.17
57	DD	17.43	17.53	18.06	18.16	18.24	18.29	18.33
59	D	18.11	18.28	18.47	18.57	19.06	19.13	19.17
61	D	18.41	18.58	19.17	19.27	19.36	19.43	19.47
63	DD	19.13	19.23	19.36	19.46	19.54	19.59	20.03
65	D	19.41	19.58	20.17	20.27	20.36	20.43	20.47
67	D	20.11	20.28	20.47	20.57	21.06	21.13	21.17
69	D	20.41	20.58	21.17	21.27	21.36	21.43	21.47
71	D	21.11	21.28	21.47	21.57	22.06	22.13	22.17
73	D	21.41	21.58	22.17	22.27	22.36	22.43	22.47
75	D	22.11	22.28	22.47	22.57	23.06	23.13	23.17
77	D	22.44	23.00	23.18	23.28	23.36	23.42	23.46

DD: DIRETTISSIMO Non ferma a Moregine e Ponte Persica. Da Torre Annunziata Oplonti ferma solo a Torre del Greco ed Ercolano Scavi.
DIR: DIRETTO Non ferma a Via Viuli e Via Monaci.
FERIALE: Non si effettua nei giorni festivi e dal 1 al 20 agosto.

FUNIVIA
C. DI STABIA - MONTE FAITO

Aperta dal 01 maggio al 31 ottobre
(7,25) - (8,05) - (8,50) - (9,15) - 9,35 - 9.50 - 10,05 - 10,35 - 11.05 - 11,35 -12,05 - 12,35 - 13,05 - 13,35 - 14,05 - 14,25 -14.45 - 15,05 - 15,35 - 15,55 - 16,15 - 16,25 - (16,45) - (17,05) - (17,35) - (18,05) - (18.25) - (18.45) - (19,05) - (19,15).
Le corse tra "parentesi" si effettueranno soltanto nel periodo 16 giugno-31 agosto.

BUS PENISOLA

LINEA A
CAPO - SORRENTO - META: dalle 5.10 alle 23.30
META - SORRENTO - CAPO: dalle 5.45 alle 22.35
LINEA PORTO
SORRENTO (PORTO) - S.AGNELLO: dalle 7.00 alle 23.30
S.AGNELLO - SORRENTO (PORTO): dalle 7.47 alle 23.50
LINEA D
CIRCOLARE MARINA GRANDE SORRENTO:
dalle 7.20 alle 0.20
LINEA E
CIRCOLARE (Stazione-Piazza Tasso-Hilton)
dalle 7.10 alle 22.15

CURRERI

Tel. 081.801.5420/081.8016376 - www.curreriviaggi.it

Sorrento - Napoli Aeroporto

Sorrento	6.30	8.30	9.00	10.30	12.00	14.00	15.00
Piano	6.38	8.38	9.08	10.38	12.08	14.08	15.08
Vico Eq.	6.50	8.50	9.20	10.50	12.20	14.20	15.20
C.mare Stabia	7.00	9.00	9.30	11.00	12.30	14.30	15.30
Napoli Aeroporto	8.00	10.00	10.30	12.00	13.30	15.30	16.30

Napoli Aeroporto - Sorrento

Napoli Aeroporto	9.00	11.00	12.00	13.00	14.30	16.30	18.00	19.30
C.mare Stabia	9.30	11.30	12.30	13.30	15.00	17.00	18.30	20.00
Vico Eq.	9.40	11.40	12.40	13.40	15.10	17.10	18.40	20.10
Piano	9.52	11.52	12.52	13.52	15.22	17.22	18.52	20.22
Sorrento	10.15	12.15	13.15	14.15	15.45	17.45	19.15	20.45

Sorrento Stazione - Napoli M.S.Angelo (Univ.) (dal Lun. al Ven.)

Sorrento	6.30	Monte S.Angelo	13.45
Monte S.Angelo	8.00	Sorrento	15.15

Sorrento Stazione - Roma Staz. Tiburtina (dal Lunedì al Sabato)

Sorrento	6:30	Roma	14.00
Vico Equense	6.50	C.mare di Stabia	17.00
C.mare di Stabia	7.00	Vico Equense	17.10
Roma	10.00	Sorrento	17.30

Sorrento Stazione - Fisciano (dal Lunedì al Venerdì)

Sorrento	7.00	Sorrento	13.30
Fisciano	8.15	Fisciano	14.45

Sorrento Stazione - Assisi (Giovedì e Domenica)

Sorrento	5.00	Assisi	16.00
Assisi	11.00	Sorrento	22.00

MAROZZI

Tel. 080.5790111 - www.marozzivt.it

Sorrento Stazione - Roma Staz. Tiburtina

Sorrento	6:00	17.00	Roma	7.00	15.00
Vico Equense	6.15	17.15	C.mare di Stabia	10.40	18.15
C.mare di Stabia	6.30	17.30	Vico Equense	10.55	18.30
Roma	10.00	21.00	Sorrento	11.10	18.45

Lunedì - Martedì - Mercoledì - Giovedì - Venerdì - Sabato - Domenica

VOLAVIAMARE

081/ 8781430 - 081.497.22.22 - www.volaviamare.it

Sorrento - Napoli
07:20 - 08:20 - 09:45 - 12:00 - 13:40 - 16:25 - 18:50
Sorrento - Capri (aliscafo)
07.20fr - 08.35 - 09.50 - 11.45 - 13.30fr - 14.00FS - 14.45fr - 15.50 - 16.50 - 17.40fr
Capri - Sorrento (aliscafo)
07.55fr - 09.10 - 10.55 - 12.55fr - 13.20FS - 14.05fr - 15.15 - 16.25 - 17.25 - 18.15fr
Napoli - Sorrento
09:00 - 11:00 - 13:05 - 15:00 - 17:15 - 18:35 - 19:30
Legenda: fr = feriale; FS = festivo

CAREMAR

081/ 8781430 - 081.497.22.22 - www.volaviamare.it

SORRENTO - CAPRI

Sorrento	7.45	9.25	14.30	19.00	Capri	7.00	8.40	13.40	18.15
Capri	8.05	9.50	14.55	19.25	Sorrento	7.25	9.05	14.05	18.40

GESCAB

www.gescab.it

SORRENTO - CAPRI 08.05 - 08.25 - 08.45 - 08.55 - 09.45 - 10.45 - 11.25 - 11.45 - 13.10 - 13.50 - 14.25 - 14.45 - 15.45 - 16.45 - 17.45 - 18.20
CAPRI - SORRENTO 08.00 - 08.55 - 09.15 - 09.50 - 10.20 - 11.20 - 11.40 - 12.10 - 12.20 - 13.30 - 15.20 - 15.35 - 16.05 - 16.20 - 17.20 - 17.45 - 18.30 - 19.00
SORRENTO NAPOLI CAPRI 07.20
CAPRI NAPOLI SORRENTO 17.25
NAPOLI - SORRENTO - CAPRI 09.00 - 11.00 - 13.05 - 15.00 - 17.15
CAPRI SORRENTO NAPOLI 07.35 - 09.15 - 11.40 - 12.20 - 16.05
SEIANO - CAPRI 08.40
CAPRI - SEIANO 17.20
feriale

La redazione declina ogni responsabilità derivanti da eventuali cambiamenti degli orari indicati in questa rubrica

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

AUTOLINEE SITA

Call Center 199.730.749 attivo dalle 7.30 alle 20.30 tutti i giorni

S. AGATA (TORCA) - MASSA LUBRENSE - SORRENTO

S. Agata Torca	-	-	-	-	-	9.00	-	10.00	-	-	11.10	11.55	-	12.55	-	13.55	-	-	-	17.00	17.00	-	-	17.55	-	19.45	-	-	-
S. Agata	5.15	6.15	7.10	7.45	8.30	9.05	9.30	10.05	10.20	10.30	11.15	12.00	12.10	13.00	13.15	14.00	14.25	15.25	16.10	17.05	17.05	17.10	18.00	18.00	19.00	19.50	20.05	21.30	22.20
Bivio Titigliano	5.25	6.25	7.20	7.55	8.40	9.15	9.40	-	10.30	10.40	11.25	-	12.20	-	13.25	-	14.40	15.40	16.25	17.20	-	17.25	18.15	-	19.15	-	20.20	21.45	22.35
Massa Lubrense	5.30	6.30	7.25	8.00	8.45	9.20	9.45	-	10.35	10.45	11.30	-	12.25	-	13.30	-	14.40	15.40	16.25	17.20	-	17.25	18.15	-	19.15	-	20.20	21.45	22.35
Sorrento	5.50	6.50	7.45	8.20	9.05	9.40	10.05	-	10.55	11.05	11.50	-	12.45	-	13.50	-	15.00	16.00	16.45	17.40	-	17.45	18.35	-	19.35	-	20.40	22.05	22.55

Sorrento	5.50	7.25	8.05	8.45	8.50	-	9.30	10.10	11.00	-	12.15	13.15	13.15	14.00	14.30	15.00	15.30	16.15	17.10	18.00	18.45	19.15	20.05	21.05	22.10	23.00	0.00	0.45	1.45
Massa Lub.se	6.10	7.45	8.25	9.05	9.10	-	9.50	10.30	11.20	-	12.35	13.35	13.35	14.20	14.50	15.20	15.50	16.35	17.30	18.20	19.05	19.35	20.25	21.25	22.30	23.20	0.20	1.05	2.05
Bivio Titigliano	6.15	7.50	8.30	9.10	9.15	-	9.55	10.35	11.25	-	12.40	13.40	13.40	14.25	14.55	15.25	15.55	16.40	17.35	18.25	19.10	19.40	20.30	21.30	22.35	23.25	0.25	1.10	2.10
S. Agata	6.25	8.00	8.40	9.20	9.25	9.50	10.05	10.45	11.35	11.35	12.50	13.50	13.50	14.35	15.05	15.35	16.05	16.50	17.45	18.35	19.20	19.50	20.40	21.40	22.45	23.35	0.35	1.20	2.20
S. Agata Torca	-	8.05	-	-	-	9.55	-	10.50	-	11.40	12.55	-	13.55	-	-	-	-	16.55	17.50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

S. AGATA - SCHIAZZANO - MASSA LUBRENSE - MARINA LOBRA - SORRENTO

Sorrento	8.15	10.00	-	-	13.20	16.10	17.30
Massa Lubrense	8.35	10.20	-	-	13.40	16.30	17.50
Marina Lobra	-	10.25	10.25	11.20	13.45	16.35	17.55
Massa Lubrense	-	-	10.30	11.25	13.50	-	18.00
Marciano	-	-	10.40	-	-	-	-
Termini	-	-	10.50	-	-	-	-
Schiazzano	8.45	-	-	11.35	14.00	-	18.10
Bivio Titigliano	-	-	-	11.45	-	-	18.20
S. Agata	-	-	-	11.55	-	-	18.30

S. Agata	-	-	-	-	-	12.30	-	-	-	-
Bivio Titigliano	-	-	-	-	-	12.40	-	-	-	-
Schiazzano	7.10	-	8.50	-	-	-	14.00	-	-	-
Termini	-	7.10	-	10.55	-	-	-	-	-	16.15
Marciano	-	7.20	-	11.05	-	-	-	-	-	16.25
Massa Lubrense	7.20	7.30	9.00	11.15	-	12.45	14.10	-	-	16.35
Marina Lobra	7.25	-	9.05	11.20	12.50	12.50	-	16.35	16.40	16.40
Massa Lubrense	7.30	-	9.10	-	12.55	-	-	16.40	16.45	-
Sorrento	7.50	7.50	9.30	-	13.15	-	14.30	17.00	17.05	-

N = NON SCOLASTICO / NO SCHOOL DAYS
F = CORSE FERIALI / WORKING DAYS
H = FESTIVA / SUNDAY AND HOLIDAYS
G = GIORNALIERA / DAILY

TORCA - S. AGATA - PRIORA (via Nastro Verde) - SORRENTO

Torca	-	-	-	-	6.55	7.20	8.10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Agata	-	-	-	6.00	7.00	7.25	8.15	8.30	8.45	9.00	-	10.05	-	-	10.55	-	-	12.10	-	-	13.00	-	14.00	-	14.40	-	-	-	15.35	-	17.05	-	-	18.50	-	20.00	-	20.40	-	-	-
Bv. S.Agata	0.20	0.20	1.20	6.05	7.05	7.30	8.20	8.35	8.50	9.05	9.50	10.10	10.30	10.50	11.00	11.15	11.50	12.15	12.20	12.50	13.05	13.35	14.05	14.20	14.45	15.05	15.20	15.35	15.40	16.35	17.10	18.20	18.50	18.55	19.20	20.05	20.20	20.45	21.05	21.20	22.20	23.20
Priora	0.25	0.25	1.25	6.10	7.10	7.35	8.25	8.40	8.55	9.10	9.55	10.15	10.25	10.55	11.05	11.20	11.55	12.20	12.25	12.55	13.10	13.40	14.10	14.25	14.50	15.10	15.25	15.40	15.45	16.40	17.15	18.25	18.55	19.00	19.25	20.10	20.25	20.50	21.10	21.25	22.25	23.25
Sorrento	0.40	0.40	1.40	6.25	7.25	7.50	8.40	8.55	9.10	9.25	10.10	10.30	10.40	11.10	11.20	11.35	12.10	12.35	12.40	13.10	13.25	13.55	14.25	14.40	15.05	15.25	15.40	15.55	16.00	16.55	17.30	18.40	19.10	19.15	19.40	20.25	20.40	21.05	21.25	21.40	22.40	23.40

Sorrento	6.50	6.50	8.05	8.50	9.00	9.15	9.30	10.05	10.05	10.10	10.30	11.00	11.30	12.00	12.15	12.30	13.00	13.15	13.30	13.55	14.00	14.45	15.15	15.30	16.15	17.00	17.40	17.45	18.00	18.25	18.45	19.15	20.00	20.30	21.00	21.05	22.00	23.00
Priora	7.05	7.05	8.20	9.05	9.15	9.30	9.45	10.20	10.20	10.25	10.45	11.15	11.45	12.15	12.30	12.45	13.15	13.30	13.45	14.10	14.15	15.00	15.30	15.45	16.30	17.15	17.55	18.00	18.15	18.40	19.00	19.30	20.15	20.45	21.15	21.20	22.15	23.15
Bv. S.Agata	7.10	7.10	8.25	9.10	9.20	9.35	9.50	10.25	10.25	10.30	10.50	11.20	11.50	12.20	12.35	12.50	13.20	13.35	13.50	14.15	14.20	15.05	15.35	15.50	16.35	17.20	18.00	18.05	18.20	18.45	19.05	19.35	20.20	20.50	21.20	21.25	22.20	23.20
S. Agata	7.15	7.15	8.30	9.15	-	-	-	-	10.35	-	-	-	12.40	-	-	13.40	-	14.20	14.25	-	15.40	15.55	16.40	-	18.05	-	18.25	-	-	-	-	-	-	-	21.30	-	-
S. Agata Torca	-	7.20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Autolinea- AMALFI - POSITANO - SORRENTO (via Meta - via Massa Lubrense - via Nastro Verde)

Amalfi	6.20	7.15	8.05	8.30	9.00	9.30	-	10.30	11.00	11.30	12.15	-	13.00	13.30	13.45	14.00	14.15	14.30	15.15	16.00	16.30	17.00	17.00	17.30	17.45	18.00	19.00	20.00	21.00	22.00	0.00
Positano (Sponda)	7.00	7.55	8.45	9.10	9.40	10.10	10.35	11.10	11.40	12.10	12.55	13.35	13.40	14.10	14.30	14.40	14.55	15.10	15.55	16.40	17.10	17.40	17.40	18.10	18.25	18.40	19.40	20.40	21.40	22.40	0.40
Meta	7.35	8.30	9.20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14.15	14.45	-	-	-	15.45	-	17.15	17.45	-	18.15	-	-	-	-	-	-	-	-
Piano Sorrento	7.45	8.40	9.30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14.25	14.55	-	-	-	15.55	-	17.25	17.55	-	18.25	-	-	-	-	-	-	-	-
S.Agnello	7.48	8.43	9.33	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14.28	14.58	-	-	-	15.58	-	17.28	17.58	-	18.28	-	-	-	-	-	-	-	-
Bv. S.Agata (N.Verde)	-	-	-	9.50	10.20	10.50	11.15	11.50	12.20	12.50	13.35	14.15	-	-	15.10	15.20	15.35	-	16.35	-	-	18.20	-	18.50	-	19.20	20.20	21.20	-	23.20	1.20
S. Agata	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22.20	-	-
Bivio Titigliano	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22.30	-	-
Massa Lubrense	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	22.35	-	-
Sorrento	8.00	8.55	9.45	10.10	10.40	11.10	11.35	12.10	12.40	13.10	13.55	14.35	14.40	15.10	15.30	15.40	15.55	16.10	16.55	17.40	18.10	18.40	18.40	19.10	-	19.40	20.40	21.40	22.55	23.40	1.40

Sorrento	-	6.30	8.30	8.45	9.00	9.15	9.30	9.45	10.05	10.20	10.30	10.30	11.00	11.30	12.00	12.15	12.30	13.00	13.30	14.00	14.30	14.45	15.30	16.00	16.30	17.00	17.45	18.25	18.25	19.25	20.00	21.00	22.00	23.00
Massa Lubrense	-	-	-	9.05	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15.50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Bivio Titigliano	-	-	-	9.10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15.55	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
S. Agata	-	-	-	9.20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16.05	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Bv. S.Agata (N.Verde)	-	-	-	-	9.20	9.35	9.50	-	10.25	-	-	10.50	11.20	11.50	12.20	13.35	12.50	13.20	13.50	-	-	-	15.05	-	-	17.20	18.05	-	18.45	19.45	20.20	21.20	22.20	23.20
S.Agnello	-	6.32	8.32	-	-	-	-	9.47	-	10.22	10.32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17.02	14.32	-	-	16.02	16.32	-	-	18.27	-	-	-	-	-
Piano Sorrento	-	6.35	8.35	-	-	-	-	9.50	-	10.25	10.35	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14.05	14.35	-	-	16.05	16.35	-	-	18.30	-	-	-	-	-
Meta	-	6.40	8.40	-	-	-	-	9.55	-	10.30	10.40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	14.10	14.40	-	-	16.10	16.40	-	-	18.35	-	-	-	-	-
Positano (Chiesa Nuova)	6.00	7.10	9.10	9.50	9.50	10.05	10.20	10.25	10.55	11.00	11.10	11.20	11.50	12.20	12.50	13.05	13.20	13.50	14.20	14.40	15.10	15.35	16.35	16.40	17.10	17.50	18.35	19.05	19.15	20.15	20.50	21.50	22.50	23.50
Amalfi	6.50	8.00	10.00	10.40	-	10.55	11.10	11.15	11.45	11.50	12.00	12.10	12.40	13.10	13.40	-	14.00	14.40	15.10	15.30	16.00	16.25	17.25	17.30	18.00	18.40	19.25	19.55	20.05	21.05	21.40	22.40	23.40	0.40

NUMERI UTILI

CARABINIERI
Emergenza 112
Sorrento 081.8073111
081.8781010
Piano di S.to 081.5321919
Vico Equense 081.8798160

POLIZIA
Emergenza 113
Sorrento 081.8075311
Polizia Stradale 081.8075211

OSPEDALE
Emergenza 118
Sorrento 081.5331111
Vico Equense 081.8729190

GUARDIA MEDICA
Vico Equense 081.8729103
Meta 081.8088919
Sant'Agnello 081.5331248
Piano di Sorrento 081.8729140
Sorrento 081.5331249
Massa Lubrense 081.5331254

VIGILI DEL FUOCO
Emergenze 115
C.mare 081.8711222
Piano di S.to 081.5342283

VIGILI URBANI
Sorrento 081.8074433
S. Agnello 081.5332205
Vico Equense 081.8015745

COMUNE
Massa Lubrense 081.5339401
Sorrento 081.5335300
S. Agnello 081.5332111
Piano di S.to 081.5344411
Meta 081.5321498
Vico Equense 081.8019111

PORTO
Emergenze in mare 1530
Ufficio locale 081.8073071

ALISCAFI
Sorrento 081.8781430

TAXI
Sorrento 081.8782204
S. Agnello 081.8781428

AEROPORTO
Alitalia 8488/65642
British Air. 8488/12266

TRENO
Circumvesuviana 081.7722444
800053939
Numero unico 848888088
Informazioni 1518

UFFICIO POSTALE
Sorrento 081.8781495
S. Agnello 081.8781870
Piano di Sorrento 081.5321853
Meta 081.5321691

NAUTICA SIC SIC

Since 1988

Porto di Sorrento - Sorrento Harbour

DA 50€ A..... FROM 50€ TO.....

WWW.NAUTICASICSIC.COM

- Noleggio Barche
- Escursioni Giorno e Notte
- Taxi mare - Servizio Skipper
- Rent a Boat
- Day & Night Boat Excursions
- Water Taxi - Skipper Service

Boat Excursions to Capri, Positano, Amalfi and Ischia

Info: 081.8072283 - 330706947 - 3357738005

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

4 Bit

VENDITA E ASSISTENZA PC

DR MOUSE

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

COFFEE SHOP 119

DI RUSSO MICHELANGELO

CORSO ITALIA, 119/121
SANT'AGNELLO
Tel./Fax 081 8075856

Pizza a Pranzo

Pollo allo Spiedo

Primi e Secondi Piatti

Pane di Pizza

TUTTI I GIORNI

Pizza EXPRESS

ROSTICCERIA

PIZZERIA

PARCHEGGIO PRIVATO PER I CLIENTI

SALA INTERNA

CONSEGNA A DOMICILIO

Via Cavone, 27 - Piano di Sorrento - Tel. 0815341054

FINO AL
13 AGOSTO

-50% SULLA MONTATURA

SULL'ACQUISTO DI UN OCCHIALE DA VISTA COMPLETO DI LENTI ANTIRIFLESSO.

Offerta valida su montature selezionate, con l'acquisto di un occhiale completo di lenti antiriflesso.
Non cumulabile con altre promozioni in corso.

VIENI A TROVARCI A

Sorrento - Corso Italia 246/D

TEL. 081/8071794

salmoiraghi & viganò

CAPRI WATCH®

photo © ALESSANDRO CATUOGNO - www.alessandrocatuogno.com - grafica © CAPRI GRAPHIC